



# Huishoudelijk Reglement

Seizoen 2013-2014

## Huishoudelijk Reglement

# WELKOM BIJ BASKET BAL CLUB KEERBERGEN VZW

BBC Keerbergen heet u van harte welkom! Uw zoon / dochter heeft een goede keuze gemaakt. Basketbal is immers een sport die naast fysieke ontwikkeling ook heel wat bijdraagt tot ontwikkeling van de motoriek, techniekbeheersing, karakterscholing en sociale vorming.

Wij bieden uw kind alle kansen om zich te ontwikkelen tot een goede basketbalspeler met sportieve persoonlijkheid. De bedoeling van onze jeugdopleiding is basketbal didactisch aan te leren volgens een programma dat door de trainersploeg per leeftijdscategorie werd uitgewerkt. We verwachten dan ook dat uw kind regelmatig meetraint en ook wedstrijden meespeelt. Dit is een absolute noodzaak wil hij /zij vorderingen maken.

Naast het sportieve aspect, hebben we ook oog voor de opvoedende waarde van deze teamsport. We leren de kinderen trainen met volledige inzet en spelen met totale overgave voor de ploeg. Discipline, het naleven van gemaakte afspraken, luisterbereidheid naar de raadgevingen van de coach, kortom een goede mentaliteit, zijn noodzakelijk tijdens de trainingen en wedstrijden. Door een goede opleiding vormen we karaktersterke spelers. Wie zich 100% inspant, kan immers nooit verliezen.

Aangezien basketbal een ploegsport is, draagt dit ook heel wat bij tot de sociale vorming van haar beoefenaars: leren samenspelen, medespelers aanmoedigen, tegenspelers respecteren en scheidsrechters waarderen.

Bewaar dit huishoudelijk reglement, er staan allerlei gegevens in die van nut kunnen zijn in de loop van het seizoen.

In deze brochure zijn ook een aantal praktische, administratieve en sportieve inlichtingen verwerkt. Ook de structuur en de samenstelling van het bestuur van BBC Keerbergen worden erin toegelicht.

## Huishoudelijk Reglement

# BBC KEERBERGEN – JEUGDWERKING - 2013

BBCK staat voor “Basketbal Club Keerbergen” en is aangesloten bij de Vlaamse Basketballiga sinds 29/04/1995. Ons Licentienummer is 2489 De kleuren van onze club zijn rood en wit sinds november 2011.

De club is ook een VZW met als BTW nummer 0863.438.372

Dit Huishoudelijk Reglement wordt jaarlijks herzien door het Bestuur en de Technische Staf van de Club. Het Huishoudelijk Reglement is een aanvulling bij, maar ondergeschikt aan, de statuten van onze Club.

Verder heeft de club ook een website die je kan raadplegen om informatie te verkrijgen:  
[www.bbckeerbergen.be](http://www.bbckeerbergen.be)

## 1. Praktische Informatie

### a) Leeftijdsgroepen

Bij BBC KEERBERGEN is de minimumleeftijd 8 jaar (een uitzondering niet te na gesproken na goedkeuring door het Bestuur en de Technische Staf).

Een seizoen begint in augustus en zal eindigen begin mei. De competitie loopt van september tot april.

De jeugdcategoryen worden bepaald door de Vlaamse Basketballiga (VBL). In welke categorie men moet spelen wordt bepaald door het geboortjaar van de speler / speelster.

De verschillende leeftijdscategorieën van BBC KEERBERGEN zijn de volgende:

- Ø Pre-Microben en Microben: geboren in 2004 tot en met 2007
- Ø Benjamins: geboren in 2002 en 2003
- Ø Pupillen: geboren in 2000 en 2001
- Ø Seniors: geboren in 1990 of vroeger

Voor het seizoen 2013 – 2014 heeft BBC KEERBERGEN momenteel 4 ploegen in competitie : 1 x Benjamins en 3 Senior ploegen.

### b) Aansluiting

## Huishoudelijk Reglement

Elk potentieel lid krijgt de gelegenheid om vrijblijvend tijdens twee weken de trainingen te volgen. Dit gebeurt op eigen verantwoordelijkheid wat betreft ongevallen: dit wordt expliciet met de ouders bij het eerste contact afgesproken. Indien het kind verder wenst te gaan in de basketbalsport, dan moeten het kind en zijn wettelijke vertegenwoordiger (één van de ouders of voogd), een aansluitingsformulier invullen en ondertekenen. De coach of de clubsecretaris bezorgt u dit formulier en deze laatste zorgt eveneens voor de verdere afhandeling van de aansluiting. De kinderen kunnen aangesloten worden bij de aanvang van een nieuw seizoen (periode augustus - oktober).

