

Judo Club Zwijndrecht vzw

Dorp West 74
2070 ZWIJNDRECHT

INFO BROCHURE

Inhoud

Inhoud	1
Welkom	2
De training bij Judoclub Zwijndrecht.....	2
Judo voor iedereen.....	2
Leeftijdscategorieën	2
Trainingsuren	3
De trainers.....	3
Lesgeld en judovergunning	4
Houding op de tatami, in de dojo en buiten de dojo.	5
Clubreglement	7
Wat te doen bij een ongeval?	8
Verzekeringpolis	9
Organisatie van Judo Club Zwijndrecht vzw	9
Structuur algemene vergadering	11
Raad van Bestuur.....	11
Structuur van het sportcomité	12
Oudercomité	12
Transferreglement	12
Transferperiode	12
Aanvraagprocedure binnen de transferperiode	13
Aanvraagprocedure buiten de transferperiode	13
Statuten VZW IPPON	13
Verklarende woordenlijst	14

Welkom

Welkom bij Judoclub Zwijndrecht!

In deze infobrochure vind je de belangrijkste informatie over onze judoclub. Zo kan je goed voorbereid beginnen aan je carrière als judoka. Heb je nog vragen? Spreek dan zeker iemand van de trainers of het bestuur aan.

Zijn er woorden in deze infobrochure die je niet goed verstaat? Achteraan vind je een woordenlijst. Die zal je al een eind op weg helpen!

Tot op de tatami !.

PS Vergeet zeker niet onze website te bezoeken : www.judoclubzwijndrecht.be !

PPS Maak je ook vriend van Judoclub Zwijndrecht op Facebook

De training bij Judoclub Zwijndrecht

Judo voor iedereen

Iedereen kan judo beoefenen bij judoclub Zwijndrecht zowel recreatief als competitief. Jong, oud, man, vrouw... Zowel de recreatieve als de competitieve judoka kan bij ons terecht.

Personen met mentale of lichamelijke beperkingen kunnen we doorverwijzen naar een bevriende nabij gelegen judo club waar judo wordt onderwezen door speciaal daarvoor opgeleide en BLOSO gediplomeerde trainers.

Leeftijdscategorieën

In onze club onderscheiden we drie verschillende groepen: jeugdgroep 1 van 6 tot 9 jaar, jeugdgroep 2 van 9 tot 14 jaar en volwassenen. De Vlaamse Judo Federatie (VJF) onderscheidt meerdere categorieën. De U9 (bij ons: jeugdgroep 1), U11 en U13 (bij ons: jeugdgroep 2), U15, U17 en senioren (volwassenen)

Bij de U9 ligt de klemtoon op “zeer veel bewegen”. We leggen de basis voor het judo door onder andere coördinatiespelletjes. Zo oefenen we bepaalde judobewegingen op een speelse manier in. Tijdens de training besteden we aandacht aan een evenwichtige ontwikkeling van alle spiergroepen. Vanaf 9 jaar mag er deelgenomen worden aan toernooien. Dit is niet verplicht en deze doelstelling is bij deze groep dan ook niet prioritair.

De U11 en U13: eens de judoka's ouder worden valt de spelvorm deels weg en wordt die vervangen door het echte judowerk. Met deze groep worden de basistechnieken grondig ingeoefend. De spieren worden intensiever getraind.

Ook de typische judo-uitvoering krijgt veel aandacht. Vrijblijvend wordt hier dan ook al meegedaan aan competities, soms begeleid door de club, soms door de ouders of op persoonlijk initiatief.

In de groepen U15, U17 en de volwassenen oefenen we de volledige waaier van judotechnieken. Ook trainen we de nodige conditie typisch voor het judo. Belangrijk hierbij zijn snelheid, kracht, lenigheid, uitvoering en weerstand. Looptrainingen voor het trainen van de gewone basisconditie maken geen deel uit van het judo-trainingspakket en kan je individueel doen. De judotechnieken worden ten gronde aangeleerd en inge oefend. De klemtoon van de trainingen wordt verschoven naargelang het judoseizoen.

Trainingsuren

Maandag

- 18u30-19u30: Jeugdgroep 1 (6 tot 9 jaar)

Woensdag

- 18u30-19u30: Jeugdgroep 2 (9 tot 14 jaar)
- 19u45-21u15: +14 jaar, "geselecteerden", volwassenen

De "geselecteerden" worden door de trainers aangeduid op basis van inzet, deelname aan competities en kennis van de judo technieken.

