



Infobrochure

Versie 2022



Het doet ons veel plezier dat je interesse hebt in de jiu-jitsusport. Met deze brochure hopen wij alle toekomstige, nieuwe en vaste leden een beetje wegwijs te maken in onze dojo.

Jiu Jitsu Club Musashi Ryu is een sportvereniging met een veeleer recreatief aanbod. We staan open voor iedereen die wil bewegen en sporten. Ons streefdoel is om een breed publiek een gezonde, aangename en zinvolle vrijetijdsbesteding te laten ervaren.

Inhoud

Wat is jiu-jitsu?	4
Wie zijn we?	4
Nuttige gegevens Jiu Jitsu-Club Musashi Ryu	5
Trainingsuren.....	6
Groepsindeling:	6
Trainingsseizoen	6
Trainingsverloop.....	6
Kimono's.....	7
Thema's bij junioren	7
Jaarlijkse lidmaatschapsbijdrage (seizoen 2022-2023)	7
Huishoudelijk reglement	8
Verzekering.....	12

Wat is jiu-jitsu?

Jiu-jitsu is een algemene benaming van Japanse vechtkunsten waarbij de "verdediger" zich meestal ongewapend verdedigt tegen één of meerdere gewapende of ongewapende tegenstrevers, daarbij gebruik makend van bevrijdingen, worpen, klemmen, controletechnieken en slag- en stoottechnieken.

In de praktijk is het zo dat jiu-jitsu dus een zeer veelzijdige krijgskunst is die in vergelijking met bijvoorbeeld het judo meer gebruik maakt van een groter arsenaal aan klemmen en slag- en stoottechnieken en in vergelijking met het karate meer met worpen, klemmen, bevrijdingen, en grondtechnieken werkt.

Het jiu-jitsu blijft dus een allesomvattende krijgskunst daar waar anderen zich toespitsen op een deelgebied van onze technieken. Het jiu-jitsu verschaft mensen daarom een zeer brede basis aan zelfverdedigingstechnieken die iemand toelaten zich in alle situaties te verdedigen.

Wie zijn we?

Musashi Ryu biedt u een ruime waaier aan technieken uit verschillende gevechtssporten in een modern jasje. Musashi Ryu laat de evolutie van de traditionele krijgskunst naar de meer moderne gevechtssporten niet aan zich voorbijgaan. Dit wil evenwel niet zeggen dat de traditionele ju-jitsu beoefening aan waarde zou inboeten binnen onze club. Meer zelfs de traditionele technieken blijven meer dan ooit de basis van het programma dat Musashi Ryu aan zijn leden aanbiedt.

Aan de leden die dit wensen biedt Musashi Ryu evenwel een ruimer palet van technieken aan en wordt het klassieke aangevuld met technieken uit andere disciplines zoals Kick & Thai, Brazilian Ju-Jitsu en Grappling. Hierdoor ontstaat een rijke mix die niet alleen de basis vormt van boeiende en afwisselende lesprogramma's maar ook een meerwaarde op het vlak van zelfverdediging biedt.

Nuttige gegevens Jiu Jitsu-Club Musashi Ryu

Dojo / sportzaal

Sportcentrum Steenberg
Oudenaardsesteenweg 458
9420 MERE

Website / e-mail

www.musashiryu.com info@musashi-ryu.be

Voorzitter

Steven Van Hauwermeiren
Kraaineststraat 72
9420 ERPE-MERE
Tel.: 0492 12 51 44

Secretaris

Remke Den Herder
Sint-Bavoweg 57
9420 ERPE-MERE
Tel.: 0471 64 54 10
remkedenherder@hotmail.com

Hoofdmonitor

Juniors

Remke Den Herder
Sint-Bavoweg 57
9420 ERPE-MERE
Tel.: 0471 64 54 10

Seniors

Steven Van
Hauwermeiren
Kraaineststraat 72
9420 ERPE-MERE
Tel.: 0492 12 51 44

Monitoren

Juniors

Jean-Pierre Bruyland
Wim Willems
Marnix Roelandt

Seniors

Jean-Pierre Bruyland
Patrick Daeleman

Trainingsuren

	Juniors	Seniors
	6 - 14 jaar	14+
Maandag	19:00 – 20:00	20:00 – 22:00
Donderdag	19:00 – 20:00	20:00 – 22:00

Groepsindeling:

De indeling van de groepen gebeurt op leeftijd

Juniores: Vanaf 6^{de} verjaardag (Er kan midden in een seizoen gestart worden).