Indien er zich een kandidaatspeler van een andere club meldt, is een gesprek met de sportieve staf en een vertegenwoordiger van het Bestuur vereist. Tijdens de maand april, zal de sportieve leiding een beslissing nemen i.v. met deze aansluiting en indien positief, wordt er in samenwerking met de secretaris van de club, een transferaansluiting opgemaakt. De officiële transferperiode start op 1 mei en loopt tot 31 mei.

### c) Medisch Onderzoek

Het verplicht jaarlijks onderzoek is een absolute vereiste om aan wedstrijden en trainingen te mogen deelnemen. Wie binnen dezelfde tijdsspanne als voor het aansluitingsgeld geen medisch attest van het opgelegde model (VBL) voorlegt, wordt geweigerd. Bij ongeval weigert de verzekering immers de terugbetaling van de gemaakte kosten als deze formaliteit niet vervuld is. Een blanco medisch attest zal samen met het aansluitingsformulier aan de speler/speelster overhandigd worden.

Je kan terecht voor de medische keuring bij de huisarts of bij een sportdokter van eigen keuze. Eventuele problemen die zich bij het sporten kunnen voordoen, worden zo sneller opgespoord, wat een tijdig ingrijpen toelaat.

### d) Lidgelden

Het lidgeld voor het betreffende seizoen bedraagt 250,00 euro voor iemand die in competitie aantreedt. Normaal gezien wordt dit verrekend voor 15 september.

Het jaarlijks lidgeld wordt bij voorkeur geïnd per overschrijving op rekening 778 - 5942716 - 66.

Volgende regeling werd overeengekomen:

	Lidgeld 08	Lidgeld 09 à 12	Lidgeld 01/02/03
Bestaande leden	250,00 €	n/a	n/a
Nieuwe leden	n/a	250,00 €	200/150/100,00 €

Elk aangesloten lid, geniet de volgende voordelen:

Ø Hij/zij mag de trainingen bijwonen en mag – indien geselecteerd door de trainer / coach – de wedstrijden meespelen. Hij ontvangt hiervoor zijn VBL – spelers licentie. Spelers die hun lidgeld niet betaald hebben of die niet in orde zijn met hun medisch attest, worden niet toegelaten op trainingen en wedstrijden.

Lidgeld betalen geeft geen garantie tot meespelen in officiële wedstrijden, al ligt het in de lijn van de clubgeest om alle aangesloten spelers te laten meedraaien in de competitie wedstrijden. Het is de trainer/coach die bepaalt wie aan de wedstrijd zal deelnemen.

Ø Hij / zij is verzekerd voor lichamelijke ongevallen en burgerlijke aansprakelijkheid. Dit is van toepassing op alle ongevallen die zich kunnen voordoen tijdens de trainingen, de officiële wedstrijden alsmede de verplaatsingen naar en van officiële wedstrijden. Ook ongevallen die plaatsvinden tijdens de extrasportieve activiteiten van de club zijn verzekerd.

Ø Op vertoon van de lidkaart krijgt de speler doorgaans 10% korting bij sport aankopen.

Ø Tijdens de wedstrijden krijgt de speler een shirt en broekje die eigendom blijven van de club.

Met de lidgelden worden ook betaald : de lopende onkosten van het dagelijks bestuur , de huur van de sporthal, de organisatie van de trainingen en de wedstrijden, de vergoedingen van de coaches, de aansluitingsgelden bij de VBL en de officiële scheidsrechters tijdens de competitiewedstrijden.

## e) Sportongeval

Wat doe je bij een sportongeval?

- Ø Vraag een aangifteformulier van ongeval aan de coach of de begeleider van de ploeg.
  
- Ø Laat dit formulier invullen door de dokter die het sportongeval vaststelt:
  - o De dokter in het ziekenhuis
  - o Je huisdokter
  
- Ø Wanneer je bij de dokter geweest bent, bezorg je het formulier zo vlug mogelijk (uiterlijk de tweede dag na het ongeval) aan Ronald Bruyneels, Daallaan 8, 1910 Berg (Tel. 016 - 651.344), die het nodige zal doen om de verzekeringsmaatschappij te informeren. Er wordt een dossier samengesteld en het formulier wordt doorgestuurd aan de verzekeringsinstelling.
  
- Ø Je volgt daarna strikt de instructies van de verzekeringsmaatschappij die rechtstreeks contact opneemt met het slachtoffer of zijn wettelijke vertegenwoordiger.
  
- Ø Bewaar altijd een kopie van de documenten die je moet insturen. Opgepast - voor rekeningen is het noodzakelijk de originelen aan de verzekeringsmaatschappij te sturen: kopieën worden niet aanvaard.

### OPGEPAST

Voordat de betrokken speler de sportactiviteiten hervat, moet hij een genezingsverklaring ingevuld door de behandelende arts aan Ronald Bruyneels bezorgen en dit om te vermijden dat de verzekering eventuele nieuwe sportongevallen niet zou aanvaarden.



## 2. Sportieve Informatie

### a) Sportieve werking

Afspraken naar wedstrijden toe worden tijdens de trainingen gemaakt tussen de coach en de verschillende spelers.

