

## Richtlijnen afspraken voor de jeugdspeler op KEG

### Stiptheid

- Op de training ben je uiterlijk 10 min. voor aanvang in de kleedkamer aanwezig. Stipt op het aanvangsuur van de training begeven we ons samen met de trainer naar het oefenveld.
- Bij thuiswedstrijden ben je uiterlijk 45 min. (U6 – U13) of 60min. (U15-U21) voor aanvang in de kleedkamer aanwezig.
- Bij uitwedstrijden komt men op het afgesproken tijdstip samen.
- Aanwezigheid op de training is verplicht. Tijdens de examenperiodes zullen de trainingsfrequenties worden aangepast.
- Indien een speler door ziekte of andere omstandigheden niet in staat is aanwezig te zijn voor de training of wedstrijd verwittigt hij tijdig en persoonlijk de trainer. Indien een speler niet verwittigt dat hij niet aanwezig kan zijn op een training kan hij ook niet opgesteld worden voor de wedstrijd in het daarop volgend weekend.
- Uiterlijk 30 min. na de training worden de kleedkamers verlaten.

### Houding

- Wees altijd en overal beleefd.
- Behandel medespelers, tegenstrevers, trainers en afgevaardigden steeds met het nodige respect. Grensoverschrijdend gedrag wordt streng aangepakt.
- Bij aankomst en vertrek geef je je trainer en afgevaardigde steeds een hand.
- Elke speler schudt de hand van de scheidsrechter en van de tegenstrever na de wedstrijd (ook na een verlieswedstrijd).
- In elke ploeg is een goede sfeer belangrijk. Negatieve uitlatingen zullen niet getolereerd worden. Conflicten kunnen echter te allen tijde met de betrokkenen worden uitgesproken (contacteer de trainer/coördinator/TVJO).

### Hygiëne

- Na iedere training is het aangeraden, na iedere wedstrijd is men verplicht te douchen. Het gebruik van badslippers wordt hierbij aanbevolen.
- Gelieve bij kwetsuren asap een (sport)arts of kinesist te raadplegen.
- Er worden geen sieraden (horloge, ketting, armband, oorbellen, piercing, ...) gedragen tijdens de training of wedstrijd.

### Verzorging en voeding

- Alcohol en roken hebben beslist een negatieve invloed op de lichamelijke conditie en sportprestaties; deze zijn dus verboden voor jeugdspelers op KEG.
- Goede en voldoende nachtrust is onontbeerlijk.
- Het wordt aangeraden om voor een training of wedstrijd een lichte of vetarme maaltijd te nuttigen. Het gebruik van koolzuurhoudende dranken wordt afgeraden.
- Een gezonde en gevarieerde voeding met voldoende verse groenten en fruit wordt eveneens aangeraden.

## Kledij en materiaal

- De door de club verschafte kledij wordt gedragen op de wedstrijd.
- Beenbeschermers zijn verplicht en worden door de speler zelf aangeschaft.
- Tijdens de wedstrijd kan men gebruik maken van een liesbroek (rekening houdend met de clubkleuren).
- Voetbalschoenen: jeugdspelers worden van bondswege verplicht om met vaste studs te spelen. Vanaf U15 is het eveneens toegestaan om naast de vaste studs (multi's) ook een paar voetbalschoenen met "verstelbare" studs aan te schaffen.
- Zorg dat je steeds aan de weersomstandigheden aangepast kledij en schoeisel bij je hebt.
- De voetbalschoenen dienen steeds gepoetst te zijn.

## Infrastructuur

- De kleedkamers worden enkel gebruikt om zich om te kleden. Er wordt niet met de bal gespeeld in de kleedkamer, noch de bal tegen de deuren, de muren en het plafond getrapt.
- De schoenen worden buiten gereinigd. Dit gebeurt NOOIT onder de douche.
- Het trainingsmateriaal zal volgens beurtrol steeds naar het trainingsveld gedragen en daarna weer verzameld worden.
- Verplaatsbare doelen worden na de training terug op de daarvoor voorziene plaatsen gezet.
- Er wordt niet aan de doelen of doelnetten gehangen.
- Kortom, het materiaal en de infrastructuur worden steeds met de nodige respect behandeld.

## Vervoer

- De meeste verplaatsingen worden per auto gemaakt.
- De auto's vertrekken stipt op het afgesproken tijdstip. Wie rechtstreeks naar het terrein van de tegenstrever gaat verwittigt de trainer of afgevaardigde.

## Studie en voetbal

- De studie heeft altijd voorrang op het voetbal !
- Indien een speler verstek moet geven door schoolverplichtingen, dient dit gemeld. Daar zal steeds begrip voor getoond worden.
- Tijdens de examenperiodes zal voor de oudere leeftijdscategorieën het trainingsritme aangepast worden.
- **Vergeet niet dat succes op school en succes in de voetbal meestal hand in hand gaan !**