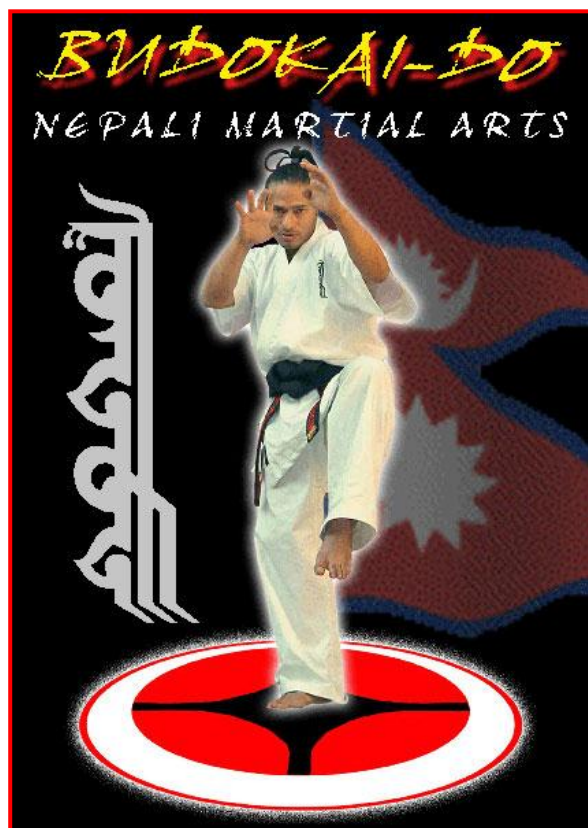


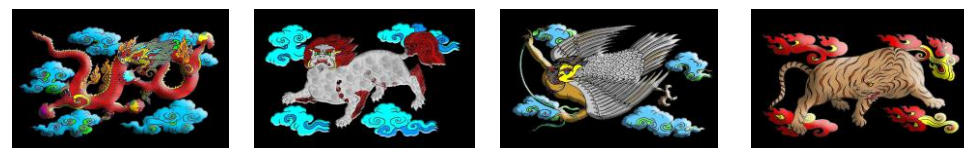
# Yantra Budokai-do Koksijde



[www.yantra-budokaido.be](http://www.yantra-budokaido.be)  
[yantra@telenet.be](mailto:yantra@telenet.be)

*Zaal voor vloersporten te Koksijde*

## CLUB REGLEMENT



De onderstaande regels maken deel uit van onze clubcultuur. Ze zijn richtinggevend voor iedereen die mee participeert in onze Budokai-doschool. Dit reglement geldt voor de leden, ouders van leden, sympathisanten, toeschouwers en iedereen die zich bevindt in de trainingzaal.

Regels zijn essentieel voor de goede werking van onze organisatie. We vragen dan ook namens het bestuur dat dit reglement zo strikt mogelijk nageleefd word. Dit niet uit verplichting of dwang, maar omdat dit, mits goede opvolging, iedereen in staat zal stellen het maximum uit onze stijl en organisatie te halen. Ze voorkomen immers misverstanden, discussies en/of ruzies.

## De trainingslessen.

### Trainingsmomenten.

Hieronder zijn de trainingsuren vastgelegd. Deze uren kunnen wijzigen en/of aangepast worden naargelang de zaalbezetting die we verkrijgen van de Sportdienst Koksijde, alternatieve lessen, eigen evenementen of externe evenementen.

Deze informatie krijgen de leden per email. De leden alsook buitenstaanders kunnen deze informatie terugvinden op de advalvas in de trainingzaal en op onze website [www.yantra-budokaido.be](http://www.yantra-budokaido.be) .

<b><u>Jeugd</u></b>	<b>woensdag 16.00-17.30</b>	<b>zondag 10.00-11.30</b>
---------------------	---------------------------------	-------------------------------

<b><u>Senioren</u></b>	<b>dinsdag 20.00-22.00</b>	<b>zaterdag 18.00-20.00</b>
------------------------	--------------------------------	---------------------------------

<b>Competitietraining</b>	<b>zondag 10.00-12.00</b>
---------------------------	-------------------------------

## Op tijd komen.



We dringen er op aan altijd 15' vroeger naar de les te komen. Zo heb je ruimschoots de tijd om je aan te kleden, naar het toilet te gaan, eventuele informatie te vragen, administratie in orde te brengen bij het secretariaat en om je cardiovasculair op te warmen. Uiteraard hebben we begrip voor uitzonderingen. Bv.: werk, lange reisafstand... Als je niet op tijd aanwezig kan zijn, of juist vroeger moet vertrekken, stellen we het altijd op prijs dat je een lesgever of een bestuurslid daarvan op voorhand verwittigt. De regel geldt als volgt: "beter te laat komen of vroeger vertrekken dan helemaal niet opdagen"!



