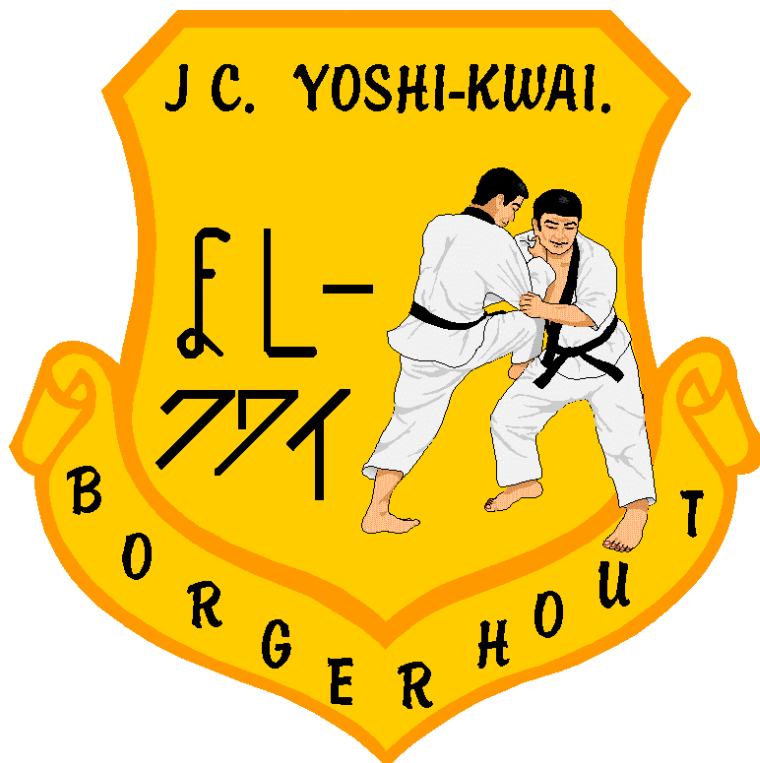


Info-Pakket.



<http://home.scarlet.be/judoclub-yoshi-kwai/>

Aangesloten bij SPORTA-federatie vzw onder nr 1051009.

Laatst bijgewerkt op: 2/8/2022



en de steun van



Welkom,

Ten behoeve van alle geïnteresseerden voor onze club en onze sport, leek het mij prima om een verzameling van info samen te stellen waardoor u op een snelle manier op de hoogte geraakt van wat er reilt en zeilt in onze club.

De aard van uw interesse zal bepalen welk gedeelte u eerst wenst door te nemen. Bent u gewoon geïnteresseerd? Overweegt u uzelf of één van uw kinderen bij ons in te schrijven? Of heeft u enkel sympathie voor ons? Het maakt niet uit. Elk vindt wel iets naar z'n tand.

Wij hopen in dit pakket voldoende informatie samen te bundelen, overtuigend genoeg om u kortelings bij ons te mogen begroeten als medejudoka of medewerker, eventueel als sponsor om samen met de andere clubgenoten zo veel mogelijk sportgenoege te laten beleven bij het beoefenen van judo.

Alvast een sportieve groet.
Namens de Raad van Bestuur
Paul Janssens. (voorzitter)

Wie zijn wij?

Doelstellingen van de club JC. YOSHI – KWAI vzw.

JC. YOSHI-KWAI vzw is een judoclub.

Betekent letterlijk: **YOSHI** = doe verder, vervolg, ga voort

KWAI = gemeenschap, groep, club, school,

JC. YOSHI-KWAI is gestart om judoka's de mogelijkheid te bieden om *verder* judo te kunnen doen of kunnen blijven doen naar eigen wensen en doelstellingen.

Met verder wordt bedoeld:

- ofwel in de eigen club met dezelfde trainer.
- ofwel in de eigen club met (een) andere trainer('s)
- ofwel in een andere club op advies van de clubtrainer en als dit wenselijk is voor de doelstellingen van de betrokken persoon!

Bovendien is recreatiesport het eerste doel van de club.

Competitie zal nooit opgedrongen worden. Wel wordt de jonge en jeugdige judoka aangespoord om zijn vooruitgang te toetsen aan de werkelijkheid onder de vorm van wedstrijdjes met andere clubs waarvan het niveau niet te hoog opgevoerd moet worden. Hierbij zouden we kunnen spreken van ***recreatieve wedstrijden!***

Dit is niet van toepassing voor de VOLWASSENEN die enkel recreatief judo wensen te doen.

