



# *Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"*

Vereniging zonder Winstoogmerk

## **Sportverenigingsplan**

### **Inhoud**

Visie	1
Doelgroepen	2
Bijdragen	2
Activiteiten	3
De clubgeschiedenis	5
De structuur	6
De financiën	8
Communicatie	8
Klantgerichtheid	10
Begeleiding van de leden	12
Dojo etiquette	13

### **Visie**

#### **Doel van de vereniging**

Jiu-jitsu is een sport en een krijgskunst, gericht op zelfverdediging. De vereniging heeft tot doel deze te onderzoeken, te beoefenen, te verspreiden en te bevorderen.

We zijn van oordeel dat de club deze zienswijze op drie manieren kan bereiken; nl. via:

#### **1. Ledenwerving**

De vereniging bouwt een uitgebreide jeugdwerking op en moedigt volwassenen aan om deel te nemen zowel aan de sportieve activiteiten als aan het verenigingsleven van onze club.

#### **2. Sportieve en sociale recreatie**

Op de tatami streeft de vereniging naar een goede en deskundige begeleiding van de leden. Naast de tatami streeft de vereniging naar een verenigingsleven met inhoud en vorm die de huidige maatschappij aanspreekt.

#### **3. Vredelievendheid en eerbaarheid**

De vereniging bouwt een werking uit die gericht is op de beoefenaar, maar die ook maatschappelijk aanvaard is. De werking is dan ook permanent gericht op vriendelijkheid, beleefdheid, eerbaarheid en deugdzaamheid. 'Vrede en billijkheid' staan hoger aangeschreven dan 'oorlog en vechten'.



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

## Doelgroepen

Elke persoon vanaf de leeftijd van acht jaar mag deelnemen aan de trainingen. De jeugdploeg bestaat uit jongeren van acht tot veertien jaar. De volwassenenploeg bestaat uit alle jongeren vanaf de leeftijd van veertien jaar en alle volwassenen. De toepassing van de genoemde leeftijden zijn principes en geen regels. De toepassing is situationeel en afhankelijk van verschillende variabelen die door de hoofdlesgever beoordeeld worden.

De club streeft ernaar om doelgroepen zoals kinderen en kansarmen te bereiken door actief deel te nemen aan de mogelijkheden die de overheid aanbiedt. Zo sluiten we ons aan bij het doel en de werkwijze van de UitPas waarmee de lokale overheid een bepaalde doelgroep wil bereiken.

## Bijdragen

Elke persoon mag gedurende twee lessen gratis meetraineren om zo kennis te maken met onze gevechtswet. De persoon is tijdens deze twee trainingen verzekerd. Na de tweede les dient betrokkene te beslissen indien hij/zij zich aansluit of niet.

Per sportseizoen wordt een bijdrage gevraagd. De som bestaat uit het lidgeld voor de club, het lidgeld van de Vlaamse Jiu-Jitsu Federatie (V.J.J.F.) en de bijdrage voor de verzekering. Een sportseizoen begint op 1 september en eindigt op 30 juni. De V.J.J.F. is een door de Vlaamse overheid erkende sportfederatie.

Groep	Lidgeld VJJF en verzekering per sportseizoen	Bijdrage per half sportseizoen	Bijdrage per sportseizoen
Jeugd	25 €	60 €	110 €
Volwassenen	25 €	75 €	140 €

Vanaf het derde gezinslid, moet het jongste lid slechts 50% van het lidgeld betalen.

De uitrusting van een lid bestaat minimaal uit een 'gi', d.i. een trainingspak met gordel (obi) en drie emblemen (club, stijl en federatie).

De initiatiecursus zelfverdediging van tien lessen kost 50 €, verzekering inbegrepen.

De club streeft ernaar om de financiële kost voor bepaalde doelgroepen, zoals b.v. Uitpashouders, te verkleinen. Deze is functie van de regelgeving die gehanteerd wordt in deze specifieke samenwerking.