Vrijdag

- 18u45-20:15: +9 jaar wedstrijdtraining

Zondag

- 10u30-12u00: alle leeftijden recreatief

Geen training in juli en de eerste weken van augustus

Aangepaste trainingsuren tijdens de schoolvakanties

De trainers

- Hoofdtrainers :

De Bruyn Eddy	BLOSO Trainer B – 3 ^e Dan
Geelen Bart	BLOSO Trainer B – 2 ^e Dan
Martens Peter	BLOSO Trainer B – 2 ^e Dan

Trainers :	Maes Steven	BLOSO Initiator – 2 ^e Dan
	Van Haecht Inge	BLOSO Initiator - 1 ^e Dan
	Heyrman Koen	2 ^e Dan
	Stuer Tjörven	1 ^e Dan
	Cleys Dirk	1 ^e Dan
	Vercauteren Jozef	1 ^e Kyu
	Van Aelst Tinne	1 ^e Kyu

Lesgeld en judovergunning

We bieden de mogelijkheid om volledig gratis aan vier volwaardige judo trainingen deel te nemen. Zo kan je je een beeld vormen van judo en de judotraining. Tijdens deze initiatieperiode ben je gratis verzekerd tegen ongevallen. De lessen kunnen gevolgd worden in jogging of speelkledij. Je kan aan deze gratis lessen deelnemen indien je :

- nog nooit bent aangesloten geweest bij een club van de Vlaamse Judo Federatie, of
- reeds meer dan 2 jaar gestopt bent en maximaal 2^{de} Kyu hebt.

Na deze vier trainingen kan je beslissen om lid te worden van onze club (en daaraan gekoppeld van de Vlaamse Judo Federatie-VJF)

Het lesgeld is afhankelijk van de leeftijdsgroep. Voor jeugdgroep 1 bedraagt dit € **115,00** per jaar en voor jeugdgroep 2 en de volwassenen bedraagt dit € **135,00** per jaar. Vanaf het derde aangesloten gezinslid bedraagt het lesgeld respectievelijk € **75,00** en € **95,00**.

In deze bedragen is telkens een verplichte aansluiting bij de Vlaamse Judo Federatie en verzekering tegen judo ongevallen inbegrepen ten bedrage van € **38,00**.

De nodige formaliteiten en doorstorting van de VJF aansluitings- en verzekeringsgelden wordt geregeld door Judo Club Zwijndrecht vzw.

Alle betalingen gebeuren uitsluitend via overschrijving.

- Rekeningnummer : 789-5498603-79 (IBAN BE58 789549860379) op naam van Judo Club Zwijndrecht vzw.
- Referentie : de naam en voornaam van het lid en het lidnummer (niet voor nieuwe leden).

Je rekeninguittreksel of stortingsbewijs dient als bewijs van betaling.

Als je wil kan je via onze club ook judogi's en gordels bestellen.

Houding op de tatami, in de dojo en buiten de dojo.

Judo is zowel lichamelijk als geestelijk vormend. Judo is ook een contactsport. Voor ieders veiligheid is het belangrijk dat we ons steeds aan volgende regels houden:

Orde en tucht op de mat

- Bij het betreden van de judomat, groeten we staande om de plaats, de leraar en de leerlingen te groeten (ritsu-rei). Bij het verlaten van de mat groeten we eveneens.
- We zijn steeds op tijd voor de training. Ben je minder dan 15 minuten te laat, dan wacht je aan de zijkant tot de trainer toelating geeft om de mat te betreden. Daarna begroet je de trainer met een staande groet (ritsu-rei). Ben je meer dan 15 minuten te laat dan train je helaas niet meer mee.
- De geknielde groet (za-rei) gebruiken we om de leraar te groeten aan het begin en het einde van de les.
- Aan het begin en einde van een oefening groet je je partner op een correcte (za-rei/ritsu-rei) manier
- Op de mat heerst orde. We vermijden onnodig spreken. We trainen gedisciplineerd en luisteren naar de trainer.
- We eten niet op de mat.
- Oefen je niet, om bijvoorbeeld naar de uitleg van de trainer te luisteren, dan zit je neer (geknield of in kleermakerszit). Je mag ook rechtstaan maar je leunt nergens tegen aan.
- Leggen de leraar en/of hogere graden iets uit, dan let je op en ben je aandachtig.
- Gedurende de oefeningen respecteren we steeds de technische basis van het judo.
- Je mag gebruik maken van de verbandkist. Hiervoor roep je de hulp in van de trainer of een door de trainer aangewezen persoon.
- Vermijd wedstrijd judo tijdens de trainingen, tenzij dit expliciet word gevraagd, en respecteer steeds je partner.
- We spelen niet op de tatami.
- We verlaten de mat niet zonder toestemming van de trainer.