## Hygiëne.

Zorg dat je posak (trainingspak) steeds wit & fris gewassen is. Je posak wordt ook gestreken. Je behandelt je posak met respect, dit geldt ook voor al het andere materiaal in de Khelne Thao.

Budokai-do is een full-contact sport. Dit wil zeggen dat je tijdens de training lichaamscontact maakt.

Daarom zorg je ervoor dat:







-  je nagels altijd kort zijn
-  je haren verzorgd & gewassen zijn

-  je voeten proper & gewassen zijn
-  je geen onprettige lichaams- of ademgeuren bezit.

We zijn van mening dat iedereen wel voorstander is van een propere, frisse, hygiënische omgeving

## Veiligheid.

In een full-*contactsport* is de factor veiligheid van uiterst belang.

-  luister altijd naar de Guru's (sportleerkrachten)
-  VÓÓr de les doen we alles die niets met de les te maken heeft, uit!
-  Hieronder verstaan we uurwerken, hoofddeksels (hygiëne), sieraden, polsbandjes, halskettingen, voetbandjes, neus- en/of oorbellen, piercings en dergelijke...
-  In het geval dat piercings blijvend zijn dan kleef je deze weg met tape en zijn ongelukken uw verantwoordelijkheid.
-  Als je hoofddeksel godsdienstgerelateerd is, dan zorg je ervoor dat je één hebt om te sporten ivf de hygiëne.
-  We gaan ervan uit dat iedereen de bezittingen van medemensen respecteert. Toch vragen we je deze goed weg te bergen en dus preventief te werken.

- ✎ Het gebruik van alcohol en andere drugs zijn vòòr de training, laat staan tijdens de training absoluut verboden! Iedereen weet dat ze je lichaam en coördinatievermogen aantasten.
- ✎ Drugs neem je in geen geval mee naar de training!
- ✎ Niet-alcoholische dranken om tijdens de les te verbruiken, kan je verkrijgen in onze bar.
- ✎ Al deze veiligheidsregels zijn er om jou en/of je partner niet te hinderen tijdens de training We werken preventief om het risico op verwondingen aldus zoveel mogelijk te vermijden. We streven naar een optimale veilige club waar iedereen gelijk is en vrij kan trainen.

In deze club werken we rond de volgende drie doelstellingengroepen.

- ✎ Ontwikkeling van de motorische competenties
- ✎ Ontwikkelen van een gezonde en veilige levensstijl
- ✎ Ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren

### Het groeten.

In de meeste vecht- en verdedigingsporten wordt respect gesymboliseerd door onder andere een groet. Deze drukt geen nederigheid of onderdanigheid uit. Het groeten heeft ook geen enkele godsdienstige waarde, iedereen is immers gelijk. Het is vooral een uiting van wederzijds respect, appreciatie, en aanmoediging. Op elk verzoek van de lesgevers dient er te worden gegroet. Het groeten wordt ook gedaan tijdens een aantal vastomlijnde situaties. “Beter meermaals groeten dan niet te groeten!”

**De groeten zijn “Namasté” & “Hos”  
‘Namasté’ is een typisch Nepalese groet.**

#### *\*Gebruik:*

- ✎ Bij het begroeten van de Guru’s, de hogere graden en de medeleerlingen.
- ✎ Wanneer een Guru of iemand met een hogere graad de khelne thao en/of mat betreedt. (hoogste graad zorgt voor algemene groet)
- ✎ Voor het begin van de les aan de Guru’s en aan je medeleerlingen. (in volgorde van graad)

- ✋ Als de les start.
- ✋ bij het verwelkomen van je trainingskameraden.
- ✋ Tijdens de training zelf.
- ✋ Voor en na de Yantra's (stijloefeningen).
- ✋ etc

### **‘Hos’ dient als bevestiging.**

#### *\* Gebruik:*

- ✋ Bij elke ‘Namasté’ volgt ‘Hos’.
- ✋ Als bevestiging. (op richtlijnen, uitleg, bevelen...)
- ✋ Als een hogere graad iets meedeelt.
- ✋ etc ...

*Als lid is het je plicht de nieuwe leerlingen op weg te helpen met deze richtlijnen en regels.*

### Administratie.

#### *\* Advalvas:*

- ✋ Voor informatie zoals data, uren, richtlijnen, persartikelen, weetjes, koopwaar, inschrijvingen en dergelijke, verwijzen we je naar de advalvas in de trainingszaal. Deze bevindt zich bij het binnenkomen van de Khelne Thao.