De club aanvaardt de sport- en cultuurcheques van Sodexho en Accor Services en wijst op de mogelijkheid tot terugbetaling van een deel van het lidgeld door sommige mutualiteiten.

De bedragen kunnen jaarlijks aangepast worden.

Maatschappelijke zetel: Groenstraat 56, 2570 Duffel  
Secretariaat VZW: Jens Van Laer  
Dojo: K.T.A., Predikherenlaan 18, 2500 Lier  
Contact: [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com)  
Belfius: BE58 0682 4396 0279 BIC: GKCC BE BB  
Ondernemingsnummer: 0455.022.743



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

## Activiteiten

### 1. Trainingen

In regime is er elke dinsdag, donderdag en zaterdag een trainingssessie. De jeugdploeg oefent op dinsdag en donderdag van 18.45 tot 19.55 uur. De volwassenen oefenen op diezelfde dagen van 20.05 tot 21.30 uur. Op zaterdag gebeurt de training gedeeltelijk simultaan: 10.00 tot 11.00 uur voor de jeugdploeg en 10.00 tot 11.30 voor de volwassenenploeg.

Alle leden worden verwacht om aan de trainingen op regelmatige wijze deel te nemen.

De trainingen vinden plaats in de dojo (gevechtszaal van de Campus Louis Zimmer in de Predikherenlaan 18, 2500 Lier (sporthal, eerste verdieping)

De trainingen worden geleid door (een groep) lesgevers onder leiding van een hoofdlesgever.

De V.J.J.F. Stijl De Wit organiseert de federale trainingen. Deze trainingen zijn bedoeld voor alle leden vanaf blauwe gordel en dienen als voorbereiding op de dangraadverhogingen.

### 2. Initiatiecursus zelfverdediging

De club heeft een initiatiecursus van tien lessen voor volwassenen ontwikkeld. Deze cursus wordt niet a priori jaarlijks georganiseerd. Ze wordt ingepland in functie van de vraag door derden en van de beschikbaarheden aan lesgevers. De deelnemers aan een initiatiecursus komen tijdens de normale traininguren oefenen in een aangepast programma en worden begeleid door specifieke lesgevers.

Tijdens deze cursus zal een deelnemer zich in een aantal specifieke situaties leren verweren. Daarnaast krijgt hi/zij tips om moeilijke situaties te vermijden.

### 3. Examens

In het jiu-jitsu wordt met behulp van gekleurde gordels een onderscheid gemaakt in de mate van kennis en vaardigheden tussen de leden. De verschillende graden of kyu zijn: wit, geel, oranje, groen, blauw en bruin; respectievelijk 6<sup>e</sup> tot 1<sup>e</sup> kyu. Na de 1<sup>e</sup> kyu volgt de zwarte gordel. De graden in de zwarte gordel worden 'dan' genoemd en beginnen bij eerste dan, tweede dan, ... tot tiende dan.

De examens voor de kyu-graden worden in de club georganiseerd. De voordracht tot deelname aan examens is een beoordeling die enkel de hoofdlesgever toekomt en afhangt van variabelen zoals het aantal gevolgde lessen, de inzet, de vaardigheden, de vlotte kennis van het programma. Naast het programma van de nieuwe kyu wordt de kandidaat ook ondervraagd over de technieken van de verschillende lagere kyu. De exameninhoud en de wijze van afnemen zijn voor alle leden hetzelfde. Als een kandidaat in het examen slaagt, ontvangt hij zijn nieuwe gordel.

De examens van de dangraden worden georganiseerd door de V.J.J.F. Stijl De Wit. Onze vereniging volgt volledig het federale programma voor de dangraden. De club ondersteunt en begeleidt zijn leden binnen dit federale programma.



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

## 4. De V.J.J.F.

De club kiest er bewust voor om niet aan competitie deel te nemen.

De V.J.J.F. organiseert echter ook stages, toernooien en competitie. De club kan, indien ze dit zou wensen of indien dit opportuun zou geacht worden, in samenwerking met de V.J.J.F. dergelijke evenementen co-organiseren.