- **RESPECT** voor trainers, mede-judoka's en materiaal is van zeer groot belang. Gebrek aan **RESPECT** en **wangedrag** geeft aanleiding tot sancties. Deze sancties gaan van een verwittiging, tijdelijke schorsing tot definitieve uitsluiting uit de club. Herhaaldelijke incidenten en de ernst van het incident bepalen de zwaarte van de sanctie. Deze sanctie wordt bepaald door een tuchtcommissie. **DIEFSTAL resulteert in een onmiddellijke en onherroepelijke uitsluiting uit de club.**
- Uitsluitingen uit de club zullen tevens worden gemeld aan de Vlaamse Judo Federatie.
- De hierboven vermeldde incidenten beperken zich niet tot de tatami en binnen de muren van de dojo. Ook daarbuiten gedragen we ons een judoka waardig. Incidenten buiten de eigen dojo zullen eveneens worden gesanctioneerd.

Lichaamsverzorging

- Nagels van je handen en voeten zijn steeds kort en zuiver.
- Je verzorgt je lichaam.
- Je draagt geen juwelen of scherpe voorwerpen : oorbellen, piercings en andere lichaamssieraden doe je steeds uit.
- Dames en heren dragen lang haar samengebonden.
- Verwondingen verzorg je onmiddellijk. Oudere verwondingen moeten op voorhand (= thuis) verzorgd en verbonden zijn. Bij grote wonden met een grote kans op bloeden train je om hygiënische redenen niet mee. Zo laat je de wonde ook voldoende genezen.
- Na de training neem je een douche.

Judogi en judokledij

- De judogi (judokledij) hou je proper. Dit wil zeggen : na de training steeds verluchten en regelmatig wassen.
- De Judogi moet steeds de correcte afmetingen hebben :
 - mouwen tot aan de polsen
 - broek tot aan de enkels
 - vest moet 15 à 20 cm onder de gordel uitsteken
- Judogordel wordt behoorlijk geknoopt. Kan je dit als startende judoka niet, dan vraag je dit aan een trainer.
- Vrouwelijke judoka's dragen steeds een witte T-shirt onder de judogi. Jongens dragen geen T-shirt.

Naast de tatami

- Naast de tatami draag je steeds pantoffels.
- Sieraden, horloges, GSM, (computer)spelletjes of andere (dure) gadgets laat je thuis zodat je ze niet kan vergeten na de training of ze niet kunnen “verdwijnen”. De club en trainers zijn niet verantwoordelijk voor eventuele beschadigingen of verlies.
- Na de training kleed je je zo snel mogelijk aan en verlaat je de kleedkamer. De kleedkamers zijn geen speelplaats !
- Enkel leden van de Raad van Bestuur, het Sportcomité, het Oudercomité en de Jeugdsportcoördinator hebben toelating om zich achter de toog te begeven. Alle andere personen mogen **niet** achter de toog plaatsnemen en zichzelf bedienen.
- Tijdens de trainingen is er ten allen tijde stilte **op en naast** de mat.

Clubreglement

Om lid te worden en te blijven van Judo Club Zwijndrecht vzw moet je aan bepaalde voorwaarden voldoen nl :

- Ten minste 6 jaar oud zijn.
- Zich houden aan de reglementen voorgeschreven door de V.J.F. en aan het gezamenlijk huishoudelijk reglement van IPPON V.Z.W¹.
- De verzekering (vergunning) moet jaarlijks **vóór** de vervaldag betaald worden. De vervaldag van deze verzekering moet steeds zelf in het oog gehouden worden. **Geen geldige vergunning = Geen verzekering = Niet trainen**
Elke training breng je het V.J.F. verzekeringskaartje mee samen met de aanwezigheidskaart (indien van toepassing).
- Het lesgeld moet steeds vooraf en tijdig betaald worden.
- Elk lid mag steeds oefenen in andere judoverenigingen aangesloten bij de V.J.F.
- Elk lid is in de club aangesloten voor een volledig sportjaar.
- Een lid kan slechts van club veranderen van 1 tot 30 JUNI. De aanvraag moet vooraf schriftelijk worden ingediend bij het secretariaat²
- De judoverzekering (ziekteverzekering) dekt enkel de netto onkosten boven de € 7,50. Loonverlies is niet in deze verzekering inbegrepen