Seniores: Leden die bij het begin van het seizoen 14 jaar zijn, mogen in samenspraak met de hoofdmonitor naar de senioren. De eventuele overstap wordt besproken met het betrokken lid en zijn ouders maar de eindbeslissing ligt steeds bij de hoofdmonitor. Deze keuze wordt in september gemaakt en ligt vast voor het ganse seizoen.

Trainingsseizoen

Vermits Musashi Ryu in de sporthal van Steenberg traint en de sporthal tijdens de zomervakantie gesloten is, begint het seizoen op de eerste maandag of donderdag van september en eindigt het op het einde van juni volgens afspraak. Tijdens de andere schoolvakanties wordt er getraind, tenzij anders wordt afgesproken.

Trainingsverloop

Wij starten eerst met een opwarming. De opwarming bestaat uit het loswerken van de spiergroepen, kracht-en uithoudingsoefeningen. Aansluitend krijgen we de val oefeningen: deze technieken dienen om tijdens de trainingen de val te kunnen breken. Nadien volgt het boksen op de stootkussens.

Tenslotte volgen de eigenlijke jiu-jitsu technieken. De grepen van de verschillende gordels worden aangeleerd. Deze gaan van eenvoudige grepen naar doorgedreven technieken naar gelang van de graad / gordel: wit – geel – oranje – groen – blauw – bruin – zwart.

De training wordt beëindigd met een afgroetceremonie

Kimono's

Vermits wij naar een uniforme klederdracht streven, zijn er een aantal richtlijnen.

Het dragen van een propere witte judo kimono is verplicht voor het beoefenen van de sport. Ter hoogte van de rechterschouder dient de clubbadge aangebracht te worden. Voor dames is het toegestaan een T-shirt van de club te dragen onder de kimono. Voor jongens is een extra T-shirt niet nodig. Zowel de badge als de T-shirt zijn afzonderlijk te koop bij de club. De kimono's kan het lid aankopen in een sportwinkel naar keuze.

Om duidelijk herkenbaar te zijn, dragen monitoren een andere kleur van kimono bijvoorbeeld blauw of zwart.

Om deel te nemen aan één van de gratis initiatielessen is een trainingspak of loszittende kledij voldoende.

Thema's bij junioren

Bij de junioren hebben wij speciaal voor de verjaardagen een zwarte gordel met het opschrift "Happy Birthday" ontworpen. Wie jarig is of bijna jarig is mag deze zwarte gordel aandoen tijdens de training en mag ook vooraan staan bij de lesgevers tijdens de afgroetceremonie. Dit is natuurlijk geen verplichting, wie dit wel wilt vieren mag de hoofdmonitor bij de junioren (Remke Den Herder) een week op voorhand contacteren. Voor de maand juli en augustus (zomerstop) zullen we dit in de maand juni vieren.

Ook de feestdagen vieren we tijdens de trainingen zoals Halloween (verkleed naar de training), Sint-Maarten, Kerst (kerstmuts aandoen) en Pasen.

Jaarlijkse lidmaatschapsbijdrage (seizoen 2022-2023)

	Juniors	Seniors
	6 - 14 jaar	14+
Eerste gezinslid	150 euro	235 euro
Vanaf tweede gezinslid	135 euro	220 euro

Verplichte aanschaf clubbadge: € 5

- Om verzekerd te zijn, dient men het lidgeld tijdig te betalen op ons rekeningnummer BE85 7370 2571 1006 met als mededeling de naam en voornaam van het lid
- De verzekeringspremie is in het lidgeld begrepen. Men is slechts verzekerd vanaf de betaling van het lidgeld.
- Elk kandidaat-lid heeft recht op 3 gratis initiatielessen, zonder enige verplichtingen, men is tijdens deze drie lessen verzekerd.
- De minimumleeftijd voor aansluiting is 6 jaar.
- De meeste mutualiteiten voorzien in een tussenkomst in het lidgeld voor sportclubs tot een bepaalde leeftijd.
- Bij aansluiting wordt elk lid ook automatisch aangesloten bij Euro Budo