#### *\* Website:*

- ✋ Voor informatie zoals data, uren, richtlijnen, persartikelen, exameninhoud, weetjes, koopwaar, inschrijvingen en dergelijke, verwijzen we je ook naar onze website [www.yantra-budokaido.be](http://www.yantra-budokaido.be).

#### *\* email:*

- ✋ Het is altijd handig om je emailadres af te geven op het secretariaat. We houden je dan ook op de hoogte via dit medium.

*Kom nu niet af met “ik wist het niet”!*

#### *\* Stiptheid:*

- ✋ Uw lesgeld en verzekering dient tijdig betaald te worden. Zeker één maand op voorhand.
- ✋ Vergeet dit niet!
- ✋ Bekijk je licentie voor alle zekerheid!

- ✎ Het kan altijd zijn dat je door omstandigheden niet tijdig of niet onmiddellijk de volledige som kunt betalen. In dat geval kan je altijd iemand van het bestuur aanspreken. We zoeken dan samen naar een oplossing. Je mag zeker zijn van onze discretie!
- ✎ Er geldt één algemene regel voor alle inschrijvingen en deze is “Schrijf u in op tijd!” (Vóór de deadline!)

#### \*Licentie.

- ✎ Iedereen die aanwezig is in elke Budokai-doles waar ook ter wereld moet zijn licentie bijhebben.
- ✎ Deze is je bewijs van verzekering!
- ✎ Bij examen geef je hem op het juiste tijdstip af aan de examinerator via de aangeleerde methode.
- ✎ In functie van wedstrijden, seminaries, stages, demonstraties en alle andere evenementen, geef je uw licentie op voorhand af aan de aangestelde verantwoordelijke in onze club.
- ✎ Belangrijk! alleen de bevoegde personen mogen in de licenties schrijven! Dus jij absoluut niet!

#### Tijdens de les.

- ✎ Tijdens de les wordt er alleen gedronken tijdens de aangeduide pauze aangegeven door de lesgever.
- ✎ Voel je je niet goed dan raadpleeg je de lesgever of een andere zwarte gordel.
- ✎ Drink gezond, geen cola en dergelijke frisdrank; we streven naar een gezonde & veilige levensstijl.
- ✎ Breng uw trainingszak mee en leg deze ordelijk opzij naast de mat. Op deze manier heb je alles dicht bij de hand en verlies je geen tijd.
- ✎ Je staat altijd in de “Siddha Assan”-houding als er uitleg wordt gegeven. Hierdoor ben je beleefd, heb je respect voor jezelf en de anderen en creëer je discipline tijdens de les. De houding duidt ook op appreciatie voor wat de leerkracht vertelt.
- ✎ Doe de “Siddha Assan”-houding voor bij een beginnening. Leg hem bovenstaande richtlijnen uit.
- ✎ Beperk het onderling praten met elkaar tot alleen het doorspelen van aanwijzingen, richtlijnen of aanmoedigingen die op dat ogenblik nodig zijn.
- ✎ Begrijp je iets niet, raadpleeg dan de leidende Guru.
- ✎ Je vraagt altijd de toelating bij het eventjes terugtrekken. Bv. Als je dringend naar het toilet moet...

✎ Als je vrienden of kennissen meebrengt die de abhyas (training) willen bijwonen als participant, dan leg je op voorhand de basisregels uit.

Bv.: de “Siddha Assan”-houding, het groeten...

✎ Probeer voor, tijdens en na de training mee te helpen met het klaarzetten en/of weg te bergen van het trainingsmateriaal.

bv.:Stootkussens, pads, gewichten, ropeskips stokken,... Laat de Guru's dit niet doen!

✎ Iedereen heeft respect voor zijn/haar materiaal.

✎ Iedereen heeft respect voor het clubmateriaal.

✎ Bij het startsignaal moet de opstelling vliegensvlug gebeuren! De hoogste graden staan vooraan, de anderen volgen. De hoogste in graad (niet-Guru) kijkt of iedereen juist staat en mag richtlijnen en instructies geven.

✎ Tijdens de korte pauzes mag je steeds uitleg vragen aan de hogere graden of aan de aanwezige Guru's.

✎ Hou het groeten hoog in het vaandel!

✎ Heb altijd oog voor het veiligheidsaspect!

✎ Help elkaar in de les!

## Club:

### Sfeer:

Wij zijn van mening dat een aangename omgeving het best bijdraagt bij het creëren van vorderingen.