Eventuele kandidaten voor gevorderde competitie zullen eerst nog begeleid worden binnen de club, doch worden niet weerhouden om naar een competitieclub naar keuze over te stappen. Eventueel advies (clubkeuze, motivatie, consequenties) vanuit de club kan de kandidaat hierbij helpen.

Wat biedt de JC. YOSHI-KWAI aan?

Vóór alles zijn wij een judoclub op recreatieve basis.

Op het moment van bijwerking van dit “Info-Pakket” bestaan er de volgende groepen:

Woensdag van 13:30 – 14:15: Voor de allerkleinsten. < 7 jaar (UKKIES)
van 14:15 – 15:30: START-To-Judo (alle beginners en ex Ukkies)
van 15:30 – 17:00: Gekleurde Gordels. (of vervolg op de START-To)

Donderdag van 17:30 – 19:00: +training voor gekleurde gordels en + 14 j
In functie van de lichaamsbouw kan er een andere groep geadviseerd worden.

Opmerking:

De overgang van de ene naar de andere groep wordt geëvalueerd i.f.v. leeftijd, maturiteit, fysieke mogelijkheden ... teneinde de best geschikte groep te vervoegen.

Andere of extra groepen zijn mogelijk zodra hiervoor voldoende inschrijvingen zijn. Aldus kan een opsplitsing van een bestaande groep overwogen worden om het leeftijdsverschil en het niveauverschil te beperken, of het opstarten van een groep voor bepaalde leeftijds- of andere categorie enz. Hierbij zal steeds de economische haalbaarheid ervan doorslaggevend zijn alsook de beschikbaarheid van de zaal.

Bovendien geeft de JC. YOSHI-KWAI ook ZELFVERDEDIGING.

Het opzet van deze *levensreddende zelfverdediging* is om in een kortere tijdspanne mensen (hoofdzakelijk voor meisjes en dames) voldoende en efficiënte mogelijkheden aan te reiken, die hen in staat stellen om zich uit bedreigende situaties efficiënt te redden, onder het motto: “Niet met mij!”

Een cursus loopt over 7 x 1 ½ uur of 10 x 1 uur.

De ervaring leert dat dit heel dikwijls voldoende is voor de meeste cursisten. Voor de anderen is een herhaling van de cursus (op termijn) zeker geen verloren investering.

De basiscursus zelfverdediging volgt het boek “Niet met mij!” van Marianne Van den Lemmer. In eigen beheer werd reeds een vervolg samengesteld op basis van JUDO-technieken (eveneens 7 x 1 ½ uur of 10 x 1 uur).

Een cursus wordt slechts georganiseerd voor groepen van min. 10 deelnem(st)ers. Er wordt pas op dat moment plaats en uur afgesproken.

Waar vindt u ons?

Sporthal Luisbekelaar (zaal C)
Luisbekelaar z/n
2140 Borgerhout.

Ook voor de zelfverdediging zoeken we eerst een mogelijkheid in dezelfde zaal, aangezien deze als thuishaven gezien wordt. Niets belet echter dat u zelf voor infrastructuur zorgt (zaal + mat!) om in uw thuishaven de activiteit van uw keuze te komen geven.

Bereikbaarheid.

- Per auto:**
- uitrit Borgerhout van de Antwerpse Ring.
 - Richting Deurne (= Luitenant Lippenslaan)
 - Voorbij Ziekenhuis St. Erasmus 1^{ste} lichten rechtsaf (= Dr. Van de Perrelei)
 - Tot aan rond punt.
 - Direct rechtsaf. (= Berchemlei)
 - Voorbij plantsoen weer rechtsaf.(= Luysbekelaar)
 - Parkeermogelijkheid voor sporthal en in de straat.

Openbaar vervoer:

Zie bijlage met info dd. 30/7/2016

Alle info op....

één adres:

Secretaris:	JC. Yoshi – Kwai vzw
Voorzitter:	Inge Janssens
	Paul Janssens
	René Bosiersstraat 22
	2140 BORGERHOUT.