¹ Op aanvraag te verkrijgen

² Cf. het deel transferreglement

- Ongevallen buiten de regelmatige trainingen of demonstraties worden nooit vergoed, noch kan Judo Club Zwijndrecht vzw of Ippon VZW ervoor aansprakelijk gesteld worden.
- Het is de leden verboden zelf judo les te geven, zowel in het eigen judolokaal als ergens anders, zonder toelating van het bestuur.
- Leden die de trainingen niet regelmatig bijwonen of zelfs enige maanden niet aanwezig zijn moeten steeds het volledige lidgeld betalen. Het lidgeld is een jaarlijks forfaitair bedrag.
- Het bestuur en / of de lesgevers zijn niet verantwoordelijk voor gestolen of verdwenen voorwerpen.
- Een lid kan tijdelijk, of zelfs voor altijd geweigerd worden tot het bijwonen van en het meedoen aan de trainingen.
- De onwetendheid van deze reglementen zal nooit als verontschuldiging aanvaard worden.

Wat te doen bij een ongeval?

Deze toelichting geldt voor de persoonlijke verzekering tegen lichamelijke ongevallen.

- Je laat het Ethias ongeval aangifteformulier invullen door de clubverantwoordelijke.
- Je gaat naar de arts voor onderzoek en je laat de arts het geneeskundig getuigschrift invullen, afstempelen en handtekenen.
- Je maakt zelf copies van deze documenten en bewaart deze zorgvuldig. Dit doe je trouwens met elk document (d.w.z. doktersbriefjes, facturen, ...).
- Je bezorgt het volledige aangifteformulier binnen de 48 uur bij Theo Van Roeyen (Laarstraat 148, 2070 Zwijndrecht). Hij bezorgt het dossier aan de verzekeringsmaatschappij Ethias.
- Ethias bezorgt de gekwetste een dossiernummer en verdere informatie over welke kosten verrekend kunnen worden. Stuur deze bevestiging van Ethias door naar Theo via mail : theo@skynet.be
- Vermeld het dossiernummer op elke correspondentie.
- Bij afsluiting van het dossier stuur je eveneens een mail naar Theo.

De verzekeraar zal betalen als :

- de verzorging ten einde is. Hiervoor bezorg je een medisch attest van genezing aan je verzekeraar.
- hij het attest van je ziekenfonds heeft ontvangen.

In principe vergoedt de verzekeraar pas alle kosten als je genezen bent en hij alle bewijsstukken in handen heeft. In uitzonderlijk gevallen en op aanvraag kan er een voorschot gegeven worden.

Enkele belangrijke punten :

- Vul steeds het ongeval formulier volledig in.
- Zorg er voor dat op elke briefwisseling steeds het referentienummer of kenmerk van de verzekeraar vermeldt is. Zo vermijdt je onnodig zoekwerk en zorg je voor een snellere verwerking van je dossier.
- Het deel over de omstandigheden van het ongeval worden op het ongeval formulier wordt steeds in de club ingevuld.

Verzekeringpolis

De Vlaamse Judo Federatie heeft sedert 1 september 2006 een contract afgesloten bij de verzekeringsmaatschappij Ethias, polis 45.138.404.

Alle leden die in het bezit zijn van een geldige niet vervallen vergunning vallen automatisch onder voormelde polis. Een kopie van deze polis is steeds te raadplegen op eerste verzoek.

Een uitbreiding van deze polis bestaat erin dat een speciale verzekering kan afgesloten worden voor :

- verzekering groeps polis dagvergoeding
- verzekering groeps polis voor vrijwillige helpers bij cluborganisaties