Huishoudelijk reglement

Artikel 1: Het lidmaatschap

1. De club heeft als doel om elk lid en nieuwkomer jiu jitsu onderricht te vertrekken:
 - a. als kunst van lichaamsbeweging,
 - b. als sport,
 - c. als vorm van zelfverdediging.
2. De hoofdtrainer (sensei) heeft het recht om leden al dan niet te aanvaarden en/of uit te sluiten, mits een gegronde reden.
3. Elke nieuw lid heeft recht op drie gratis proeflessen. Tijdens deze proefles draagt hij/zij sportieve kledij. Tijdens deze les traint hij/zij op eigen verantwoordelijkheid. Indien hij/zij toetreedt tot de club betaalt hij/zij zo spoedig mogelijk het lidgeld en de verzekering en dient hij/zij een doktersbriefje in (exemplaar te verkrijgen bij de inschrijvingsverantwoordelijke).
4. Men is slechts lid van Musashi Ryu als het lidgeld en de verzekering tijdig betaald wordt. De aansluiting geldt voor 1 jaar en gaat in op de dag van de inschrijving. Een klein deel van dit bedrag kan via de mutualiteit teruggevorderd worden. U kan dit formulier door de verantwoordelijke laten invullen.
5. Een jiu jitsu seizoen loopt van 1 januari t.e.m. 31 december. In de maand juli en augustus gaan er geen trainingen door wegens sluiting van de sporthal.
6. Bij deelname aan competities en stages dient elk lid in het bezit te zijn van zijn/haar budopas.
7. Betaalde bijdragen kunnen niet teruggevorderd worden. Voor speciale gevallen is enkel het bestuur bevoegd om het lidmaatschap volledig of gedeeltelijk terug te geven.
8. Het kandidaat-lid of diens ouder(s) krijgen bij de inschrijving een invulformulier waarop alle gegevens die nodig zijn voor de administratie worden verzameld. Deze gegevens worden steeds vertrouwelijk behandeld en worden door de secretaris in een gegevensbestand bijgehouden, dat enkel en alleen voor intern clubgebruik wordt aangewend. Deze databank kan steeds door het betreffende lid of diens ouders worden geraadpleegd, waardoor deze zijn of haar gegevens kan inkijken en eventueel laten wijzigen.
9. Vermits de verzekeringspremie in de lidmaatschapsbijdrage vervat zit, is men alleen verzekerd bij tijdige betaling. Wie niet verzekerd is, en toch aan een training deelneemt, zal geen beroep kunnen doen op de verzekering noch op de club bij een eventueel ongeval. Elk lid moet de voorschriften van de verzekering strikt naleven. De verzekeringspolis ligt ter inzage op de zetel van de club. Men is ook verzekerd tijdens de competities en stages.

Artikel 2: Rechten en plichten

1. Het huishoudelijk reglement wordt bij de inschrijving ter kennis gebracht en kan geraadpleegd worden op de website. Ieder lid ontvangt dit reglement van inwendige orde. Men wordt geacht bij inschrijving hiervan kennis te hebben genomen en ermee akkoord te gaan.
2. Jiu-Jitsu is een verdedigingssport. Wie er misbruik van maakt, kan onmiddellijk en voor onbepaalde tijd door de algemene vergadering geschorst worden.
3. Voor toetreding tot de juniors is een minimumleeftijd bepaald van 6 jaar. Vanaf de 6de verjaardag mogen nieuwe leden tijdens het seizoen instappen. Ze hoeven niet te wachten tot september. Vanaf 14 jaar kan men naar de seniors gaan.