één telefoonnummer: **03 - 235.16.64**
GSM: **0494-36.42.72 (ook WhatsApp)**
(Gelieve niet te bellen tijdens de trainingsuren AUB)

e-mailadres: **info@yoshi-kwai.be**
website: **www.yoshi-kwai.be**

Aansluitingsprocedure.

Iedereen is welkom. In ons Huishoudelijk Reglement vindt u de regels die in onze club er toe moeten bijdragen dat we in alle vrede en rust kunnen sporten. Als u zich hiermee kan vereenzelvigen en ook nog van onze sport houdt, belet niets u om in te schrijven of aan te sluiten.

De procedure verloopt als volgt:

-  Vooreerst mag iedereen steeds naar de trainingen komen kijken.
-  Een kandidaat lid mag eerst, bij wijze van proef en gratis aan max. 2 (opeenvolgende) lessen deelnemen.
Hij / zij bezorgt een volledig ingevuld "Aanmeldingsformulier en een duidelijke kopie van zijn / haar paspoort.
Hierdoor wordt het inschrijven, en doorgeven van de persoonlijke gegevens voor de verzekering, efficiënter. Deze gegevens dienen enkel voor de interne administratie en de controle op de juistheid van de inschrijfggegevens.
Deze zullen niet worden doorgegeven aan derden in overeenstemming met de Wet van 8/12/1992.
-  Indien nog niet vooraf bekomen zal hij / zij in de loop van deze (proef)periode de nodige documenten bezorgd worden om de inschrijving volledig te kunnen maken: Huishoudelijk Reglement (HR), Nuttige tips voor een beginnend judoka. Meestal is dit vervat in dit Infopakket.
-  Bij definitieve aansluiting of heraansluiting gaat de kandidaat (of de ouders) akkoord met het integrale HR (Laatste versie).
-  Bij de laatste "proefles" wordt het saldo van het lidgeld betaald voor het lopende seizoen.
Voor maandelijkse afbetalers: een begonnen maand = een betalende maand.
Het minimum bedrag voor inschrijving zal echter € 35,00 bedragen.
-  Op dat moment eindigt de aansluitprocedure en ben je aangesloten.

OPMERKING: Om praktische redenen verkiezen wij tijdige betaling via onze rekening

IBAN BE52 9799 4223 9009 bij Argenta.

Hartelijk dank voor uw medewerking.

Over Euro's en centen.

JUDO:

Alle groepen

Lesgeld eerste inschrijving : jaarbasis € 125,00 / maandbasis: € 14

Lesgeld herinschrijving: jaarbasis € 110,00 / maandbasis: € 12

Verzekering € 11,00

(via de federatie = SPORTA-federatie vzw) – NIET in lesgeld inbegrepen

- ✚ Bovendien ben je dankzij Sporta-federatie stevig verzekerd voor sportongevallen. Niet alleen tijdens alle clubactiviteiten, maar ook 24/24u als je op individuele basis gaat fietsen, wandelen, joggen, zwemmen, rolschaatsen, fitnessen of yoga doet. Geen reden dus om stil te zitten!

KORTINGEN EN TUSSENKOMSTEN:

korting()* : 5 % voor 2^{de} lid van zelfde gezin / 10 % voor 3^{de} lid zelfde gezin en volgende.

(*) korting enkel geldig op les gelden en voor betalingen van een volledig seizoen.

Wie per maand betaalt, betaalt steeds € 14,00 / € 12,00 per persoon.

Speciale regeling met geldig OCMW-attest mogelijk: in afspraak met het OCMW.

Sommige mutualiteiten geven een kleine tussenkomst.

Vraag uw mutualiteit een gepast formulier. Wij zullen het graag voor u invullen.

ZELFVERDEDIGING:

per reeks / per persoon = € 75,00 (excl. Zaal, boek of cursus en verzekering)

DIVERSEN:

AANKOOP:

ALL-INN:

- Kinderen: € 35,00 (Judopak-gordel-Badge+Handboekje)
- Vanaf 16 jaar: € 40,00 (Judopak-gordel – Badge + Handboekje)
- Gordel (enkel): € 5,00
- Badge (enkel): € 5,00
- Handboekje voor de Judoka (enkel): € 7,00 (ZEER AAN TE BEVELEN)
- T-Shirt met logo: € 5,00 (Kinderen) (zo lang de voorraad strekt)
- € 6,00 (Vanaf L) (zo lang de voorraad strekt)

LESSEN en / of TRAININGEN op uw EIGEN LOCATIE: te bespreken.