Enkel de spelers die - voor hun leeftijd - over voldoende capaciteiten beschikken om competitief te spelen en vooral de gepaste discipline en inzet opbrengen, zullen in wedstrijden opgesteld worden na selectie door de trainer / coach.

Spelers die zonder geldige reden geregeld wegblijven van de training, zullen gevraagd worden niet meer te komen. Deze maatregel is van toepassing bij alle leeftijdscategorieën. We trachten met z'n allen gezamenlijk de basketbalsport te beoefenen: dit kan niet zonder een regelmatige aanwezigheid. Ook op het gedrag op en naast het terrein zullen we streng toekijken en zo nodig ingrijpen.

Parallel met de sportieve ontplooiing van onze jonge spelers, neemt de club een belangrijke pedagogische en sociale functie op zich. Spelers die moeilijkheden hebben om hun sportbeoefening te combineren met hun studies (moeilijke trainingsuren, moeilijke trainingdagen, enz.) of spelers die zich in een moeilijke persoonlijke situatie bevinden moeten dat melden aan hun trainer. Studies primeren; de club verwacht echter dat na het studeren het basketbal, als ploegsport, de voorrang krijgt op andere activiteiten.

### b) Trainingen en wedstrijden

De trainingsuren en de wedstrijdkalender worden aan de spelers medegedeeld. Alle thuiswedstrijden voor de competitie en voor de Beker van Vlaams-Brabant worden in de Sporthal van Keerbergen gespeeld.

### c) Sportkampen - Extra sportieve activiteiten

We verwachten van onze jeugdspelers dat ze, indien mogelijk, zouden deelnemen aan één of twee basketkampen die we tijdens de krokus- en zomervakantie organiseren. We opteren daarbij voor

## Huishoudelijk Reglement

een intensieve training van gewoonlijk 4 of 5 werkdagen: dit kan soms op een volledig uitgeruste locatie zijn waarbij er ook de nodige 'kost en inwonen' voorzien is. Soms kan dit in de sporthal zelf zijn. Specifieke informatie alsmede de nodige inschrijvingsdocumenten, zullen tijdig aan de verschillende spelers meegegeven worden.

Daarnaast organiseert of neemt BBC KEERBERGEN deel, aan een aantal manifestaties ter bevordering van de clubgeest. Daarbij rekenen we een Spaghettiveekend, Smulweekend, de Molenfeesten, een Wafelslag en - indien mogelijk - de organisatie van een basketbal toernooi. Van deze manifestaties worden de spelers en hun ouders tijdig geïnformeerd met de bedoeling om hen zowel actief als passief bij de deelname te betrekken.

Voor het seizoen 2013 - 2014 staan de volgende manifestaties op het programma:

Datum	Activiteit	Locatie
27 en 28 juli 2013	Molenfeesten	Keerbergen
26 tot en met 28 augustus 2013	Basketkamp	Sporthal
18 september 2013	Algemene Ledenvergadering	Zaal Kasteeltje
7 en 8 december 2013	Spaghettiveekend	Rode Leeuw
Van 10 februari 2014 tot 28 februari 2014	Wafelverkoop	Keerbergen
Nog te bepalen	Basket kamp	Sporthal
15 en 16 maart 2014	Smulweekend	Kasteeltje

Indien spelers zich geroepen voelen om (club-)scheidsrechter te worden of een opleidingscursus willen volgen via het BLOSO tot basketbalinitiator (= coaching), kan dit via de club gebeuren. Eventuele inschrijvingskosten worden door de club vergoed onder bepaalde voorwaarden. Inlichtingen hieromtrent kunnen via de jeugdverantwoordelijke of de secretaris bekomen worden.

### d) Trainers voor het seizoen 2013 - 2014

Om de kwaliteit van onze jeugdopleiding te verzekeren streeft het bestuur ernaar om over een technische staf te beschikken met de nodige ervaring en competentie. Daarenboven is het de bedoeling van de club om te zorgen voor een logische en uniforme opbouw van de verschillende facetten van het basketbal doorheen de verschillende leeftijdscategorieën.

