

11. Contactgegevens :

Pierre Methot

Langestraat 32,
3190 Boortmeerbeek
Gsm 0476/222.353
Email : pierre.methot@telenet.be

Secretariaat:

Lieve Faes,

Hollestraat 31,
3190 Boortmeerbeek
Gsm 0494/25 38 20
Email: lievefaes@hotmail.com

Zo, volgens ons hebben we hier kort de werking van onze club uitgelegd.

Maar vergeet zeker ook niet eens een kijkje te nemen op onze
Website : www.judoclub-boortmeerbeek.be

www.vjf.be

of volg ons via de facebookpagina

Mocht u nog vragen hebben, spreek ons dan gerust aan
voor of na de lessen of neem contact op met ons.

Wij hopen jullie spoedig te mogen begroeten om er samen met
ons een fijn judojaar van te maken.....

Beste sportvrienden,

Laat ons u vooreerst van harte welkom heten in onze club.

Om u of uw dochter/ zoon een vlotte start te bezorgen binnen de werking van onze club hebben wij voor u deze brochure gemaakt.

Deze infobrochure geeft wat meer uitleg over wie we zijn en wat we voor jullie als club kunnen betekenen.

Mocht u na het lezen hiervan nog vragen hebben, aarzel dan niet en spreek ons er gerust over aan.

Het bestuur.

Inhoudstafel :

1. Wie zijn wij
2. De trainingen - Trainers
3. Behalen van de Kyu-graden
4. Wedstrijden
5. Kalender
6. Inschrijvingen
7. Lidgeld
8. Ongeval – verzekering
9. Privacy
10. Algemene informatie
11. Contact

◦ **Jaarlijks lidgeld**

◦ **Ondertekening infobrochure**

Tijdens de training:

- ✓ Tijdens de uitleg of demonstratie van de trainer sta of zit je op de juiste manier (dus niet liggen of tegen de muur leunen).
- ✓ Je mag niet iemand weigeren die jou vraagt om te oefenen.
- ✓ Meld altijd bij de trainer dat je de les verlaat.

Bij judo is respect hebben en rekening houden met elkaar erg belangrijk. Door respect te tonen naar elkaar, wordt er naar elkaar gegroet. Dit doe je aan het begin en aan het eind van de les en aan het begin en het eind van iedere oefening. Met deze groet beloven we dat we ons aan de judoregels te houden.

JUDOREGELS:

- Niet knijpen, niet bijten, niet schoppen, niet slaan, niet aan elkaars haren trekken, niet aan het gezicht of aan de keel komen. Kortom, je mag elkaar niet opzettelijk pijn doen.
- Respect hebben voor elkaar, schelden en commanderen doen we ook niet.
- Meisjes en jongens kunnen met elkaar oefenen, want het pak is uniform en de judoka dan ook.
- Stop is Stop. Er moet onmiddellijk worden opgehouden/losgelaten, als een van de spelers stop zegt of 2x aftikt op de ander.
- Als iemand iets niet weet help je elkaar.
- Judo doe je alleen op de mat en niet op straat.
- Sieraden en horloges mogen op de judomat niet worden gedragen.
- Bestaande en tijdens de les ontstane wondjes moeten worden verbonden en eventueel bloed moet van de mat worden verwijderd.

Judo is fijn zonder pijn!

10. Algemene informatie:

Intern club reglement:

Wat hebben we nodig om te trainen:

- ✓ Sporttas – drinken – handdoek (douchegerief)
- ✓ Judogi + gordel zelf aankopen of via de club
- ✓ Gemakkelijke schoenen/pantoffels (om van kleedkamer naar zaal te komen)
- ✓ Voor de dames een witte t-shirt

Aanvang van de training:

- ✓ Gelieve 10 minuten voor aanvang van de trainingen aanwezig te zijn zodat we stipt kunnen starten
- ✓ Judokleding moet worden aan- en uitgetrokken in de kleedkamers
- ✓ Kom rustig binnen in de sportzaal
- ✓ Het betreden van de tatami (judomat) is verboden met schoenen.
De schoenen en drinkfles worden bij het betreden van de zaal netjes aan de zijkant geplaatst zodat de doorgang niet versperd wordt.
- ✓ De nagels van zowel vingers als tenen zijn kort geknipt om te voorkomen dat men andere kwetst.
- ✓ Lange haren vastgebonden
- ✓ De judogi (judopak) is proper

In de kleedkamers (en daarbuiten) blijf je van andermans (persoonlijke) bezittingen af, bij overtredingen hierop riskeert de judoka uitsluiting uit de club.

1. Wie zijn wij...

Visie

Judoclub Boortmeerbeek vzw is aangesloten bij de Vlaamse judofederatie, clubnummer 2325.

Zowel jong als oud zijn welkom bij ons.

Wij leren judo aan recreatievelingen en wedstrijdjudoka's, met respect voor ieders kunnen en dit op een veilige, verantwoorde manier in een vriendschappelijke sfeer.

Missie

Zo veel mogelijk mensen in contact brengen met de judosport.

Judobeleving draagt bij tot het verbeteren van de motorische vaardigheden en verhoogt de sociale en fysieke weerbaarheid.

Onze Kernwaarden

*Kwaliteit – Enthousiasme – Veiligheid – Betrokkenheid -
Zelfvertrouwen – Prestatie - Discipline en structuur*

Doelen

- o Binnen genoemde kaders de ruimte bieden aan iedere individuele sporter om op persoonlijk niveau te **groeien** en zich te **onderscheiden**.
- o Het **plezier** in de uitoefening van de judosport als uitgangspunt stellen.
- o Het verbeteren van de **lichaamscoördinatie**.
- o Het vergroten van de **sociale weerbaarheid** en **assertiviteit**.
- o De **sportieve prestatie** niet als een doel op zich beschouwen.

2. Trainingen:

	Jeugdjudo	Volwassenen
Maandag	19u-20u	20u-21u (vrije training)*
Dinsdag	/	19u30-21u15
Zaterdag	10u-11u	11u-12u30

*Bij voldoende interesse

Waar : Sporthal
Polyvalente zaal
Sportveldweg, 6
3190 Boortmeerbeek

Trainers :

- ✓ **Methot Pierre (5^{de} Dan)**
Trainer A-Bloso
- ✓ **Faes Lieve (4^{de} Dan)**
regente Lichamelijke opvoeding (specialisatie judo)
Vice Wereldkampioene Masters 2017
- ✓ **Pedus Tim (2^{de} Dan)**
Initiator
Europees Kampioen 2016
Wereldkampioen Masters 2017
- ✓ **Heldens Raf (1^{ste} Dan)**
Initiator Judo
- ✓ **Dziergwa Jean Pierre (1^{ste} Dan)**
Trainer B
- ✓ **Dziergwa Jonatan (1^{ste} Dan)**
Initiator judo

9. Privacy :

Judoclub Jigoro Boortmeerbeek vzw respecteert de privacy van hun leden. Persoonsgegevens worden niet doorgegeven aan derden. We engageren ons om de persoonsgegevens te beschermen tegen verlies, vernietiging, onbedoelde wijziging, beschadiging of openbaarmaking.

Als lid van judoclub Boortmeerbeek vzw gaat u ermee akkoord dat er foto's tijdens onze activiteiten genomen kunnen worden, dat deze op de clubwebsite en/of de facebookpagina kunnen gepubliceerd worden.

Meer informatie over GDPR kan u hier vinden.

<file:///C:/Users/lieve/Downloads/Handleiding%20GDPR.pdf>

Onze judoclub heeft de panathlonverklaring (Ethiek in de jeugdsport) ondertekend en houdt rekening met alle facetten die onder de term gezond sporten vallen.

Om aan al deze zaken te voldoen volgen wij als bestuur en trainingscorps de nodige bijscholingen om op de hoogte te blijven.

Mochten er nog vragen zijn kan u steeds contact met ons opnemen.

6. Inschrijvingen :

Proeflessen: Indien u , uw dochter of zoon, interesse hebben in het judo dan kan u dit GRATIS komen uit proberen. U hebt recht op 4 gratis proeflessen. Een judogi is hier nog niet verplicht, een training volstaat.

Een uiteindelijke inschrijving kan gebeuren door het invullen en ondertekenen van de nodige documenten (reeds van toepassing voor de proeflessen) en door de betaling van het lidgeld en vergunning.

7. Lidgeld :

Het lidgeld van de club wordt bepaald voor een volledig sportseizoen.

Dit lidgeld omvat ook de verplichte vergunning van de Vlaamse Judofederatie

- ✓ Deze vergunning zorgt ervoor dat u verzekerd bent tegen eventuele ongevallen.
- ✓ U krijgt een vergunningskaart op naam met eigen vergunningsnummer.
- ✓ U ontvangt het tijdschrift Judo-Contact

8. Ongeval -verzekering :

Onze judoka's zijn gedekt wanneer ze een geldige vergunning kunnen voorleggen. Hernieuwing gebeurt jaarlijks. Let erop dat dit nog geldig is wanneer je de mat betreed. Bij ongeldigheid kan de toegang tot de dojo geweigerd worden.

Ongeval formulieren te bekomen in de club of via de website.

Jeugdjudo (-13 jarigen):

Deze groep leert valtechnieken, staande judotechnieken, grondtechnieken, judoterminologie en wedstrijdregels aan. Zij kunnen indien gewenst na een judoschooling van \pm 2 à 3 jaar deelnemen aan wedstrijden voorbehouden voor pupillen, miniemen en cadetten waarvoor toernooien worden ingericht in de provincie en in heel het land.

De jongeren uit deze groep kunnen de gele, oranje en groene gordel bekomen door telkens een judo technisch examen af te leggen in de club en ontvangen indien zij slagen een gordel + brevet.

Kenmerken van deze trainingen:

- a) - kennis (aanleren judoterminologie in 't Japans)
- b) – fysiek (strakke ritme en discipline)
- c) – techniek (valoefeningen, worpen, houdgrepen, kampen)

Er wordt tweemaal per week getraind volgens een jaarplanning waarin een cyclus meerdere malen voorkomt.

Volwassenen (13+) :

Deze groep heeft een grote overlap met de jeugdjudo. Verwurgingen, klemmen, kata's komen hier extra aan bod.

Hier kan men in de schoot van de club, bruine gordel worden. Nadien, na een periode van deelneming aan speciale wedstrijden (doch niet verplicht) kan de trainer, kandidaten " zwarte gordel" voordragen om in de hoofdzetel van de Vlaamse Judofederatie een examen af te leggen voor een jury, bestaande uit hogere dan graden.

Indien zij slagen, bekomen ze de zwarte gordel 1^{ste} Dan.

3. Behalen van de Kyu-Graden:

Leeftijd voor het behalen van een Kyu-graad:

5de Kyu, gele gordel volgens goedkeuring van de leraar

4de Kyu, oranje gordel 9 jaar

3de Kyu, groene gordel 11 jaar

2de Kyu, blauwe gordel 13 jaar

1ste Kyu, bruine gordel 15 jaar worden in het lopende kalenderjaar.

Hoe werkt men naar deze Kyu-graad toe:

- ✓ Er wordt tweemaal per week getraind volgens een jaarplanning waarin een cyclus meerdere keren voorkomt.
- ✓ Elke judoka ontvangt bij aansluiting én bij het behalen van een nieuwe graad een judokaart. Iedere aanwezigheid op training wordt hier aangeduid.
- ✓ Graadverhogingen gaan vanaf heden op vaste tijdstippen door. (december-april-juni?).
- ✓ De trainer bepaalt wie in aanmerking komt voor een nieuwe graad.
- ✓ Inschrijven via het infobord!

Leerstof :

Een boek met afbeeldingen en benoemingen van het judoleerplan, volgens de gegevens van de Vlaamse Judofederatie, kan dienen als ondersteuning voor het behalen van de Kyu-graden is te verkrijgen, maar niet verplicht, in de club voor de prijs van €15.

4. Wedstrijden:

Wedstrijden worden aangekondigd via het infobord. Tevens is er op onze website een kalender terug te vinden waar alles op te vinden is. De trainingsdagen, eventueel sluitingsdagen van de sportzaal, provinciale trainingen, toernooien, katatrainingen,...

De jongeren U11/U13 kunnen aan een aantal pupillen/miniementoernooien deelnemen. Raf doet de begeleiding hiervan, hij vraagt na wie hier interesse in heeft en geeft de inschrijvingen door.

5. Kalender :

Een jaarplanning wordt opgebouwd in functie van het schoolverlof. Dit wil dus zeggen dat er geen judo is tijdens de verlofperiodes (Kerst, Pasen, Krokus enz....)

Alle andere belangrijke data (speciale trainingen, activiteiten, sluitingsdagen, ..) worden tijdens de lessen medegedeeld en zijn ook terug te vinden op de website en het infobord!

Gelieve dit document af te knippen en deze terug te bezorgen aan één van onze trainers.
Door dit te ondertekenen geeft u kennis op de hoogte te zijn van onze clubwerking.

Naam:

Ouders/voogd van judoka:

Heeft kennis genomen van de informatiebrochure!

Handtekening

Inschrijvingsformulier /gegevenswijzigingen JUDO

Naam

Geboortedatum en plaats

Adres

Telefoonnummer

Email

Opmerkingen