Prijzen geldig augustus '22.

HUISHOUELIJK REGLEMENT.

De kleine, maar belangrijke lettertjes!

Art. 1: Oprichting.

De judoclub “JC. Yoshi-Kwai” werd opgericht op 01 september 1996.
Rechtspersoon: vzw sedert 23/6/2008.

Art. 2: Doel.

De club werd opgericht om judo-onderricht te geven aan kinderen en volwassenen en hen in die opleiding zo lang mogelijk bij te staan. Tevens is het de bedoeling om niet afwijzend te staan tegenover aanverwante sporten en activiteiten, inclusief zelfverdediging.

Art. 3: Zetel.

Zetel (het secretariaat) is gevestigd op het adres: René Bosiersstraat 22 – 2140 Borgerhout.

Art. 4: Dagelijks bestuur.

Het dagelijks bestuur berust bij Paul Janssens, die ook de enige trainer – lesgever is.
Voor de trainingen kan hij zich laten bijstaan of vervangen door een persoon van zijn keuze.

Art.5: Medewerkers / functies.

Paul Janssens: Voorzitter / algemeen verantwoordelijke / Trainer.
Inge & Cathy: Vervangend verantwoordelijken voor alle groepen bij afwezigheid P.Janssens.
Inge Janssens: Vertrouwenspersoon. (gsm: - email: janssensingej@hotmail.com)

Art.6: Locatie geregelde activiteiten.

De geregelde activiteiten (trainingen) zullen doorgaan in de Stedelijke Sporthal Luisbekelaar (zaal C).
Deze zaal wordt hierna de “Dojo” genoemd.

Art.7: Federatie.

Op het moment van bijwerking van dit HR is de club aangesloten bij de SPORTA-federatie vzw -
Boomgaardstraat 22 bus 50 - 2600 Berchem, welke erkend is door BLOSO.
Ons aansluitingsnummer daar is: AN474

Art.8: Trainingen.

Op het moment van bijwerking van dit “HR” zijn er volgende groepen:
Woensdag van 13:30 – 14:15: Voor de allerkleinsten. < 7 jaar (UKKIES)
van 14:15 – 15:30: START-To-Judo (alle beginners en ex Ukkies)
van 15:30 – 17:00: Gekleurde Gordels. (of vervolg op de START-To)

Donderdag van 17:30 – 19:00: +training voor gekleurde gordels en + 14 j
In functie van de lichaamsbouw kan er een andere groep geadviseerd worden.

Art. 9: Regels binnen de club.

De leden dienen de volgende regels te respecteren (*).

- Zuivere kleding (judogi) : ontdaan van alle nevengeuren zoals rook, honden, katten en andere dieren –
 - Gewassen voeten en handen – korte nagels van vingers en tenen – geen eten , snoep of drinken – niet spuwen.
 - Wondjes moeten verbonden of verpakt zijn vóór de training begint.
 - De tatami wordt enkel betreden zonder schoeisel en na de judogroet te hebben gedaan.
- Verwant met het vorige punt is een dringend verzoek aan de leden om niet blootsvoets rond te lopen buiten de tatami. Pantoffeltjes zijn een geschikt middel om niet telkens zijn schoenen (kousen) te moeten aan en / of uit doen.
- Voor de kinderen wordt er gevraagd om naar de WC te gaan vóór de training (thuis).
- De kinderen die toch moeten gaan tijdens de training, zullen dit mogen na vraag aan de trainer of verantwoordelijke op dat moment. Er wordt van hen verwacht dat ze dan ook telkens de handen wassen alvorens terug op de tatami te komen. Het is dan ook wenselijk dat ieder een eigen handdoek meebrengt in zijn sportzak om, in voorkomend geval, zijn handen te kunnen afdrogen.
- Kleine kinderen die met hun vingers in de mond zitten; in hun neus peuteren of aan hun voeten prullen, zullen ook een handenwasbeurt opgelegd krijgen. De hygiëne bij het vastpakken van de partner(s) is erg belangrijk.
 - De judogi mag pas aangedaan worden in de sporthal. Om judogi, pantoffeltjes, en handdoek mee te brengen, is een sporttas praktisch een must.
 - Er worden geen juweeltjes, horloges, armbandjes, ringen of haarspelden gedragen op de tatami. Laat ze thuis!
 - Ook het dragen van eender welke piercing is ten strengste verboden omwille van het gevaar voor doorscheuren en andere kwetsuren. Wie een “onzichtbare” piercing heeft, wordt dringend verzocht om deze spontaan te verwijderen. Dit is niet verenigbaar met de judosport.
 - Respect t.o.v. de medeleden en de verantwoordelijken.
 - Respect t.o.v. de sportinfrastructuur die wij gebruiken (kleedkamer – gangen - zaal – tatami).
 - De tatami wordt niet verlaten zonder toestemming van de verantwoordelijke op dat moment.
 - Het is eenieder verboden om stimulerende middelen te gebruiken om “betere” prestaties te kunnen leveren.
 - Het gebruik van drugs of stimulerende middelen, van welke aard of soort ook, is niet verenigbaar met het beoefenen van onze sport.
 - Elke vorm van agressie, discriminatie, pesten, sexueel overschrijdend gedrag of sexuele intimidatie zal niet getolereerd worden.