Leeftijdscategorie	Coach	Telefoon	Trainingsuren
Microben / Benjamins	Staf Poels	0496/256090	Di 18:30H
Seniors C	Bart Decoster	0495/638 821	Do 18:30H
Seniors B	Carl Vrebosch	0491/376682	Di 20:00H Don 21:30
Seniors A	Sean Nelissen	0477/445 345	Mn 19:00H Wo 19:30H
	Carl Vrebosch	0491/376682	Di 20:00H, Do 20:00H

### 3. AFSPRAKEN VOOR DE SPELERS

#### a) Kledij en sporthygiëne

- Ø Op training is basketbalkledij uiteraard verplicht, maar het staat de spelers vrij hun outfit te kiezen. Tijdens de officiële wedstrijden moet de uitrusting van de club gedragen worden. Deze truitjes en broekjes worden door de coach aan de spelers uitgedeeld.
- Ø Draag hoge 'echte' basketpantoffels met 1 paar katoenen kousen en kruis je veters om je enkels optimaal te beschermen. Zorg steeds voor een paar extra veters in je sporttas.
- Ø Hou je haren bij voorkeur kort zodat je geen spelden of hoofdband nodig hebt en ongehinderd kan spelen.  
Je nagels hou je kort zodat de kans op verwonding van tegenstanders en ploegmaats wordt geminimaliseerd.
- Ø Om dezelfde reden moeten attributen zoals horloge, ringen, oorringen, polsbanden ed. uitgedaan worden op training en wedstrijd.
- Ø Wees voorzichtig met je persoonlijke bezittingen. Laat niets achter in de kleedkamer en breng je sportzak mee in de zaal tijdens trainingen en wedstrijden (thuis en op verplaatsing). Plaats je sporttas achter de spelersbank.
- Ø Onder geen enkele omstandigheid, in de eigen sportaccommodatie of op verplaatsing, kan de club BBC K verantwoordelijk worden gesteld voor het verlies van persoonlijke bezittingen of voor diefstal. Dergelijke voorvallen moeten wel gemeld worden aan de trainer en / of de ploegverantwoordelijke.
- Ø Na iedere training is het wenselijk dat er gedoucht wordt. Na een wedstrijd wordt er verplicht gedoucht.
- Ø Wedstrijdshirt en broekje worden door de club geleverd. Voor het wassen van de ploeguitrusting rekenen we op de bereidwilligheid van de ouders (beurtrol). Tijdens de wedstrijden: wordt shirt in broekje gestoken en het broekje voldoende opgetrokken: dit is trouwens verplicht door de reglementen van de bond.
- Ø Het omkleden voor en na de activiteiten mag maximaal 20 minuten duren.  
Alleen de spelers, de coach en de ploegverantwoordelijke komen in de kleedkamer.

b) Trainingen en wedstrijden

- Ø Indien je in de onmogelijkheid bent op tijd aanwezig te zijn, verwittig je steeds de trainer / coach ! Vooral naar wedstrijden toe is het bijzonder vervelend wanneer spelers onverwacht niet komen opdagen, zeker wanneer nog een verplaatsing gemaakt moet worden. Verwittigen is dus verplicht !  
Je mag inspreken op een antwoordapparaat, maar verwittig in dit geval nog de ploegverantwoordelijke, coördinator of, indien niet bereikbaar, de secretaris. (Het is uiteraard mogelijk dat een regeling wordt afgesproken aan het begin van het seizoen, respecteer de afspraken).
- Ø Zorg ervoor dat je tijdig op het uur van de afspraak bent. Je meldt je aanwezigheid aan de trainer met een stevige handdruk en groet je medespelers. Vergeet begeleiders, medewerkers en bestuurslieden niet. Zij zorgen er tenslotte voor dat je kan trainen en spelen.
- Ø Positieve inzet en bereidheid om zich totaal in te zetten, zijn eigenschappen van een echte sportman/-vrouw. Je ploegmaats moeten op je kunnen rekenen. Laat je hoofd nooit hangen als er wat fout gaat. Sporters verlaten steeds het terrein met opgeheven hoofd, ook na verlies.
- Ø Verhalen over de sterkte of de zwakte van tegenstrevers, vroeger behaalde resultaten, afwegen van winst- en verlieskansen, behoren voor onze jeugdspelers niet tot de manier om naar een wedstrijd toe te leven.
- Ø Tijdens de opwarming voor de wedstrijd concentreer je je 100% op de opwarming. Het aanstaren van tegenstrevers is totaal uit den boze.
- Ø Wees positief in je commentaar ten opzichte van ploegmaats, coach en afgevaardigden. Beslissingen van de scheidsrechter worden zonder discussie aanvaard. Bij een gefloten fout wordt steeds de hand opgestoken en verder gezwegen. Zo kunnen er technische fouten worden vermeden. De concentratie blijft gericht op het spel.
- Ø Bij onsportief gedrag waarvan melding wordt gemaakt door de scheidsrechter kunnen sancties worden opgelegd door de VBL.  
De speler kan worden geschorst en de ploeg wordt daardoor beboet.
- Ø Ook op de bank verwachten we blijvende concentratie op de wedstrijd. Moedig je ploegmaats aan, ook en vooral in moeilijke omstandigheden. Wij zijn uitsluitend

## Huishoudelijk Reglement

positief over de prestaties van de ploegmaats en geven alleen opbouwende kritiek.