Scheidsrechtercursussen en trainerscursussen worden door de V.J.J.F, samen met Sport Vlaanderen, georganiseerd.

Daarnaast biedt de V.J.J.F. de aangesloten clubs ondersteuning bij de verzekering, vrijwilligerswerking en promotieactiviteiten.

De website van de V.J.J.F. is [www.vjif.be](http://www.vjif.be).

## 5. Website, Facebook en mailadres

De club onderhoudt en ontwikkelt een internetpagina: <http://www.goudendraak.be/> en een Facebookpagina. Een e-mail kan verstuurd worden naar [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com).

## 6. Clubactiviteiten

De club organiseert regelmatig sociale activiteiten teneinde de cohesie tussen en met de leden te versterken.

De club kan aan activiteiten die door een overheid wordt georganiseerd deelnemen om het verenigingsleven aan te moedigen en te ondersteunen.

Voorbeelden van activiteiten:

- Jaarlijkse clubbarbecue
- Nieuw sportseizoen: infomoment leden met een drankje
- Clubuitstap jeugd
- Clubuitstap volwassenen
- Deelname aan Lier Leeft
- Deelname aan stages georganiseerd door de V.J.J.F.
- Deelname aan tweejaarlijkse stage van de V.J.J.F.-stijl De Wit
- ...

## Filosofie

Jiu-jitsu geeft ons kennis om anderen pijn te doen. Het is een kunst om die vaardigheden niet te gebruiken.



# *Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"*

Vereniging zonder Winstoogmerk

## **Het aspect sport**

Als we praten over sport, dan spreken we over het samenspel van de fysieke, psychische en sociale aspecten waarmee het jiu-jitsu een plaats heeft in de eigentijdse maatschappij.

We streven naar een beheersing van het evenwicht tussen volgende elementen:

- fysiek: gezondheid, uithouding, lenigheid, kracht
- geestelijk: rede, volharding, gevoelens, zelfvertrouwen
- sociaal: kennis, sport, kunde, houding

Hoe harmonieuzer het evenwicht is, hoe meer men de kern van het 'zijn' van het jiu-jitsu benadert.

## **Het aspect krijgskunst**

Onder krijgskunst verstaan we: de geschiedkundige, krijgshaftige en kunstzinnige elementen die het jiu-jitsu maken tot wat het vandaag is geworden: een vorm van moderne zelfverdediging.

De technieken bestaan grotendeels uit bevrijdingen, afweren of ontwijken. De aanvaller kan al dan niet gewapend zijn. Meestal volgt dan een worp, een klem, een trap of stoot, een houdgreep.

We streven naar het bestuderen van de evolutie, de redenen, de oorzaken en de schoonheid van het jiu-jitsu. We streven naar het kennen van de wordingsgeschiedenis van de martiale - en artistieke zijde van het jiu-jitsu.

## **De clubgeschiedenis**

De club werd als feitelijke vereniging opgericht in 1993 en was aangesloten bij de Vlaamse Jitsu Federatie (V.J.F.). In 1994 is ze omgevormd tot een v.z.w.

Ze heeft tot 2000 in Broechem geoefend in een turnzaal van een school. Om verder te kunnen groeien werd er beslist om in september 2000 te verhuizen naar Lier. Sindsdien is de club haar dojo gevestigd in de gevechtszaal van het K.T.A. Lier.

De V.J.F. is in 2007 opgegaan in de V.J.J.F. Onze club is aangesloten onder de tak V.J.J.F.-stijl De Wit. Grootmeester 10e dan August De Wit (1926 – 2020) is de grondlegger van onze jiu-jitsu stijl.

Maatschappelijke zetel: Groenstraat 56, 2570 Duffel  
Secretariaat VZW: Jens Van Laer  
Dojo: K.T.A., Predikherenlaan 18, 2500 Lier  
Contact: [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com)  
Belfius: BE58 0682 4396 0279 BIC: GKCC BE BB  
Ondernemingsnummer: 0455.022.743



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

## De structuur

### **De vereniging**

Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak" is een vereniging zonder winstoogmerk. De club is in overeenstemming met de vigerende wetgeving.