(*). Deze opsomming is niet volledig, doch vernoemt slechts de meest belangrijke. Het gezond verstand zal eenieder helpen te doen en te laten wat nodig is om een gezonde en positieve sfeer te bewerkstelligen binnen de club en naar de buitenwereld toe. Deze lijst kan metertijd aangevuld worden of aangepast.

Art.10: Verzekering – Doktersattest – Handicaps.

De verzekering van de leden is geregeld via de Federatie (bij Ethias).

Die geruststellende verzekeringspolis van Ethias dekt je tegen:

- Lichamelijke ongevallen
- Hartfalen en beroertes
- Burgerlijke aansprakelijkheid
- Rechtsbijstand

Daarenboven krijg je er deze extra voordelen zomaar bovenop:

- Geen franchise of kostenplafond.
- RIZIV-tarief tot 100% terugbetaald.
- Een ongevals dossier kan drie jaar lopen. Standaard is dat slechts twee jaar.
- Terugbetaling bij brilschade van een lichamenlijk ongeval als er een hoofdletsel is.
- **NIEUW & UNIEK:** leden die op eigen initiatief buiten clubverband wandelen, fietsen (geen wedstrijden), zwemmen, joggen, rolschaatsen, fitnessen en/of yoga doen; zijn automatisch gedekt! Zonder dat ze er iets voor hoeven doen.

Elk lid zal jaarlijks een nieuw medisch attest binnen brengen, ingevuld en ondertekend door de huisarts, ter bevestiging dat er geen medisch beletsel is om deel te nemen aan de judotrainingen. Wie dit attest niet binnenbrengt, draagt zelf het risico tijdens de trainingen of activiteiten.

Tevens wordt elke kandidaat inschrijver verzocht om spontaan elke lichamelijke en / of mentale handicap bij inschrijving te vermelden, of vóór de inschrijving te bespreken met de verantwoordelijke. Er zijn geen speciale groepen voor de verschillende handicaps binnen de club, doch in de mate van het mogelijke, worden deze personen / kinderen in de gewone groepen geïntegreerd.

Art. 11: Aanvaarding van nieuwe leden.

Kandidaat nieuwe leden worden aanvaard, zonder onderscheid van ras, geslacht of religie en afhankelijk van de beschikbare ruimte binnen de doelgroep. Iedereen gedraagt zich volgens dezelfde regels.

Van de kinderen -7 jaar wordt er geen examen gevraagd. Principieel wordt er niet deelgenomen aan wedstrijden omdat de nadruk in deze groep vooral op het "speeljudo" ligt.

Art. 12: Keuze van groep of groepsverhoging.

De keuze van groep wordt door ons gemaakt op basis van volgende criteria:

- Eerst en vooral de leeftijd. Voor de Ukkies ligt die grens op +- 7 jaar. Vaak blijven eerstejaars toch nog bij de lagere groep als gewenning aan het judogebeuren e.d. Zo gaat dat ook voor de groepen Start-to-Judo, KIDDIES (9 jaar) en KIDS (14 jaar).

- Verder op basis van hun anciënniteit. M.a.w. Als ze reeds een jaartje judo gedaan hebben, kunnen ze gemakkelijker naar de volgende groep.

Wie nieuw is, en geen judo-ervaring heeft, kan beter een jaartje in de lagere groep blijven.