- Ø Je bent steeds klaar om op het terrein te stappen. De speler die vervangen wordt geeft een hand aan zijn vervanger, meldt het nummer van de speler waarop hij verdedigde, klapt in de hand van de coach en alle bankzitters, en plaatst zich naast de coach op de bank. Ook wanneer je ontgoocheld bent, gedraag je je waardig, kreten en gebaren van ontgoocheling horen hier niet bij. Ook nu luister je naar de raadgevingen van de coach en kijk je hem aan.
- Ø Het is verplicht om tijdens de wedstrijden het truitje in de broek te steken, de broek moet tot op een normale hoogte worden opgetrokken. De coach zal hierop letten.
- Ø Bij een time-out loop je naar de coach. Zijn raadgevingen zijn op dat moment het belangrijkste. Ploegmaats op de bank luisteren mee en reiken water aan.
- Ø Na een hele dag op de schoolbanken willen sommigen zich wel eens uitleven. De trainer zal een evenwicht zoeken tussen een goede basketbalopleiding en het aspect 'ontspanning'. Om alles in goede banen te leiden vragen we aan spelers en toeschouwers zich aan een paar afspraken te houden. Daarom zijn op training de volgende gedragsregels zeer belangrijk:
  - o Trainingen starten en eindigen stipt: wees op tijd !
  - o Alle spelers helpen mee bij het klaarzetten en wegbergen van het materiaal (ballen, doelstellen, ...)
  - o Verzamel de ballen steeds op dezelfde plaats. Geen ballen of waterflessen die zomaar ergens rondslingeren in de zaal.
  - o Als de trainer iets zegt, kijk je hem aan, je houdt de bal stil en luistert aandachtig.
  - o Voer de opdrachten steeds zo perfect mogelijk uit.
  - o Niemand verlaat de training zonder toestemming van de trainer.
  - o Trainingen worden niet gestoord. Storende elementen worden verwijderd.
  - o De sportinstallaties, kleedkamers, worden proper achtergelaten. Laat ons een team zijn met stijl. Het dwingt respect af bij iedereen.
  - o Laat je niet afleiden door vrienden of vriendinnen. Deze blijven aan de kant en storen de training niet.
  - o Indien je drank meebrengt, water en geen frisdrank. Hou er ook rekening mee dat dit in een petfles moet zijn. Glas of blik zijn niet toegestaan in de sportzalen.

## Huishoudelijk Reglement

- Ø Ook na de wedstrijd en bij de wedstrijden van andere jeugd ploegen en de senioren ploegen gedragen we ons sportief. Dat is het karakter van onze club.
- Ø Na een wedstrijd geven we de tegenstrevers een hand evenals aan de scheidsrechters en de tafelverantwoordelijken.

### c) Attitude

- Ø Wees sportief voor vriend en tegenstander.
- Ø We zijn ons bewust van onze kwaliteiten, ons optreden getuigt hiervan. Stoer doen behoort niet tot onze stijl.
- Ø Alcohol en tabak hebben een negatieve invloed op de fysieke conditie en worden ontmoedigd. Druggebruik heeft onherroepelijk de verwijdering uit de club tot gevolg. Hiertegen is geen verhaal mogelijk. Betaalde lidgelden kunnen in dergelijk geval niet worden teruggevorderd.
- Ø Snoep en kauwgom worden tijdens de trainingen en wedstrijden niet geduld.
- Ø Diefstal of andere criminele activiteiten worden onmiddellijk aan de politie gemeld en hebben de verwijdering uit de club als gevolg. Hiertegen is geen verhaal mogelijk. Betaalde lidgelden kunnen in een dergelijk geval niet worden teruggevorderd.
- Ø Probeer ook zo veel mogelijk tijdig te gaan slapen, dat komt de conditionele paraatheid ten goede.

### d) Band met de club

Onze jeugdspelers kunnen geregeld een wedstrijd van de eerste ploeg komen volgen. Het bevordert de band binnen onze club en onze spelers krijgen tegelijk de kans al kijkende heel wat op te steken. De eigen basketbal wordt best thuisgelaten.

Bij aanvang van het seizoen wordt er een kalender verspreid met de wedstrijden van de eerste ploeg. Doorgaans gaan de thuiswedstrijden door op zaterdagavond vanaf 20:30H. (voorafgegaan door de wedstrijd van onze Seniors in 3<sup>de</sup> provinciale om 18:30H.).

## 4. OUDERS, DIT IS EXTRA VOOR U BESTEMD

De bestuursleden en de trainers kunnen niet alles beredderen. Hoe kunt u helpen?