De oprichtingsstatuten zijn opgesteld en gepubliceerd in het Belgisch Staatsblad in 1994. De statuten werden het laatste in 2023 aangepast aan de nieuwe wetgeving voor v.z.w.'s. Er wordt jaarlijks een algemene vergadering georganiseerd. De ledenlijst wordt bijgehouden op de maatschappelijke zetel. De boekhouding wordt bijgehouden conform het nieuwe Wetboek van Vennootschappen en Verenigingen (WVV) van 28 februari 2019.

Jaarlijks wordt het UBO-register aangevuld en/of bevestigd.

## Het bestuursorgaan

De vereniging wordt geleid door een bestuursorgaan, bestaande uit vier personen.

Het bestuursorgaan staat in voor de organisatie van de vereniging, voor het mogelijk maken van het doel van de vereniging, voor de samenwerking met de V.J.J.F en neemt initiatief in alle administratieve en organisatorische activiteiten eigen aan het verenigingsleven.

<b>Naam</b>	<b>Functie(s)</b>	<b>Adres</b>	<b>Telefoonnummer</b>
Geert Van den Bosch	Voorzitter, lesgever	Biesaard 14 2570 Duffel	0486 74 23 12
Claude Moerman	Ondervoorzitter	Groenstraat 56 2570 Duffel	0476 94 66 55
Jens Van Laer	Secretaris	Baron Carolyaan 27 2500 Lier	0498 67 98 38
Tom Boonen	Penningmeester	Zagerijstraat 14 2500 Lier	0472 82 89 22

## De lesgevers

De lesgevers zorgen, onder leiding van een hoofdlesgever, voor het goede verloop van de sportieve doelstellingen.

Voor het vlotte verloop van de jeugdtrainingen werd een jeugdsportcoördinator aangesteld.

Maatschappelijke zetel: Groenstraat 56, 2570 Duffel  
Secretariaat VZW: Jens Van Laer  
Dojo: K.T.A., Predikherenlaan 18, 2500 Lier  
Contact: [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com)  
Belfius: BE58 0682 4396 0279 BIC: GKCC BE BB  
Ondernemingsnummer: 0455.022.743



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

Naam	Functie(s)	Adres	Telefoonnummer
Marc Vleugels	Hoofdlesgever	Beekstraat 45, 2500 Koningshooikt	0486 81 65 25
Geert Van den Bosch	Lesgever	Biesard 14, 2570 Duffel	0486 74 23 12
Claude Moerman	Lesgever jeugd Jeugdsportcoördinator	Groenstraat 56, 2570 Duffel	0476 94 66 55
Dirk Fierens	Lesgever jeugd	Zevenbergen 90, 2500 Lier	0478 64 30 87
Kurt De Vocht	Lesgever jeugd	Stijn Streuvelsstraat 16, 2500 Lier	0495 21 52 93
Bob Verschueren	Lesgever jeugd	Kruizemunt 14, 2160 Wommelgem	0485 66 52 56

## Vrijwilligerswerking

Zowel de lesgevers als de leden van het bestuursorgaan zetten zich vrijwillig en onbezoldigd in voor de club.

Op dit moment heeft de club geen nood aan andere vrijwilligers, maar indien de club vrijwilligers zou vragen dan is de club in staat om aan de Vrijwilligerswet van 3 juli 2005 te voldoen. Desgevallend kan de club met raad en bijstand op de V.J.J.F. bijgestaan worden.

## De financiën

De penningmeester houdt een boekhouding bij zoals voorgeschreven door het Wetboek vennootschappen en verenigingen (WVV).

De belangrijkste inkomsten zijn: lidgelden van de leden, commerciële activiteiten zoals een stand op de verenigingsmarkt van Lier Kermis, de jaarlijkse clubbarbecue en subsidies van Stad Lier.

