

Tornax – Gedragscode: Samen sportief, samen sterk!

Bij Tornax draait het niet alleen om volleybal, maar ook om samen plezier maken, elkaar motiveren en zorgen voor een veilige, fijne sportomgeving. We willen dat ieder lid zich thuis voelt binnen onze vereniging. Samen staan we voor **sportiviteit, betrokkenheid en een goed georganiseerde club**. Op deze pagina vind je de belangrijkste afspraken over trainingen, wedstrijden, kleding en meer.

Trainingen

We starten elke training graag goed en op tijd. Daarom vragen we je om **vijf minuten voor aanvang aanwezig te zijn**, zodat we direct kunnen beginnen. De trainer bereidt de training voor en zorgt voor een afwisselend en uitdagend programma.

Veld op- en afbouw: teams zetten samen het veld klaar en ruimen het na afloop op (tenzij er direct een volgende training is).

Afmelden: kan je een keer niet? Laat dit **minimaal één dag van tevoren** weten aan je trainer.

Douchen: we verwachten dat iedereen na afloop doucht. Neem slippers mee om infecties te voorkomen.

Eten en drinken: water is prima tijdens trainingen; neem je fles na afloop weer mee. Zodat we met z'n allen de sporthal netjes houden.

Blessurepreventie:

- Doe altijd een warming-up.
- Bind lang haar vast en laat sieraden thuis.
- Meld pijntjes of blessures bij je trainer.

Competitie

De competitie start eind september (soms één week eerder). Vooraf ontvang je van je trainer of aanvoerder het speelschema en de vertrektijden. Het volledige wedstrijdprogramma is ook te vinden op www.tornax.nl.

- **Thuiswedstrijden:** woensdagavond (Dames 3) en zaterdagmiddag (overige teams).
- **Uitwedstrijden:** meestal op zaterdag plaats. Dames 3 speelt ook doordeweeks.
- **CMV (9–12 jaar):** spelen altijd op zaterdag.
- De **jongste jeugd (6–9 jaar)** doet mee aan toernooien, eveneens op zaterdag.

Afmelden: geef aan het begin van het seizoen door wanneer je niet kunt spelen. Onvoorziene afmeldingen (blessure, familie) graag zo snel mogelijk melden.

Aanwezigheid: kom **drie kwartier voor de wedstrijd** voor warming-up en inspelen.

Wedstrijdtenue: gesponsorde kleding wordt aan het einde van het seizoen ingeleverd bij de Technische Commissie (TC). Let op: deze kleding draag je niet tijdens trainingen. De wedstrijdtenues worden centraal en om beurten gewassen.

Ouders van jeugdleden: vervoer en begeleiding: We kunnen niet zonder jullie! We vragen je om af en toe te rijden of te begeleiden bij uitwedstrijden. Het wedstrijdsecretariaat maakt hiervoor een schema.

Boetegelden: boetes veroorzaakt door spelers of teams worden in principe door hen zelf betaald, tenzij er sprake is van overmacht.

Veilig sportklimaat

Iedereen moet **veilig en met plezier** kunnen volleyballen. Dat betekent: geen grensoverschrijdend gedrag, respect voor elkaar en open communicatie.

De vier v's voor veiligheid:

1. **Verenigingsbrede gedragscode** (dit document en regeling vertrouwenspersoon Tornax)
2. **Vertrouwenscontactpersoon** op de club
3. **Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG)** voor trainers
4. **Vakkundig geschoolde trainer-coaches**

Respect: behandel teamgenoten, tegenstanders, scheidsrechters en publiek met respect. Wat een grap lijkt, kan kwetsend zijn – durf dat te bespreken.

Bij zorgen of problemen kun je altijd terecht bij je **trainer**, de **TC** of de **vertrouwenspersoon**.

Onze trainers volgen de **NOC*NSF-gedragscode**, met duidelijke richtlijnen om ongewenst gedrag te voorkomen. Bij signalen wordt direct actie ondernomen.

Meer informatie: www.tornax.nl

Overige belangrijke zaken

Sponsors: Tornax wordt mede mogelijk gemaakt door onze sponsors en adverteerders: dank voor hun steun! Hun namen vind je op de shirts en op onze website.

Gevonden voorwerpen: kijk in de witte ton bij de ingang van de hal.

Sleutel ballenkast: trainers en TC-leden hebben een sleutel; anders is er een reservesleutel in de kantine.

♥ **Samen maken we Tornax tot een vereniging waar iedereen zich welkom voelt.**

Heb je vragen, ideeën of opmerkingen? Laat het ons weten: samen sportief, samen sterk!