- Ø Je kan ervoor zorgen dat je kind tijdig aanwezig is op de training, op het afgesproken vertrek uur voor wedstrijden, enz.
- Ø Je kan de afwezigheid van je kind tijdig melden of laten melden aan de trainer.
- Ø De meeste kinderen zijn fier op hun prestaties en vinden het leuk als hun ouders en vrienden komen kijken. Allen welkom ! Hou echter wel rekening met de puntjes hieronder.
- Ø Stel je positief op als supporter van de ganse ploeg en niet alleen voor je zoon of dochter. Wijzen op fouten van spelers laat je best aan de coach over. Hij weet wat belangrijk is. Diegene die de meeste fouten maakt, doet misschien het meest zijn best.
- Ø Het geven van richtlijnen tijdens trainingen en wedstrijden is totaal uit den boze. Bespreek de prestaties met je kind apart en buiten het wedstrijd gebeuren.
- Ø Commentaar en kritiek op de coach laten we achterwege. Interpelleer zeker de trainer of de coach niet over zijn manier van training geven of coachen. Indien er problemen zijn dan kunnen die met de ploegverantwoordelijke besproken worden. Onze trainers hebben een vorming achter de rug en weten wat ze doen.
- Ø Kritiek leveren op de scheidsrechters is nadelig voor iedereen, voor onze jeugdspelers, maar ook voor de club. Tracht met hen een correcte waarderende relatie op te bouwen.
- Ø Ouders kunnen van jeugdbasket echt genieten ! Laat je echter niet verleiden tot het noteren van gescoorde punten en dergelijke.
- Ø Als club beogen we in eerste instantie de sportieve ontwikkeling van uw kinderen: dit betekent dat het resultaat van een competitiewedstrijd van ondergeschikt belang is ten opzichte van de manier waarop gespeeld is, volgens de richtlijnen van de coach. Deze visie houden we aan tot en met de pupillen. Vanaf de leeftijdscategorie Miniemen wordt ook het resultaat nagestreefd: doelstelling is dan ook de wedstrijden te winnen.
- Ø Voor de ouders die hun jonge telg al in eerste nationale zien spelen: verwacht van je kind geen prestaties die hij/zij niet aankan. Elk kind evolueert op zijn eigen ritme. Het moet leuk blijven !
- Ø Maak geen drukte rond selecties, naar andere ouders toe. De coaches zijn best geplaatst om over selecties te beslissen en zullen daarbij op een eerlijke manier rekening houden met

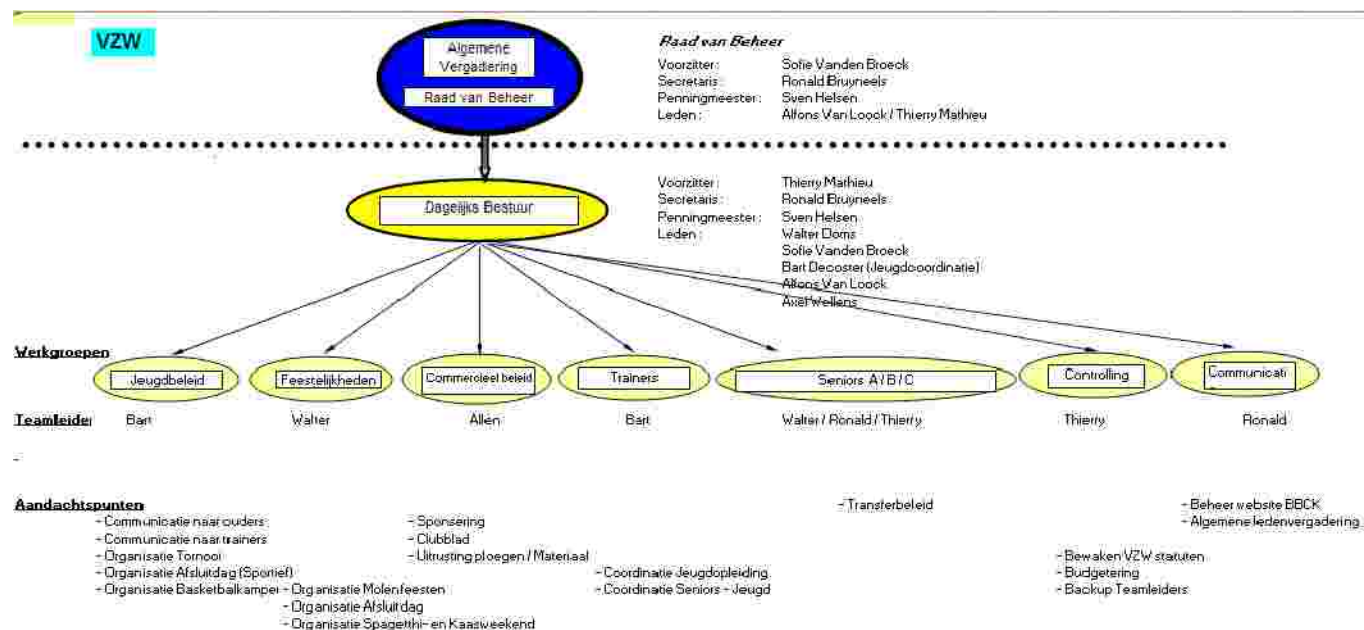
## Huishoudelijk Reglement

de mentaliteit en inzet van uw kind.