De belangrijkste uitgaven bestaan uit: de huurgelden voor de sportinfrastructuur, de kosten in verband met ledenwerving, administratieve onkosten voor het secretariaat en de weblocatie, de bijdragen aan de V.J.J.F en de verzekering en sommige verenigingsactiviteiten zoals een Sinterklaasgeschenk of een sociale activiteit.

De club heeft geen onroerende goederen en heeft geen schulden. De club bezit 35 tatami die permanent in de turnzaal van het KTA liggen. De Aikido Club van Lier bezit eveneens 35 tatami die eveneens permanent in de turnzaal van het KTA liggen.

Beide clubs kunnen kosteloos van elkaars tatami gebruik maken. Andere gevechtssportclubs kunnen, mits akkoord van beide clubs die eigenaar van de tatami zijn, onder bepaalde voorwaarden, de tatami huren voor gebruik tijdens hun trainingen in de dojo.

Maatschappelijke zetel: Groenstraat 56, 2570 Duffel  
Secretariaat VZW: Jens Van Laer  
Dojo: K.T.A., Predikherenlaan 18, 2500 Lier  
Contact: [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com)  
Belfius: BE58 0682 4396 0279 BIC: GKCC BE BB  
Ondernemingsnummer: 0455.022.743



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

## Communicatie

Bij aansluiting krijgt elk lid een lidkaart van de V.J.J.F.

Elk lid ontvangt regelmatig van de V.J.J.F. een mail over de Jiu-jitsu sport waarin de V.J.J.F.-actualiteit en duiding in verband met de sport naar voren brengt.

Communicaties vanuit de beheerraad en de lesgevers aan de leden worden via het geijkte kanaal 'e-mail' overgemaakt. De Facebookpagina vormt hier een aanvulling op.

Voor meer doelgerichte communicaties; zoals deelname aan federale trainingen & info lesgevers, werden er WhatsAppgroepen aangemaakt.

Tijdens de trainingen worden de leden bijkomend ingelicht over activiteiten.

De club ontwikkelde en onderhoudt een internetsite waarop alle passieve informatie kan gelezen of opgehaald worden. Actieve informatie wordt via de club Facebookpagina gegeven. Het betreft hier een besloten groep alleen toegankelijk voor leden, sympathisanten en ouders / voogden van leden.

Ledenwerving is een belangrijk aandachtspunt. Om leden te werven kan van een gevarieerde waaier aan communicatiekanalen gebruik gemaakt worden: de clubweblocatie, flyers en affiches, samenwerking met initiatieven van Stad Lier binnen het kader van een maatschappelijk doel of om een sociale doelgroep meer mogelijkheden te bieden (b.v. de UIT-pas, sporadische samenwerking met Stad Lier en de sportdienst, de jaarlijkse Lier Feest van Lier Kermis, promotiemogelijkheden langs de V.J.J.F. en mogelijkheden die de naambekendheid en terugvindbaarheid kunnen vergroten zoals de Sportgids, de Peperbus, [www.cultuurweb.be](http://www.cultuurweb.be), enz ...

## Klantgerichtheid

### **Vragen en wensen**

Alle vragen en wensen van de leden worden ter harte genomen. De club tracht zoveel mogelijk hierop in te spelen door vlot en efficiënt met de leden te communiceren.

### **Klachten**

Elke klacht, formeel of informeel, wordt door het bestuursorgaan en de lesgevers ernstig genomen. Zij streven naar een correcte en adequate behandeling en streven maximaal naar een klantvriendelijke oplossing.

De club beschikt over verschillende Aanspreekpersonen Integriteit (API) die klachten, vragen of vermoedens inzake grensoverschrijdend gedrag van jiu-jitsuka's, hun ouders, begeleiders of andere betrokkenen acteren en begeleiden bij mogelijke vervolgstappen. Vermits de club dit aanspreekpunt zo laagdrempelig als mogelijk wenst te houden, werd gekozen om de aanspreekpunten te spreiden per ploeg en op het niveau van de beheerraad.





# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

API-jeugd ploeg: Claude Moerman - 0476 94 66 55 – [claude.moerman1@gmail.com](mailto:claude.moerman1@gmail.com)

API-volwassenen ploeg: Claude Moerman – 0476 94 66 55 – [claude.moerman1@gmail.com](mailto:claude.moerman1@gmail.com)

API-buiten-de-dojo: Marcia De Beukelaer - 0477 91 15 97 – [debeukelaer.marcia@gmail.com](mailto:debeukelaer.marcia@gmail.com)

## **Opvangprocedure**

Een nieuw lid mag eerst tweemaal gratis kennismaken met de sport. Het lid is tijdens deze twee lessen verzekerd.

Tijdens de eerste training zal het nieuwe lid van het aanwezige lid van het bestuursorgaan alle inlichtingen ontvangen over de werking en doelstelling van de club. De aanwezige lesgever zal alle inlichtingen geven omtrent de sportieve aspecten van het jiu-jitsu binnen onze club en de V.J.J.F.

Ouders, familie en bezoekers zijn altijd welkom en mogen altijd de lessen bijwonen vanaf de zijlijn. Bij de jeugdtrainingen wordt wel aan de ouders gevraagd dat zij tijdens de trainingen de aandacht van de kinderen niet afleiden. Als de ouders vragen of opmerkingen hebben, mogen zij die altijd voor of na de training aan de lesgevers of aan een lid van het bestuursorgaan voorleggen.

In principe kan en mag elk persoon aan de lessen deelnemen. Indien als een lid echter een (medische) beperking heeft, zoals b.v. diabetes of slechtziendheid, wordt er uitdrukkelijk gevraagd om dit vooraf te melden zodat de lesgevers hiermee kunnen rekening houden tijdens de trainingen. De aandacht wordt wel gevestigd op het feit dat lesgevers a priori niet zijn opgeleid om les te geven aan personen met een gedragsstoornis of ontwikkelingsstoornis.

Tijdens de trainingen worden aanwijzingen gegeven en uitleg verschaft over de evolutie van het lid. Het doel is elk lid te vormen in alle aspecten in verband met het jiu-jitsu en elk lid te begeleiden via de kyu-verhogingen naar de dangraad.

Zoals eerder vermeld, gaat elke graadverhoging gepaard met een examen. Elk examen is dan ook een moment waarvan uitgebreid gebruik wordt gemaakt om de evolutie van het lid te evalueren. Na elke evaluatie volgt een terugkoppeling naar het betrokken lid.

## **Werven van leden van het bestuursorgaan**

De club heeft een bestuursorgaan conform de vigerende regelgeving en de statuten. Niettemin probeert de club bij de volwassen interesse op te wekken in de werking van de club. Leden kunnen zich via de algemene vergadering kandidaat stellen voor een bestuursmandaat.

Het is niet vanzelfsprekend om nieuwe krachten te vinden omwille van studies, loopbaan, gezin en andere interesses.

## **Begeleiding van de leden**

Tijdens elke les is er minimaal 1 lesgever aanwezig. De leiding van de lesgevers wordt waargenomen door de hoofdlesgever.

Maatschappelijke zetel: Groenstraat 56, 2570 Duffel  
Secretariaat VZW: Jens Van Laer  
Dojo: K.T.A., Predikherenlaan 18, 2500 Lier  
Contact: [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com)  
Belfius: BE58 0682 4396 0279 BIC: GKCC BE BB  
Ondernemingsnummer: 0455.022.743



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

Vanaf blauwe gordel kunnen de leden deelnemen aan de federale trainingen voor de dangraden. De lesgevers zijn zelf regelmatig aanwezig tijdens deze trainingen en begeleiden de leden in de voorbereiding voor het examen van een dangraad.

## Dojo etiquette

### **Netheid**

- De tatami is de plaats waarop we gevechtscunst aanleren en beoefenen, die houd ik proper. Ik betreed die enkel blootvoets. Ga ik van de tatami af, dan draag ik schoeisel.
- Het schoeisel wordt netjes naast de tatami gezet.
- Een opgeruimde dojo & kleedkamer is fijn voor iedereen.
- Dorst of honger? Eten of drinken gebeurt niet op de tatami. We vermijden het. Toch te grote dorst? Vraag het eerst aan de Sensei of de Sempai.