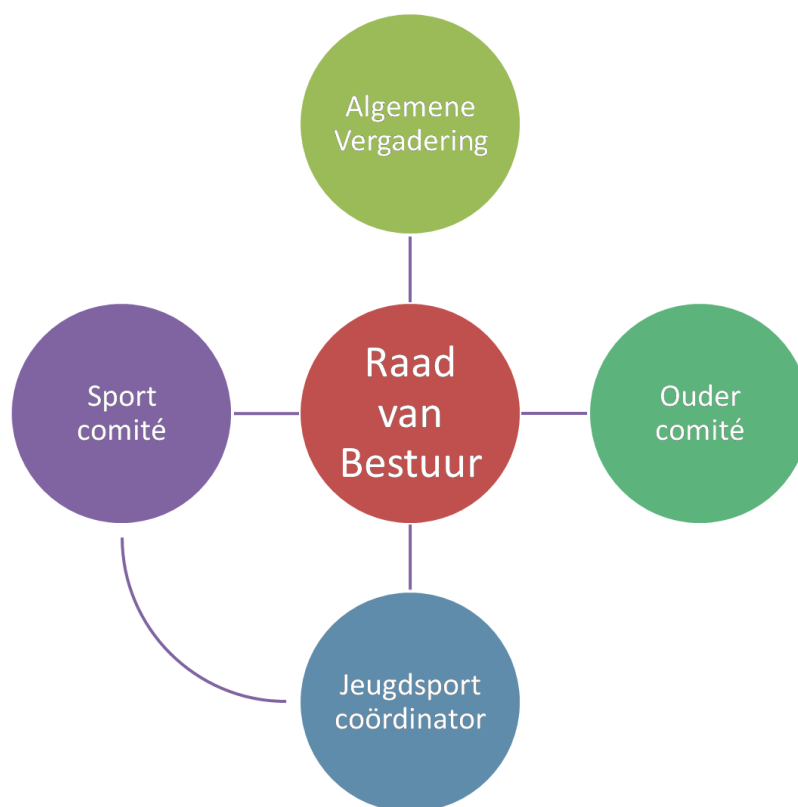
Deze verzekeringen moeten steeds op voorhand aangevraagd worden en zijn enkel geldig bij activiteiten georganiseerd door het bestuur van de judoclub.

Organisatie van Judo Club Zwijndrecht vzw

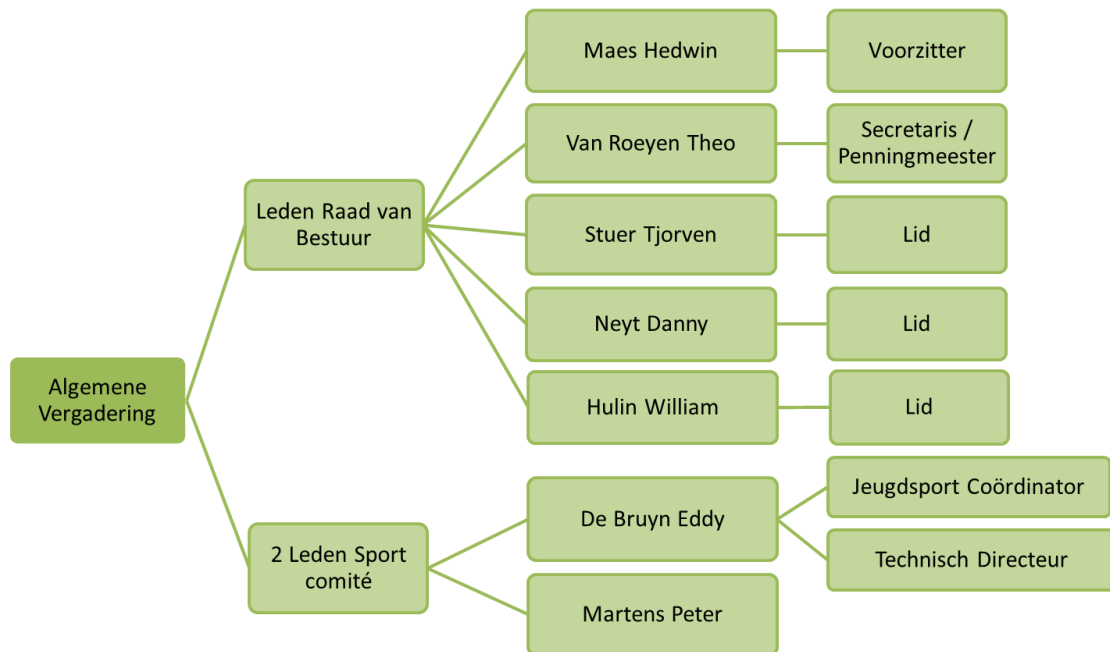
Hieronder vindt u de organisatiestructuur van Judoclub Zwijndrecht:

- De Raad van Bestuur staat in voor het dagdagelijkse bestuur van de club.
- Het sportcomité beslist over alles wat met het sportieve te maken heeft. Inhoud van de trainingen, deelname aan competities, organisatie van judostages enzovoort.
- De jeugdsportcoördinator zorgt er voor dat ons jeugdbeleid in de praktijk wordt toegepast.