- Ø Mocht je kind speciale aandacht nodig hebben, dan kan je dit best aan de trainer / coach of de ploegverantwoordelijke meedelen. (Bv medicatie, steunzolen, enkel verstuikt,...)
- Ø Het is best om de kledij en de sportzak te markeren met naam of initialen zodat later geen misverstanden ontstaan in de kleedkamers.
- Ø Je kan optreden als begeleider van de ploeg. Er kan met zoveel dingen geholpen worden (wedstrijdtafel, blad, klok, truitjes uitdelen, truitjes bijeenrapen,..) Het werkt de samenhang in de hand. Per ploeg moeten er trouwens minstens twee begeleiders zijn om de competitie op een vlotte manier te kunnen afwerken.
- Ø Bij de extrasportieve activiteiten, die levensnoodzakelijk zijn voor de jeugdwerking, rekenen we echt op alle ouders. Een of twee keer per jaar een handje toesteken bij een extrasportieve activiteit zou toch moeten kunnen.
- Ø Deelname aan deze activiteiten door je aanwezigheid, het komen eten bvb., wordt door onze club gezien als het verlenen van een actieve steun, en dit op de meest aangename manier. Breng gerust familie en vrienden mee.
- Ø Indien u graag wilt helpen op een of andere manier: begeleiding, sponsoring, feestelijkheden, wedstrijden enz., aarzel niet om contact op te nemen met de ploegverantwoordelijke, de coach of een van de bestuursleden.



## 5. Bestuursstructuur:



## Adressen Bestuur

Voorzitter	Thierry Mathieu Roggeveldestraat 60 2223 Schriek	Tel 0497 / 478 920 e-mail: <a href="mailto:thierry.mathieu@fmglobal.com">thierry.mathieu@fmglobal.com</a>
Penningmeester	Sven Helsen Mouterij 2 bus 103 3190 Boortmeerbeek	Tel 0474/781941 e-mail: <a href="mailto:sven.helsen@telenet.be">sven.helsen@telenet.be</a>
Secretaris	Ronald Bruyneels Daallaan 8 1910 Kampenhout	Tel. 016 / 65 13 44 of 0497/225352 e-mail: <a href="mailto:ronald_bruyneels@be.ibm.com">ronald_bruyneels@be.ibm.com</a>
Commissiearis	Bart Decoster Nieuwstraat 21 3140 Keerbergen	Tel. 0495 / 638 821 e-mail: <a href="mailto:bart.decoster4@telenet.be">bart.decoster4@telenet.be</a> ,
Commissiearis	Alfons Van Loock Grensstraat 131 3140 Keerbergen	Tel.0472 / 682 738 e-mail: <a href="mailto:avanloock@pandora.be">avanloock@pandora.be</a>
Commissiearis	Walter Doms Vondelpark 45 3120 Tremelo	Tel. 0475 / 704 302 e-mail : <a href="mailto:walter_doms@telenet.be">walter_doms@telenet.be</a>
Commissiearis	Sofie Vanden Broeck Nieuwstraat 21 3140 Keerbergen	Tel. 0496 / 965 897 e-mail: <a href="mailto:Sofie_vandenBroeck@JCI.com">Sofie_vandenBroeck@JCI.com</a>
Commissiearis	Axel Wellens Kruisbaan 5 2800 Mechelen	Tel. 0498/070624 e-mail <a href="mailto:axel.wellens@telenet.be">axel.wellens@telenet.be</a>

Adressen Coaches

Microben / Benjamins	Bart Decoster Nieuwstraat 21 3140 Keerbergen	Tel. 0495 / 638 821 e-mail: <a href="mailto:bart.decooster4@telenet.be">bart.decooster4@telenet.be</a> ,
	Staf Poels	Tel: 0496/256 090
Seniors B	Sean Nelissen Bredepleinstraat 30 a/1 3190 Boortmeerbeek	Tel. 0477/445 345 e-mail: <a href="mailto:sean.nelissen1@telenet.be">sean.nelissen1@telenet.be</a>
Seniors A + C	Carl Vrebosch Dorpsstraat 453 bus 101 3061 Leefdaal	Tel: 0491/376682 e-mail: <a href="mailto:carl.vrebosch@telenet.be">carl.vrebosch@telenet.be</a>

### Andere nuttige telefoonnummers

- Ø Gemeentelijke Sporthal Keerbergen, Putsebaan 103, 3140 Keerbergen.  
Tel. 015 / 50 90 73
- Ø Geneesheer: Dktr. Janssens – Bakestraat 8 – 3140 Keerbergen. tel. 015.51 73 11 of dokter van wacht
- Ø Ziekenhuis: St I melda Ziekenhuis – I meldalaan 9, 2820 Bonheiden,  
Tel 015/50 50 11

### Terreinafmetingen

- Ø Hoogte van het doel:
  - Benjamins: 2,60 m
  - Andere reeksen: 3,05 m
- Ø Grootte van de basketbal:
  - Benjamins: maat 5
  - Dames: maat 6
  - Andere reeksen: maat 7
- Ø Grootte van het terrein: 28 m x 15 m.