### **Hygiëne**

- Onaangename geurtjes vermijd ik door te douchen, deodorant te gebruiken en mijn Gi na elke training te wassen.
- Nagels knip ik kort en haren bind ik samen.
- Voel ik me ziek? Dan kom ik niet naar training maar verzorg ik me.
- Handen en voeten zijn gewassen en nagels zijn zuiver en kortgeknipt.

### **Kledij**

- Gi en Obi: witte vest, witte broek, Het Gouden Draak logo op mijn hart, de Stijlbadge erboven en de Federatiebadge op mijn linker bovenarm.
- Meisjes dragen een T-shirt of topje onder hun Gi.
- Ringen, oorbellen, uurwerken en bandjes doe ik uit. Ze veroorzaken kwetsuren. Wat niet direct uit kan, plak ik zorgvuldig af, maar enkel na toelating.
- Op het gelijkvloers zijn kleedkamers met douches voor meisjes/dames en jongens/heren.

### **Engagement**

- Tijdens een training geef ik het beste van mezelf.
- Trainen per twee is de basis. We leren van elkaar en hebben altijd respect voor de andere.

Maatschappelijke zetel: Groenstraat 56, 2570 Duffel  
Secretariaat VZW: Jens Van Laer  
Dojo: K.T.A., Predikherenlaan 18, 2500 Lier  
Contact: [ryugoudendraak@gmail.com](mailto:ryugoudendraak@gmail.com)  
Belfius: BE58 0682 4396 0279 BIC: GKCC BE BB  
Ondernemingsnummer: 0455.022.743



# Jiu-Jitsu Ryu "De Gouden Draak"

Vereniging zonder Winstoogmerk

- De hoofdlesgever bepaalt wie met wie traint. Er wordt geregeld gewisseld.
- Basishouding van een jiu-jitsuka tijdens de les: wees een voorbeeld voor anderen en help waar je kan.
- Tijdens de training ben je geconcentreerd bezig met jiu-jitsu en komen andere onderwerpen niet aan bod.

## Respect

- Ik kom op tijd, op die wijze stoor ik niemand.
- Buigen is een teken van respect: als ik de tatami opstap of verlaat dan groet ik steeds in de richting van het midden van de mat.
- Toch te laat? Wacht even aan de rand van de mat tot een lesgever me een signaal geeft. Daarna groet ik de hoofdlesgever of de hoogst gegradueerde en kan ik naar mijn aangeduide partner gaan!
- Bij de uitleg over een nieuwe techniek, luister ik.
- De Japanse woordjes leer ik zo snel mogelijk. Het vergemakkelijkt het aanleren van de technieken.
- Mijn oefenpartner groet ik aan het begin en aan het einde van het oefenen.
- De tatami verlaten tijdens de training? Niet zonder toelating van je lesgever en als je terug bent dan groet je hem opnieuw.
- Oefenwapens zijn geen speelgoed! Als ik de juiste gordel heb, kan ik deze gebruiken voor mijn training.
- Training gedaan? Na de afgroetceremonie gezamenlijk de dojo opruimen is de regel! Niemand verlaat de dojo voor het opruimen beëindigd is.
- Zowel tijdens als naast de training vermijden we kwetsende opmerkingen of geladen onderwerpen.

## Luisterbereidheid

- De Sensei en de Sempai zijn er om je te helpen, ga met een probleem naar hen.
- In de club zijn er 2 vertrouwenspersonen indien er zich ernstige problemen zouden voordoen:

API	Naam	GSM	e-mail
Jeugd	Claude Moerman	0476 94 66 55	claude.moerman1@gmail.com
Volwassenen	Claude Moerman	0476 94 66 55	claude.moerman1@gmail.com
Buiten-de-dojo	Marcia De Beukelaer	0477 91 15 97	<a href="mailto:debeukelaer.marcia@gmail.com">debeukelaer.marcia@gmail.com</a>