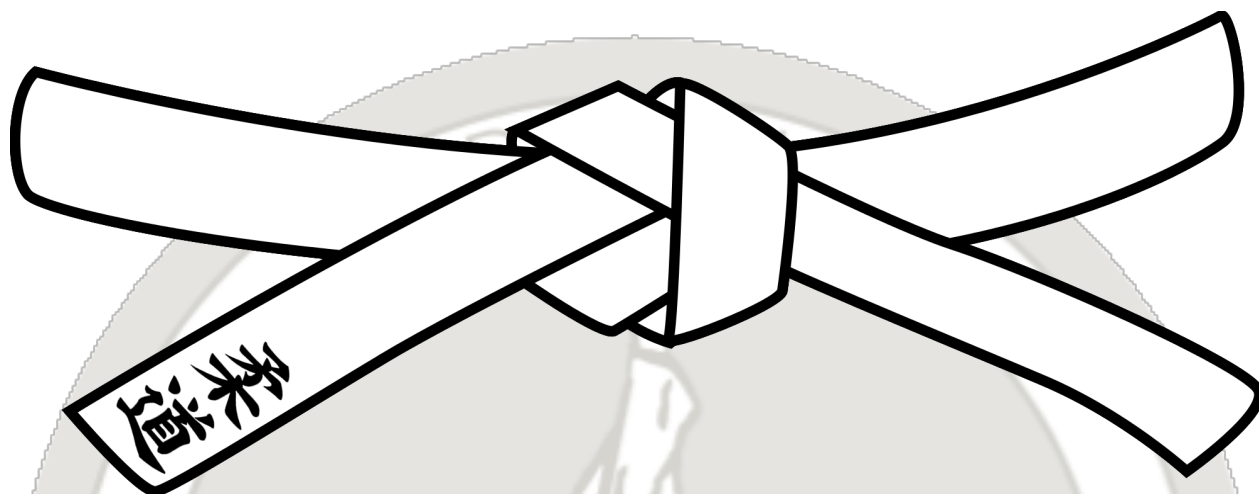


BASISVOORWAARDEN - WIT



Elke startende judoka krijgt een witte gordel. Hiervoor hoef je helemaal niets te kennen. Je dient je enkel aan enkele basisvoorwaarden te houden tijdens de trainingen (en daarbuiten):

- *Je mag de aangeleerde judotechnieken alleen gebruiken op de mat (tatami) en dus niet thuis, op straat of in de school.*
- *Je toont ten alle tijden inzet en concentratie.*
- *Je bewaart stilte tijdens de trainingen (op of langs de mat).*
- *Je houdt je aan de instructies van de trainers.*
- *Je mag elkaar geen pijn doen, niet schoppen, slaan, bijten of krabben.*
- *Je moet direct stoppen als de tegenstander op je rug of op de mat afklopt.*
- *Je mag niet met je handen of voeten in het gezicht van de ander komen.*
- *Je nagels van vingers en tenen zijn kort geknipt zodat je je partner niet verwondt.*
- *Je handen en de voeten moeten gewassen zijn alvorens te mat te betreden.*
- *Je haren moeten proper zijn. Lange haren dienen samengebonden te zijn.*
- *Je draagt geen sierraden tijdens de training (juwelen, ringen, piercings, metalen haarspelden etc.)*
- *Je toont respect voor eigen materiaal (o.a. kledij) en dat van anderen.*
- *Je blijft altijd sportief en respectvol naar anderen toe.*
- *Je houdt de kleedkamers, douches en toiletten proper en ordelijk! Je betreedt de matten (tatami) nooit met schoeisel.*
- *Op de matten (tatami) wordt niet gegeten noch gedronken.*

Alle bovenstaande punten zijn elementen uit het huishoudelijk reglement van judoclub Sint-Truiden. Het volledige reglement is beschikbaar in de dojo (judozaal) en op de website onder sectie "Club".

Wij wensen jou veel succes op weg naar de gele gordel.