4. Elke opzettelijke schade die veroorzaakt is door een lid aan de zaalinfrastructuur, de bezittingen van de club of van derden zal verrekend worden aan het betreffende lid of diens ouders. De club wijst ook hier alle verantwoordelijkheid af.
5. Wanneer het bestuur dit aangewezen acht, kunnen leden uitgenodigd worden op een bestuursvergadering. Anderzijds kunnen leden, zo er daartoe redenen bestaan, vragen door het bestuur gehoord te worden.

Artikel 3: Kledij en hygiëne

1. De leden moeten tijdig in propere witte kimono met de juiste gordel in de dojo aanwezig zijn. De leden worden gevraagd zich om te kleden in de voorziene omkleedruimtes. Zwarte gordels dragen een kimono naar keuze. Aspirant lesgevers van de junioren mogen een blauwe kimono dragen. Dit om de junioren duidelijk te maken dat zij lesgevers zijn en dat naar hen moet geluisterd worden.
2. Op de vest zijn de leden verplicht de badge met het clublogo aan te brengen langs de rechterkant op de mouw.
3. De leden nemen de lichaamshygiëne strikt in acht: korte nagels, verzorgde haartooi, zuivere kimono, verzorgde adem, propere handen en voeten en lange haren worden bijeengebonden. Ringen, oorbellen of oorringen, piercings, uurwerken, halskettingen, armbanden, enz. worden tijdens de training niet gedragen. Dit om verwondingen te voorkomen.
4. Tussen de kleedkamers en de tatami mag er niet op blote voeten gelopen worden. Schoenen of kousen zijn verboden op de tatami.

Artikel 4: Gedragscode

1. Zonder opwarming mag men niet aan de training deelnemen. Wie te laat aanwezig is, stoort de training niet, wacht op teken van de leidinggevende monitor om de tatami te betreden en worden verplicht tot een individuele opwarming. Wie om één of andere reden gedurende een langere periode de trainingen niet kan bijwonen, waarschuwt de hoofdmonitor. Niemand verlaat de tatami zonder voorafgaandelijke toestemming van de leidinggevende monitor.
2. Het omkleeden voor en na de training gebeurt in de kleedkamers. Na de training is er mogelijkheid om te douchen. Men laat geen kostbare voorwerpen en portefeuilles in de kleedkamers, maar legt ze in de zaal. De club kan niet aansprakelijk gesteld worden voor eventueel verlies of diefstal. Diefstallen of vandalisme in de club betekenen definitieve uitsluitingen van het lid in kwestie.
3. Ieder lid dient het ritueel van de Jiu Jitsu-sport te kennen en er zich strikt aan te houden. Bij het betreden en verlaten van de tatami buigt de jitsuka. De groet wordt rustig en beheerst gebracht. Op de tatami wordt er gezamenlijk in zittende houding gegroet. Deze groet beduidt dat de leerling zich realiseert dat hij alle beslommeringen uit zijn hoofd moet zetten. Zijn geest zal zuiver zijn en geconcentreerd op de komende les. De leerling zal eerlijk en sportief te werk gaan en met eerbied voor de partner. De leden met de hoogste gordel zitten het dichtst bij de sensei. De leden zitten per graad (kyu).
4. Beleefdheid tegen trainers en medewerkers. Terwijl de sensei technieken uitlegt en/of demonstreert luisteren de leden aandachtig. Vragen stellen kan altijd achteraf.
5. Bij het begin en einde van een oefening (techniek) groet u de partner uit respect omdat hij met u trainde.