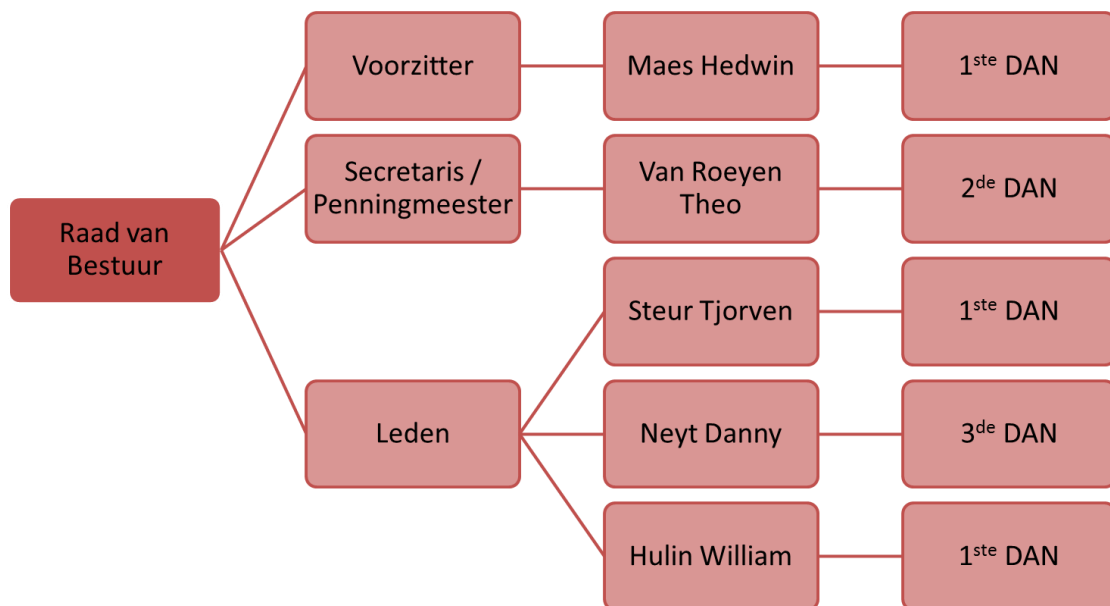
- Het oudercomité tot slot zorgt onder andere voor leuke, niet-sportieve activiteiten.
- Jaarlijks komt de Algemene Vergadering samen om het voorbije en toekomstige werk- en sportjaar te bespreken. In de Algemene vergadering zitten de leden van de Raad van Bestuur en twee leden van het sportcomité.