- Uiteindelijk bekijken we ook de lichaamsbouw. Wie te groot en sterk is voor zijn leeftijd, kan dan toch beter naar een volgende groep.

Als er iemand te vlug naar een volgende groep gaat, dan remt dat ook de werking in die groep.

Art. 13: Voertaal.

De voertaal is het Nederlands. Anderstaligen worden niet geweigerd, doch er wordt van hen een inspanning gevraagd om de voertaal te verstaan. Volgens de beperkte mogelijkheden van de lesgever kan er al eens iets in een andere taal toegelicht worden om de drempel voor anderstaligen te verkleinen. Dit kan echter geen verworven recht worden.

Art. 14: Inschrijving – exclusiviteit - Vrijheidsprincipe.

Art. 6 van het Decreet van 24 / 7 / 1996 waarborgt de "vrijheid van de sportbeoefenaar".

De JC. Yoshi – Kwai vzw onderschrijft dit decreet en houdt niemand tegen om elders te sporten. Omwille van didactische redenen zou het wel aangewezen zijn om niet tegelijkertijd in 2 (of meer) judoclubs ingeschreven te zijn en er deel te nemen. Hier zal de sporter zijn eigen keuze dienen te maken, welke de JC. Yoshi – Kwai zal respecteren.

Art. 15: Lidgeld.

Het lidgeld dient betaald te zijn vóór de periode en liefst via de bankrekening van de club.

De prijs kan van jaar tot jaar verschillen. De prijzen worden vermeld in het infopakket en in de brief, die reeds aangesloten leden in augustus krijgen.

Bij voortijdig verlaten van de club zal er geen terugvorderbaarheid zijn van enig lidgeld.

Art. 16: Verantwoordelijkheid.

De verantwoordelijkheid van de club begint pas wanneer de kinderen (ook voor de volwassenen) op de mat stappen.

Daarom worden de ouders verzocht, en dit om alle misverstanden en mistoestanden te vermijden, om hun kind(eren) aan de zaal af te zetten en pas te verdwijnen nadat hun kind(eren) op de mat is (zijn).

Er mag echter niemand op de mat voor er iemand van de lesgever(s) aanwezig is.

Leden die te laat aankomen, voor een training, kloppen op de deur en mogen deze openen. Ze wachten dan tot de hoogste graad op de tatami teken geeft dat je op de mat mag.

De Club is niet verantwoordelijk voor verlies en / of diefstal van persoonlijke voorwerpen van de leden en bezoekers. Aan de leden wordt aangeraden om alle persoonlijke voorwerpen en juweeltjes thuis te laten.

Art. 17: Toeschouwers.

Hoewel onze club graag met open deuren werkt, vragen we toch aan de ouders om enkel tijdens de eerste les(sen) (proeflessen) in de zaal te blijven. Ervaring leert dat de aanwezigheid van ouders, grootouders, broertjes en / of zusjes, storend werkt op de kleinsten en soms ook op de KIDS. Zij gaan zich voor probleempjes naar de aanwezigen wenden in plaats van naar de leerkracht. Of ze gaan dingen doen om een appreciatie te krijgen van de aanwezigen, dingen die niet gevraagd worden of gevaarlijk zijn. Kleine kinderen aan de zijkant kunnen nog niet de volledige tijd stilzitten en zullen zo de les storen.

Art. 18: Recht op afbeelding.

Het lid geeft aan de vereniging de toelating om, in het kader van de activiteiten van de vereniging, afbeeldingen van hem/haar te maken alsook om die afbeeldingen te gebruiken ter promotie van de activiteiten van de vereniging. Het lid heeft evenwel het recht om indien er gewichtige redenen voorhanden zijn, deze toestemming op elk moment in te trekken. Eventuele schade die de intrekking voor de vereniging tot gevolg heeft, zal door het lid worden vergoed.

Art. 19: Afwezigheden - Kinderopvang.

Afwezigheden zijn nu eenmaal onvermijdelijk in de loop van het seizoen. Even (en liefst telkens) een klein berichtje, geeft ons een zicht op de betrokkenheid van eenieder met het welzijn van de club.