✎ De kijklustigen, sympathisanten, ouders en iedereen die in de trainingszaal aanwezig is, heeft onder geen enkel beding inspraak in het lesgebeuren! Bij het overtreden van deze strenge regel, kan het bestuur zich machtigen om maatregelen te nemen en het individu de zaal te doen verlaten.

✎ Als trainend lid staat je gsm op STIL tijdens de training.

✎ Respecteer de les als kijklustige of consument.

-Leg dus je gsm stil en maak het niet te luid.

-Wees stil tijdens “Akha banda garne”(meditatie)

✎ Als je geïnteresseerden meebrengt die de abhyas (training) willen bijwonen als kijklustige, dan leg je op voorhand bovenstaande basisregels uit.

✎ Spreek als lid de potentieel nieuwe leden of beginnende leden aan. Spreek met hen en leer hen kennen en visa versa.

**We zijn één team, een hechte familie!**

- ✎ Als bestuur vragen we aan onze leden om hun verantwoordelijkheid te nemen. *Help mee* aan het creëren van een betere trainingsomgeving.

### Wetgeving:

- ✎ Budokai-do is auteursrechtelijk beschermd. Het kopiëren van de didactiek, methodiek en verschillende trainingsconcepten, kunnen gerechtelijk vervolgd worden.
- ✎ Als lesgever Budokai-do moet je de vereiste diploma's en certificaten bezitten.
- ✎ Als men de kennis en de kunst van Budokai-do misbruikt, kan het bestuur beslissen het individu voor een bepaalde periode de toegang tot de club weigeren. Naargelang de ernst van de feiten kan het individu zelfs definitief uitgesloten worden uit de club. Het bestuur zal ook het EBF (European Budokai-do Federation) inlichten. De federatie kan naargelang de ernst van de feiten het individu voor een bepaalde periode of zelfs definitief schorsen uit de Budokai-dosport.
- ✎ Wettige zelfverdediging is geen misbruik van kennis en de kunst.

- ✎ Een uitgesloten lid, kan geen enkel recht doen gelden op het maatschappelijk bezit, en kan geen teruggave of vergoeding van gestorte bijdragen of andere prestaties vorderen.

### Competitie :

- ✎ Gelieve je op tijd in te schrijven voor het deelnemen van de aangegeven competitie, de club betaald voor je inschrijving en verlang dan ook dat je niet op het laatste moment annuleert wegens geen zin, vergeten of heb iets anders voorzien.
- ✎ De club geef het recht om de verloren kost terug te vragen aan het lid met een max. van 5 euro

### Algemeen.

- ✎ Behandel de zaalwachters en het bestuur met respect. Geef hen geen overbodig werk.
- ✎ Hou alles netjes; met andere woorden hou de Khelne Thao rein!
- ✎ Hou ook de omgeving buiten de zaal voor vloersporten rein.
- ✎ Elke hulp in functie van de club wordt door het bestuur enorm geapprecieerd en op prijs gesteld!



- ✎ Het bestuur staat open voor opbouwende kritiek! Zo kunnen we wat minder goed is, beter maken!
- ✎ Wie klachten heeft over een bepaalde situatie, persoon of omstandigheid, spreekt daarom beter de persoon aan die er rechtstreeks bij betrokken is. De volwassen manier primeert! Gaat het over de sportclub, dan spreek je het bestuur aan.
- ✎ Mond aan mond reclame is de beste publiciteit. Praat over Budokai-do en breng kennissen mee!
- ✎ Als we in clubverband op verplaatsing gaan, geeft Yantra Budokai-do het voorbeeld aan andere clubs. We zijn altijd beleefd en volgen de regels zoals wij die kennen en opgedragen zijn.
- ✎ Yantra Budokai-do is een vzw. Het bestuur verwijst voor alle andere richtlijnen en regels naar de statuten en het reglement inwendige orde.

## Eindwoord.

We hopen dat ieder lid zijn of haar verantwoordelijkheid neemt! Op deze manier kunnen we werken in de meest ideale omstandigheden en streven naar de meest optimale leer en trainingsomgeving.

Pas deze regels daarom zo strikt mogelijk toe en/of wijs de anderen op het gebruik er van.

Budokai-do is voor sommigen niet alleen een sport, het is een “way of living”. Sta niet alleen stil bij de lessen, maar verdiep je in de filosofie van Budokai-do.

In deze sportclub staan ontwikkeling, dynamiek en discipline centraal! We streven hiernaartoe door middel van optimale training, respect, beleefdheid, gezonde en veilige levensstijl, dus Budokai-do in al zijn facetten.

**Namens het bestuur,**

**Derai Dhanybad**

**Namasté**

**HOS!**