6. Toeschouwers stilte tijdens de les a.u.b. Luidere gesprekken buiten de dojo of na de les. Niet roken tijdens de training. Geen dieren toegelaten.
7. Voor de training helpt iedereen mee om de matten ordelijk te leggen. Na de training helpt iedereen de matten weer netjes op te vergen. De dojo wordt in ordelijke staat achtergelaten.
8. Bij lichte verwonding of onwel worden, moet de partner de leidinggevende monitor hiervan op de hoogte brengen en het desbetreffende lid begeleiden bij de verzorging. Kwetsuren moeten steeds tijdens of bij het afsluiten van de training gemeld worden. De leidinggevende monitor geeft verzekeringsformulieren mee ingeval er een arts geraadpleegd dient te worden (zelfs bij twijfel). Als de monitoren niet op de hoogte zijn van een eventueel letsel, kan er nadien geen aanspraak meer gemaakt worden op de clubverzekering.
9. Bij het instuderen van de zelfverdedigingstechnieken moet de jitsuka vermijden er buitenstaanders bij te betrekken. Demonstraties in de vriendenkring zijn af te raden, daar ze meestal een averechtse uitwerking geven. Een greep die niet tot het einde wordt doorgevoerd bij een niet-beoefenaar mislukt over het algemeen, waardoor de jitsuka zichzelf en de Jiu Jitsu-sport in een slecht daglicht stelt. Dezelfde techniek wel doorgevoerd bij een niet-beoefenaar lukt wel, maar kan een zwaar letsel tot gevolg hebben. Jiu Jitsu is een wapen waarvan men de efficiëntie niet op willekeurige personen hoeft uit te testen om het resultaat te kennen. Alleen in de club kan men de technieken veilig leren en beoefenen.

Artikel 5: Houding

1. Het lid moet steeds respect hebben voor de trainer, hulptrainers en medeleerlingen.
2. Zodra de partner aftikt zal hij/zij onmiddellijk loslaten. Bij het oefenen dient iedere ruwheid worden vermeden.
3. Een goede beheersing en een volledige controle over eigen handelingen is een eerste vereiste.

Artikel 6: Lichamelijke en geestelijke conditie

1. Elk lid dat werkelijk te moe is om mee te trainen zal zich ordelijk op zijn knieën aan de kant van de tatami plaatsen.
2. Kleine kwetsuren, wondjes en dergelijke verzorg je voor de training.
3. Mogelijke kwetsuren, lichamelijke beperkingen of andere medische redenen die het uitvoeren van een oefening onmogelijk maken dienen voor de training meegedeeld te worden aan de lesgever zodat deze er rekening mee kan houden.
4. Vooraleer men aan een training deelneemt, dienen alle eerder opgelopen letsels voldoende genezen te zijn
5. Letsels, opgelopen buiten het clubgebeuren, die verergeren worden niet door de clubverzekering gedekt (tarten van risico).
6. Elke ernstige kwetsuur, opgelopen tijdens de training, demonstraties of wedstrijden dienen binnen de 24 uur aan de verzekering doorgegeven te worden met een duidelijke beschrijving.

Artikel 7: Aansprakelijkheid

1. De club draagt geen enkele verantwoordelijkheid voor de eigendommen van welke aard ook, van leden en derden in de sporthal aanwezig.
2. Buiten het gedeelte waarop door de leden wordt gesport wordt geen toezicht uitgeoefend door het bestuur, noch door de trainers. Ouders zijn zelf verantwoordelijk voor het halen en brengen van hun kinderen. Buiten de dojo is de club niet verantwoordelijk voor eventuele ongevallen en onregelmatigheden.

3. Ieder lid is aansprakelijk voor het de door hem aan de eigendommen van de club aangerichte schade.

Artikel 8: Ethisch verantwoord sporten

1. De sportclub onderschrijft de doelstelling tot ethisch verantwoord sporten.
2. Ethisch sporten betekent het sporten in overeenstemming met het geheel van positieve waarden en normen en daarmee verband houdende maatregelen die eenieder in acht moet nemen met het oog op de bewaring en bevordering van de persoonlijke integriteit (fysieke, psychische en seksuele), fair play en sociale integriteit. (meer info op www.sportvlaanderen.be)
3. Discriminatie, pestgedrag, inbreuken op de fysieke, psychische of seksuele integriteit kunnen in eerste instantie gemeld worden aan één van de trainers. Deze kan zelf een oplossing aanreiken en zal het probleem eveneens aan de hoofdtrainer melden, die als vertrouwenspersoon fungeert.