## Basketbalterminologie

Aberdeen Drills	Balvaardigheidsoefeningen
Agilty Drills	Oefeningen die gericht zijn op snel en gemakkelijk bewegen van de voeten
Approach Step	Snelle korte verplaatsing van verdediger naar aanvaller die in balbezit komt
Backdoor	Beweging van de aanvaller die achter verdediger naar doel snijdt
Ball-you-basket	Plaats van de verdediger tussen zijn aanvaller met bal en het doel
Ball-you-man	Plaats van de verdediger op top van afgeplatte driehoek met als basishoekpunten bal en zijn directe aanvaller zonder bal.
Baseline cut- off	Verplaatsing van verdediger waarbij deze verhindert dat aanvaller-met-bal tussen hem en de eindlijn kan dribbelen.
Boxing out	Beweging van verdediger zodat deze, na shot van tegenstrever, tussen aanvaller en doel staat.
Clear out	Beweging van aanvaller waarbij deze weg van bal snijdt om medeaanvallers vrije ruimte te geven.
Close out	Snelle verplaatsing van verdediger naar aanvaller die bal ontvangt in shotpositie
Cross Over step	Aanvallend voetenwerk waarbij speler met gekruiste stap vertrekt
Drive	Snelle dribbel naar doel
Defensieve transitie	Snelle overschakeling van aanval naar verdediging
Fake and Pass	Schijnbeweging gevolgd door pass
Fakeshot	Schijnbeweging van een schot
Follow through	Het gestrekt houden van de arm na het shot, door de polsslag maakt de hand een hoek met de onderarm (pols ontspannen, vingers wuiven de bal na)
Front & Reverse Pivot	Draaibeweging op de vaste voet (pivotvoet) in voor- en rugwaartse zin.
Front cut	Het snijden voor de verdediger (vorm van give and go)
Full court	Volledig veld
Give and go	Het snijden van de aanvaller, na pass naar doel om de bal terug te krijgen
Grasping	Het vastklemmen van de bal tussen de handen
Half court	Half veld
Heel-Toe	Stand van voeten (verdediger of shotter) waarbij hiel van ene voet ter hoogte staat van tip van andere voet
In and out	Beweging van aanvaller die zich vrijspeelt door eerst in en dan terug uit de bucket te lopen
Jump to the ball	Snelle verplaatsing van verdedigers bij vertrek van pass, naar de bal toe.
Jumpstop	Na dribbel of ontvangst van bal, het stoppen één tijd, voeten naast elkaar
Meet the ball	Beweging van aanvaller naar de bal toe
Offensive	Snelle overschakeling van verdediging naar aanval

## Huishoudelijk Reglement

transition	
Open step	Aanvallend voetenwerk waarbij men met linkervoet naar links vertrek of met rechtervoet naar rechts
Outlet	Pas om snelle tegenaanval te starten
Overheadpass	Pass, met twee handen, van boven het hoofd (voorkant)
Pistols (stance)	Houding van verdediger weg van de bal wijzend naar bal en aanvaller
Point (stance)	Houding van verdediger op aanvaller die dribbelt
Push pass	Pass waarbij aanvaller bal met één hand naar mede-aanvaller duwt
Ready (stance)	Houding van verdediger die klaar staat om op aanvaller met bal te verdedigen
Rear Cut	Het snijden achter verdedigers na het geven van een pass (vorm van give and go)
Reverse dribbel	Rugwaartse verandering van richting in dribbel
Shooting pocket	Het wapenen van bal, ter hoogte van schouder, om te schotten
Sideline Push	Verplaatsing van verdediger die probeert aanvaller met bal te dwingen naar de zijlijn te dribbelen
Speed Cut	Beweging van de aanvaller die snel naar doel snijdt om pass te krijgen (vorm van give and go)
Split vision	Periferisch zicht
Square up	Beweging van aanvaller die, na ontvangst van de bal, onmiddellijk beide voeten naar doel richt (facing basket)
Step slide	Beweging van verdediger op aanvaller die dribbelt: stappen met de eerste voet en schuiven met de tweede
Stick (Stance)	Houding van verdediger op aanvaller die gestopt is met dribbelen
To stutter	Snel ter plaatse trappelen
Swing and lead	Beweging van verdediger die aanvaller die dribbelt, dwingt te veranderen van richting
Swing Step	Beweging van verdediger op aanvaller met bal die verandert van richting, waarbij verdediger voorste been naar achter zwaait
Target	Mikpunt bij vragen van bal
Triple threat position	Houding waarbij aanvaller kan schieten, passen of driven
V cut	Beweging van aanvaller die zich vrijspeelt in V-vorm