

# Informatiebrochure 2023-2024



## **1. Algemene informatie**

1.1.	Wat is judo	3
1.2.	Wie zijn wij	3
1.3.	Trainers	3
1.4.	Trainingsmomenten	3
1.5.	Initiaties	4
1.6.	Lidgeld	4
1.7.	Judokledij	4
1.8.	Hygiëne en veiligheid op de mat	4
1.9.	Clubkledij	5
1.10.	Examens voor graadsverhoging	5
1.11.	Tornooien	5
1.12.	Activiteiten	5
1.13.	Kalender	5
1.14.	Video's	5
1.15.	GDPR	5
1.16.	Communicatie	5
1.17.	Veranderen persoonlijke gegevens	6
1.18.	Website, facebook, instagram, ...	6
1.19.	API	6
1.20.	Clubgegevens	6
1.21.	Vragen	6

## **2. Huishoudelijk reglement**

2.1.	Huishoudelijk reglement	7
------	-------------------------	---

## **3. Informatie sportjaar 2023-2024**

2.1.	Competitietrainingen	9
2.3	Kalender 2023-2024	9
2.3.	Eigen nota's	10

# 1. Algemene informatie

## 1.1. Wat is judo

Heb jij je wel eens afgevraagd wat judo is? Judo is een heel bekende en populaire zelfverdedigingssport. Het doel van de sport is om zoveel als mogelijk gebruik te maken van de snelheid en kracht van je tegenstander.

Met andere woorden, de bedoeling is dat je je eigen balans behoudt terwijl je je tegenstander uit balans brengt.

Daarnaast is de sport een hele goede manier om op elke leeftijd met het hele lichaam te bewegen.

Judo is vanuit Jiu-Jitsu ontwikkeld door Jigoro Kano en is niet zomaar een sport. Zo leer je bijvoorbeeld positief omgaan met agressie.

Ook is judo heel beschaafd. Je overmeestert je tegenstander namelijk zonder de bedoeling deze te blesseren. Zelfbeheersing staat bij judo centraal. De motorische, lichamelijke en ook geestelijke ontwikkeling staan voorop.

Je leert omgaan met verlies en winst, daarbij heb je altijd respect voor je tegenstander. Iemand die weinig zelfvertrouwen heeft, kan door de sport meer vertrouwen in zichzelf krijgen. Zo zie je wat judo is: meer dan alleen een fysieke sport.

Als je judo beoefent zullen al je spieren te pas komen. Behalve veelzijdige beweging wordt ook je concentratie- en coördinatievermogen verbeterd.

Judo is daardoor karaktervormend en ook stimuleert de sport het ontwikkelen van een positief zelfbeeld.

Een judoka wordt op deze manier weerbaarder, op iedere leeftijd, op zowel mentaal als fysiek vlak. Het komt zelfs voor dat er kinderen op doktersadvies naar de judoles worden gestuurd.

## 1.2. Wie zijn wij

Onze club werd opgericht door Erik Van Isacker in 1997 en is lid van Judo Vlaanderen. Alle lessen worden gegeven door VTS-BLOSO gediplomeerde lesgevers.

Doel van de club is de judosport bekendheid te geven en mensen aan het sporten te krijgen.

Wij proberen onze leden te motiveren tot deelname aan toernooien, maar wie enkel recreatief wil sporten kan dit uiteraard ook.

Het is onze leden ten strenge verboden om de technieken toe te passen buiten de trainingen / toernooien, behalve in geval van wettelijke zelfverdediging.

Wij benadrukken er iedereen op om het huishoudelijk reglement na te lezen. Dit is te vinden op onze website: (<https://www.judo-lochristi.be/huishoudelijk-reglement/>).



## 1.3. Trainers

Onze trainers zijn in het bezit van een VTS trainersdiploma. Zij hebben een ruime kennis in het omgaan met jongeren en beheersen de leerstof ten volle.

Erik Van Isacker, 5de dan, A-trainer VTS-BLOSO en gediplomeerd jeugdsportcoördinator.

Jeugdtrainster is Svea Van Isacker, 3de dan, B-trainer VTS-BLOSO.

Stefan De Schryver is 1ste dan en heeft een initiator diploma en verzorgt het kracht en competitie gedeelte.

Ewout Van de Capelle is 2de dan bezit eveneens een initiator diploma.

Ginny Van Hecke is 1ste dan en bezit aspirant initiator.

Nathan Vandekerckvoorde is 1ste dan

Ewout, Ginny en Nathan assisteren meestal de trainers.

Op regelmatige basis nodigen wij gasttrainers uit op onze mat. Dit is mogelijk door onze goede samenwerking met clubs in de omgeving en in het buitenland (Portugal en Mallorca).

## 1.4. Trainingsmomenten

Onze leden trainen in drie groepen, afhankelijk van leeftijd en niveau.

Wie in welke groep zit wordt bepaald door de trainers, niet door de ouders.

Tussen elke training is 5 minuten pauze om onze trainers even rust te geven.

### Groep 1: doelgroep 5-9 jaar

woensdag: 17u00 - 17u55

vrijdag : 18u00 - 18u55

### Groep 2: doelgroep 10-14 jaar

woensdag 18u00 - 18u55

vrijdag 19u00 - 19u55

### Groep 3: 14+

woensdag 19u00 - 20u30

vrijdag 20u00 - 21u30

Leden worden verwacht om enkele minuten op voorhand aanwezig en in judogi te zijn.

De vrijdag voor een toernooi is er steeds een aangepaste training. Aanwezigheid op deze is sterk aangeraden.

Tijdens de schoolvakanties is er geen training, tenzij anders aangegeven in de kalender.

Alle leden voorzien voor de training een fles water of gelijkaardig. Het is niet de bedoeling om tijdens de training naar de gang of cafetaria te lopen om drinken te halen, daar wij dan geen overzicht hebben over onze leden.

Iedereen kan na de training gebruik maken van de douches in de kleedkamers.

## 1.5. Initiaties

Geïnteresseerden kunnen kennis maken met de club en de judosport door middel van vier proeflessen.

Deze kunnen wij u aanbieden in samenwerking met Judo Vlaanderen.

Tijdens deze lessen bent u verzekerd tegen mogelijke ongevallen.

De formulieren zijn te verkrijgen tijdens de trainingen of te downloaden van onze website:

([www.judo-lochristi.be/initiaties](http://www.judo-lochristi.be/initiaties))

## 1.6. