



INTERN REGLEMENT JUDOCLUB BOECHOUT

Algemene regels

Om een lid te worden van de club, of te blijven, dient men aan bepaalde voorwaarden te voldoen:

- Ten minste in het eerste leerjaar zitten voor diegenen die starten in september.
- Zich houden aan de reglementen voorgeschreven door Judo Vlaanderen en aan het huishoudelijk reglement van Judoclub Boeclub. De onwetendheid van deze reglementen zal niet als verontschuldiging aanvaard worden.
- Elk lid mag oefenen in andere judoverenigingen aangesloten bij Judo Vlaanderen nadat men hiervoor het akkoord van de hoofdtrainer heeft bekomen.
- Elk lid mag deelnemen aan activiteiten georganiseerd door andere judoverenigingen aangesloten bij Judo Vlaanderen enkel en alleen nadat men hiervoor het akkoord van de hoofdtrainer heeft bekomen.
- Elk lid is aangesloten tot het einde van het volledige kalenderjaar.
- Een lid kan slechts van club veranderen volgens de geldende reglementering van Judo Vlaanderen. De aanvraag moet vooraf schriftelijk worden ingediend bij het secretariaat.
- Ongevallen buiten de regelmatige trainingen, demonstraties en activiteiten worden nooit vergoed, noch kan Judoclub Boeclub hiervoor aansprakelijk gesteld worden.
- Het is leden verboden judoles te geven, zonder toelating van het bestuur.
- Leden die de trainingen niet regelmatig bijwonen of zelfs enkele maanden niet aanwezig zijn moeten steeds het volledige lidgeld betalen.
- Het bestuur en/of de lesgevers zijn niet verantwoordelijk of aansprakelijk 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.
- Ouders zijn niet toegelaten in de kleedkamers.
- Behoudens uitdrukkelijke en schriftelijke weigering van de judoka of diens wettelijke voogd, heeft Judoclub Boeclub het recht foto's of enige andere vorm van audiovisuele opnames te maken tijdens de trainingen of door de club georganiseerde activiteiten. Deze opnames mogen tevens worden gebruikt in elke publicatievorm, uitgaande van Judoclub Boeclub of met diens toestemming gepubliceerd. Schriftelijke weigeringen moeten aan het bestuur worden gericht.
- Judoclub Boeclub organiseert kijkdagen waarop ouders tijdens de trainingen van groep 1 en 2 kunnen blijven kijken. Buiten deze kijkdagen en tijdens examens blijven ouders niet in de judozaal tijdens de training/examens.
- Als huurder is Judoclub Boeclub, en al zijn leden, onderworpen aan het huishoudelijk reglement van Sneppenbos.
- De trainers en het bestuur zijn niet verantwoordelijk of aansprakelijk voor de judoka's buiten de trainingsuren.



INTERN REGLEMENT JUDOCLUB BOECHOUT

Houding en Hygiene

Judo is zowel lichamelijk als geestelijk vormend. Daarom zal elke judoka onderstaande regels steeds in acht nemen.

- Om vervelende onderbrekingen van de lessen te vermijden worden de judoka's met aandrang verzocht om voor het begin van de training nog eens eerst naar het toilet te gaan.
- Judogi's (judokledij) houden we zo zuiver mogelijk, dat wil zeggen dat men ze na de training steeds moet verluchten en regelmatig wassen.
- Het is enkel toegelaten om reeds vooraf omgekleed in judopak naar de training te komen, als men over het judopak een volledig trainingspak (vest en broek) draagt, en men bovendien ook kousen en schoenen (geen sleffers) draagt. Dezelfde regel geldt ook na de training.
- De judogi moet steeds de correcte afmetingen hebben en mag geen scheuren bevatten.
 - Mouwen tot aan de polsen
 - Broek tot aan de enkels
 - Vest moet 15 à 20 cm onder de gordel uitsteken
 - De judogordel wordt behoorlijk geknoopt.
- We komen proper en verzorgd naar de training. We besteden hierbij extra aandacht aan onze voeten. Indien nodig hebben we ze thuis nog eerst eens gewassen. Helaas kan je niet meetrainen met vuile voeten.
- We zorgen ervoor dat de nagels van handen en voeten steeds kort en zuiver zijn, zodat er zo weinig mogelijk verwondingen ontstaan.
- Vrouwelijke judoka's dragen een effen witte t-shirt onder de judovest. Een t-shirt met ons clublogo is ook toegestaan. De witte t-shirt maakt voor de dames gewoon deel uit van hun judokledij, zonder kan men niet meetrainen.
- Lange haren dienen deftig vastgebonden te worden, bij meisjes en bij jongens. (Als je haren om de haverklap loskomen zijn ze niet deftig vastgemaakt.)
- Naast de tatami dragen we steeds pantoffels of zori's, we lopen nooit op blote voeten.
- Het is verboden juwelen of scherpe voorwerpen te dragen tijdens de training.
- We verlaten de tatami en/of dojo nooit zonder toelating van de trainer.
- Orde en zelftucht, kledij wordt steeds in orde gehouden tijdens de training.
- Elke judoka neemt zijn eigen drinkbus mee naar de judozaal met water of isotone dranken. Er is geen mogelijkheid om tijdens de training buiten de judozaal te gaan drinken.
- Niet eten of snoepen in de dojo (judozaal).
- Wanneer we niet oefenen, bijvoorbeeld om even uit te rusten of om naar de uitleg van de lesgever te luisteren, doen we dit steeds op één van de drie toegelaten manieren: zittend (in kleermakerszit), geknield (in Za-Zen) of rechtstaand (zonder ergens tegen te leunen).
- Onnodig spreken of roepen wordt vermeden. Men is steeds aandachtig voor de uitleg van de lesgever en/of hogere graden.
- Verwondingen moeten onmiddellijk verzorgd worden om besmetting te voorkomen. Oudere verwondingen moeten van tevoren verbonden zijn. Dit geldt ook voor het afplakken/verstevenigen met sporttape.
- Er wordt slechts gebruik gemaakt van de verbandkist nadat men hiervoor vanwege de trainer of een door de trainer aangewezen persoon toelating heeft bekomen. Deze regel is geldig op alles dat in de kast ligt.



INTERN REGLEMENT JUDOCLUB BOECHOUT

- Indien een judoka zich tijdens de training kwetst of bezeert, moet dit steeds onmiddellijk aan de trainer gemeld worden. Als men met een lichtere kwetsuur naar de training komt, moet men dit voor aanvang van de training aan de trainer melden. Dit is zeer belangrijk in verband met de ongevallenaangifte.
- Judo is gebaseerd op zelfdiscipline en respect voor de tegenstrever en trainer. Tijdens de trainingen wordt hieraan de nodige aandacht geschonken. Dit houdt tevens in dat de judoka's vanaf het betreden van de zaal onder de verantwoordelijkheid van de trainers vallen en dat zij de aanwezige trainers moeten gehoorzamen. Ongehoorzaamheid en/of onsportief gedrag kan aanleiding geven tot tijdelijk of definitieve uitsluiting.
- De tatami wordt steeds per groep betreden en verlaten.
- Bij het wisselen van de groepen respecteren we steeds de volledige stilte op het ogenblik van het groeten.
- Iedereen kleedt zich na de trainingen zo snel mogelijk om. Met andere woorden, ten laatste ongeveer 15 minuten na de training verlaat men de kleedkamer.
- We verwittigen steeds de trainer als we langdurig (langer dan één maand) niet aanwezig kunnen zijn.
- Judotrainingen zijn meestal vrij intensief, het is dan ook aanbevolen niet (of tenminste twee uur vooraf) te eten vooraleer naar de trainingen te komen.