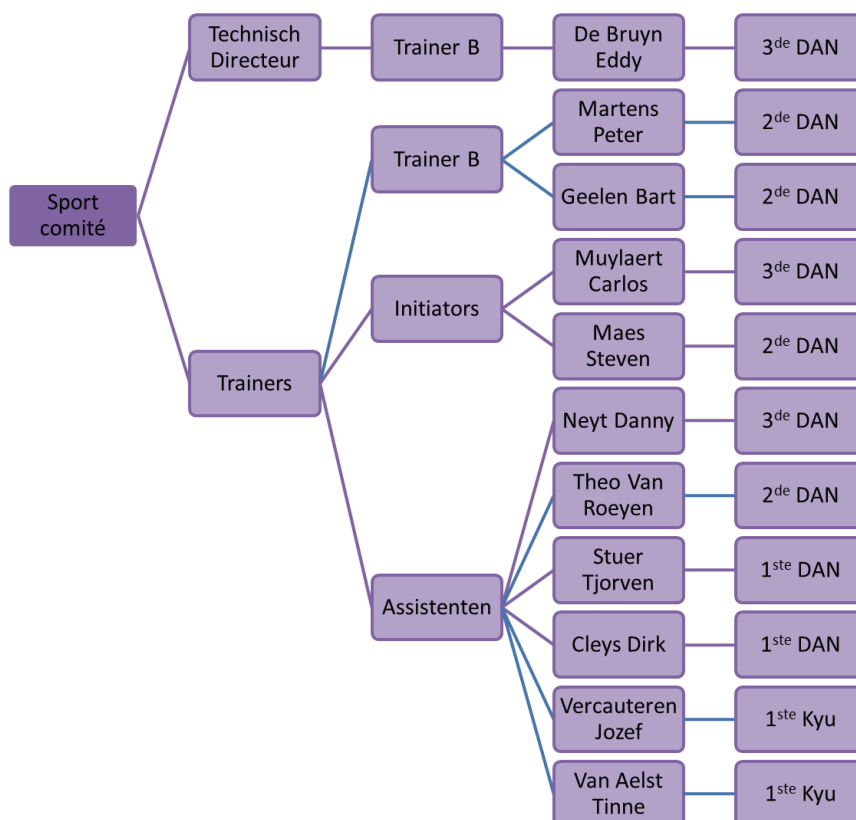
Structuur algemene vergadering



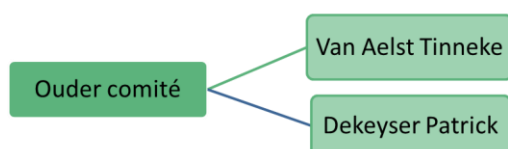
Raad van Bestuur



Structuur van het sportcomité



Oudercomité



Transferreglement

Een judoka heeft het recht te oefenen en zich aan te sluiten in de club van zijn of haar keuze. Hij of zij wordt voor een volledig jaar ingeschreven ,voor zover hij of zij een geldige vergunning heeft.

Transferperiode

De judoka heeft het recht de overeenkomst tussen hem en zijn sportvereniging (club) jaarlijks te beëindigen. Dit kan tussen 1 en 30 juni. Met een aangetekend

schrijven (transferformulier) aan de opgezegde sportvereniging en aan de VJF. (zie ook aanvraagprocedure hieronder). De poststempel van de aangetekende zending geldt als bewijs van verzending. De transfer gaat dan in op 1 juli daaropvolgend. Bij het beëindigen van een overeenkomst is geen vergoeding, in welke vorm of benaming dan ook, verschuldigd.

Aanvraagprocedure binnen de transferperiode

- Je vraag de (gratis) transferformulieren aan bij de VJF. Die zijn verplicht te gebruiken
- Je bezorgt samen met een volledig ingevuld transferformulier een volledig ingevuld vergunningsaanvraagformulier naar de VJF.
- Is je vergunning vervallen en je wil bij een andere club aansluiten, dan regelt je nieuwe club dit.

Minderjarigen

De overeenkomst van een minderjarige sportbeoefenaar met een club moet -om geldig te zijn- mee ondertekend zijn door zijn wettige vertegenwoordiger.

Aanvraagprocedure buiten de transferperiode

Transferaanvragen buiten de transferperiode gebeuren op dezelfde manier als hierboven beschreven. Maar wordt enkel aanvaard in volgende gevallen:

- A. Judoka's jonger dan 12 jaar of ouder dan 35 jaar
- B. Als de club minder dan 10 vergunningshouders telt
- C. Bij fusie of sluiting van de club
- D. Bij ontslag van de hoofdtrainer, aangesloten in de club, na onenigheid met het clubbestuur
- E. Als beide clubs zich akkoord verklaren

Nota : Indien de hoofdtrainer in algemeen overleg wordt vervangen door een erkend lesgever, lid van de club, vervalt bepaling D. De leden zijn dus niet vrij om te transfereren. In de gevallen C en D omschreven dient de aanvraag binnen de 2 maanden na de fusie of het ontslag van de hoofdtrainer op het bondsbureau toe te komen (poststempel telt).

Niemand van de zoals onder A, B, C, D of E omschreven getransfereerden mag voor 1 juli (volgend op het transfer) opgesteld worden in de ploeg van de nieuwe club. Dit geldt voor ploegencompetities in België en het Vlaamse landsgedeelte.

Statuten VZW IPPON

Je kan de statuten van VZW Ippon op aanvraag verkrijgen

Verklarende woordenlijst

Dojo: Judozaal

Judo: De zachte weg

Judogi: judokledij (vest + broek)

Obi: gordel

Ritsu-rei: staande groet

Tatami: judomat

V.J.F. : Vlaamse Judofederatie (overkoepelend orgaan van alle judoclubs in Vlaanderen). Alle informatie en contactgegevens over de VJF op www.vjf.be)

Za-rei: geknielde groet