Wij begrijpen dat er onvoorziene omstandigheden kunnen zijn waardoor uw kind na de training niet tijdig kan worden afgehaald. Het is echter niet onze taak of verantwoordelijkheid noch onze bedoeling om een opvang te organiseren. Daarom zal er slechts 10 minuten na de training opvang zijn en dit in uitzonderlijke gevallen. Gelieve dan ook het nodige te doen om uw kind tijdig te laten afhalen, eventueel door een derde. Na die 10 minuten zal uw kind alleen in de sporthal moeten wachten.

Afwezigheden van onze kant (ziekte, weersomstandigheden of overmacht) kunnen er toe leiden dat trainingen moeten verplaatst of zelfs afgelast worden. De club doet er alles aan om dit zo veel mogelijk te beperken. We raden alle leden en ouders aan om zeer nauwgezet de mail- of SMS-berichten op te volgen, dewelke wij in die situatie zullen zenden.

***Door u aan te sluiten bij de club,
verklaart u zich akkoord om deze regels te respecteren.***

=====

Hulp bij organisatie van activiteiten en kwaliteitsverbetering.

Omdat alle werk niet door één persoon of enkele personen kan gebeuren, omdat één persoon niet alle wijsheid in pacht heeft en het steeds noodzakelijk is om de werking van de club te optimaliseren, durven we hier een oproep doen voor enige hulp.

Elk lid, of de ouders van de kinderen, wordt verzocht om, volgens zijn / haar / hun eigen mogelijkheden, tijdens het seizoen een handje te helpen bij het organiseren van activiteiten die inherent zijn aan de werking van de club en haar een meerwaarde geven, zoals:

- Tornadoien (intern, extern) / Jaarfeestje, vieringen / Opendeurdag en / of familiedag.
- Buitenzaalse activiteit voor de kinderen.
- Werkgroep om de administratieve kwaliteiten van de club te verbeteren.
- Nieuwsbrief of clubblad. Enz. enz.

Men gelieve op het bijvoegsel ook de strook in te vullen waarin men zijn voorkeursdomein opgeeft.

Hulp bij organisatie van activiteiten en kwaliteitsverbetering.

Ondergetekende (Naam & voornaam):

Ouder / vader / moeder van:

Geeft zich op om mee te werken aan:

Tornadoien (intern, extern):	JA / NEEN
Jaarfeestje, vieringen:	JA / NEEN
Opendeurdag en / of familiedag:	JA / NEEN
Buitenzaalse activiteit voor de kinderen:	JA / NEEN
Eén of andere werkgroep om de administratieve kwaliteiten van de club te verbeteren.	JA / NEEN
Nieuwsbrief of clubblad:	JA / NEEN
Andere: geef omschrijving:	

Handtekening:

Datum:/...../...20..

NUTTIGE TIPS voor NIEUWE JUDOKA'S. (bij inschrijving)

I. Hygiëne.

* **Lichaam:**

Het respect voor onze partners / medejudoka's staat in onze club voorop.

DAAROM:

- Propere voeten is een must. Korte nagels van vingers en tenen.
- Geen juwelen op de mat: haarspelden, ringen, oorringen, armbanden, horloges ... zijn verboden. Ze kunnen iemand kwetsen. LAAT ZE THUIS!

* **Kledij:**

De judogi wordt na elke training verlucht. Zo blijft hij langer fris. Bij erg zweten of langdurig gebruik vraag de judogi om een wasbeurt.

Laat nooit een vochtige judogi in uw sportzak steken. Thuis, na de training, onmiddellijk openhangen.

Het judopak (judogi) mag pas aangedaan worden in de sporthal, in de kleedruimtes, en na de training weer gewone kleren aan; zo blijft het langer fris.

II Practisch.

* **Betreedt de TATAMI steeds blootsvoets!**

Om de mat zuiver te houden is het verboden om de mat te betreden met schoenen. Daarom zijn pantoffeltjes (slippers) VERPLICHT om van de kleedkamer naar de Dojo te stappen!

* **Kleedkamers:**

- De meisjes gaan bij het binnenkomen van de sporthal naar de kleedkamer gelijkvloers; Gang rechts; 1^{ste} deur rechts. Ze kleden zich om en brengen al hun spullen mee naar de ruimte achter de Dojo.
- De jongens gaan bij het binnenkomen van de sporthal naar de kleedkamer gelijkvloers; Gang rechts; 4^{de} deur rechts. Ze kleden zich daar om en brengen al hun spullen mee naar de ruimte achter de Dojo.