Artikel 9: Publicatie foto's en video's

1. Behoudens schriftelijke tegenbericht gaat het lid, in geval van minderjarigheid de voogd, akkoord dat er beeldmateriaal gebruikt en/of gepubliceerd wordt op de website of de facebookpagina van de club. Dit geldt ook voor foto's in de krant of reclamemateriaal.
2. De club verbindt er zicht toe om geen foto's of video's te plaatsen waardoor de leden schade zouden kunnen ondervinden.

Artikel 10: Bestuur

1. De zaken van de club worden geregeld door het bestuur.
2. Bij klachten, moeilijkheden of vragen moet men zicht steeds tot het bestuur wenden.
3. Er mag geen enkele activiteit onder naam van de club georganiseerd worden zonder dat het bestuur daarvan op de hoogte is.
4. Bij overtreding van de regels, opgesteld in het huishoudelijk reglement, heeft het bestuur het recht om gepaste acties te ondernemen of een lid voor (on)bepaalde duur te schorsen.
5. Het reglement kan regelmatig geëvalueerd en zo nodig aangepast worden. Bij wijziging wordt elk lid hiervan op de hoogte gesteld.
6. De hoofdtrainer is Steven Van Hauwermeiren. Indien hij niet aanwezig kan zijn tijdens één van de lessen, duidt hij een vervanger aan die eveneens door het bestuur gekend is.
7. De stichter van Musashi Ryu, Steven Van Hauwermeiren, kan niet afgezet worden als bestuurslid.
8. Steven Van Hauwermeiren is voorzitter en hoofdtrainer. Andere bestuursleden hebben een adviserende functie naar de voorzitter toe en hebben dus geen uitvoerende macht.
9. Elk bestuurslid dat aanstalten maakt om het clubgebeuren in het gedrang te brengen kan onverbiddelijk uit het bestuur of de club geweerd worden.
10. Het bestuur en de lesgever(s) kunnen niet verantwoordelijk gesteld worden voor gebeurlijke ongevallen aangezien elk lid verplicht verzekerd moet zijn.
11. Het bestuur kan leden weigeren/schorsen/uitsluiten in geval van:
 - a. onbehoorlijk gedrag tijdens de trainingen,
 - b. het niet opvolgen van bevelen,
 - c. lachen met fouten van anderen,

- d. brutaal worden tegen anderen of ze kwetsen.

Artikel 11: Slotbepaling

9. Ieder lid en cluborgaan heeft zicht te houden aan de bepalingen van dit reglement.

Verzekering

Vermits alle leden van Musashi Ryu automatisch worden aangesloten bij Euro Budo, zijn ze ook via Euro Budo verzekerd. De verzekeringspolis is beschikbaar in pdf formaat op de website van VVA bij downloads. https://www.vva.be/index.php?option=com_content&view=article&id=28&Itemid=130

Wat te doen bij een ongeval:

De club/federatie voorziet een ongeval aangifteformulier. Gelieve de vragen in te vullen. Met het ongeval aangifteformulier stap je naar de dokter, die het medisch getuigschrift deel uitmakend van het formulier dient in te vullen.

Stuur het ongevalsaangifteformulier samen met de eventuele reeds ontvangen originele onkostennota's (verschilstaten die U ontvangt van/aanvraagt bij uw mutualiteit,...) en verslagen op naar de federatie: Euro Budo. De verdere afhandeling van uw dossier gebeurt rechtstreeks met ARENA.

Eens zij de documenten heeft ontvangen zendt ARENA u binnen de vijf dagen een ontvangstmelding op met alle nodige informatie en uw dossiernummer. Alle bijkomende onkostennota's kan U ons best onmiddellijk overmaken zodat wij - als het dossier volledig is - tot vergoeding kunnen overgaan.

Mogen wij U tenslotte vragen ons onmiddellijk ongunstige ontwikkelingen in het genezingsproces te melden om een zo vlot mogelijke regeling van het dossier te kunnen waarborgen. Maar hopelijk is deze informatie voor u overbodig en kan u genieten van vele jaren ongevalvrij sportplezier.

Wij hopen hiermee voldoende informatie te hebben gegeven over onze club en de werking ervan. Heb je nog vragen, stel ze dan gerust aan één van de lesgevers.

Het voltallig bestuur