* **Een goede raad:**

Neem uw kleren mee weg uit de kleedkamer om diefstal te vermijden. In een sportmidden zou dit niet mogen gebeuren, doch waar de mogelijkheid niet is, kan de dief zijn slag niet slaan.

Zorg dat je sportzak groot genoeg is, zodat je je kleren (netjes gevouwen) daarin kan steken en meebrengen naar de Dojo. Voor schoenen kan je een plastic zakje voorzien zodat ze de inhoud van je sportzak niet kunnen besmeuren.

- * Na afloop van de training kan en mag er gebruik gemaakt worden van de douches die deel uitmaken van de kleedkamers op het gelijkvloers. De judoka gaat dan in judogi – met al zijn spullen – naar de kleedkamers op het gelijkvloers en kan daar douchen.

III Administratief.

- Wie niet betaalt mag niet verder deelnemen aan de trainingen
- De betaling gebeurt vóór de periode en bij voorkeur via de rekening.
- Het is in uw voordeel om voor een gans seizoen vooruit te betalen.
Dit bespaart ook tijd tijdens de lessen. Wij zijn nochtans bereid dit met u te bespreken.
- Bij het betreden van de Dojo, tekent u het aanwezigheidsblad af, achter uw naam.

IV. En tijdens de oefeningen.

- * Tijdens de uitleg van de leraar ben je stil en let je op.
- * Tijdens het oefenen mag er gesproken worden, MAAR vermijdt al wat de les stoort!
- * Zet je volledig in!
- * Telkens je de Tatami verlaat of betreedt, groet je.
- * Doe enkel, en zo goed mogelijk, wat er gezegd wordt. Het heeft zeker een bedoeling als er tijdelijk een oefening gedeeltelijk gedaan wordt.
- * Vraag extra uitleg als je iets niet direct begrijpt of kan uitvoeren. Blijf vragen als je moeite blijft hebben met bepaalde oefeningen. Zo weet de leraar hoever je staat en wat hij/zij nog beter moet uitleggen!
- * Geniet van wat plezierig is en werk ernstig aan moeilijkere zaken!

- * Van harte welkom en heel veel succes!

BIJLAGE: Openbaar vervoer

(Info 30/7/2016)

Naam halte	Lijn nr	Bus/Tram	Nr halte	Richting	Komende van	Verder beschrijving locatie
St Erasmusziekenhuis	20	Bus	104124	Borsbeek	Rooseveltplaats	Berchemlei - St Franscusschool - Aan Rond punt
St Erasmusziekenhuis	420	Bus	105165	Herentals	Rooseveltplaats	Luitenant Lippenslaan
St Erasmusziekenhuis	421	Bus	105165	Broechem - Zandhoven	Rooseveltplaats	Luitenant Lippenslaan
St Erasmusziekenhuis	422	Bus	105165	Broechem - Lier	Rooseveltplaats	Luitenant Lippenslaan
St Erasmusziekenhuis	423	Bus	105165	Emblem - Lier	Rooseveltplaats	Luitenant Lippenslaan
K. Van De Woestijnelei	33	Bus	103127	Merksem - Ekeren	Hoboken - Wilrijk	K. De Preterlei - Aan Boelaertpark
Fr. De Vriendtstraat	20	Bus	104119	Rooseveltplaats	Borsbeek	Berchemlei - Fr. De Vriendtstraat - Over Waterbouwkundig labo
Berchemlei	33	Bus	104112	Merksem - Ekeren	Rooseveltplaats	K. De Preterlei - Aan rond punt
Berchemlei	20	Bus	101315	Rooseveltplaats	Borsbeek	Arthur Matthijslei - Aan rond punt
Berchemlei	33	Bus	101320	Wilrijk - Hoboken	Rooseveltplaats	Dr Van de Perrelei - Aan rond punt
Apollo	4	Tram	101160	Silsburg	Hoboken	Hoek Gitschotellei - Apollostraat
Apollo	9	Tram	101160	Eksterlaar	LO	Hoek Gitschotellei - Apollostraat
Apollo	4	Tram	101545	Hoboken	Silsburg	Hoek Gitschotellei - Jules Van Beylenstraat
Apollo	9	Tram	101545	LO	Eksterlaar	Hoek Gitschotellei - Jules Van Beylenstraat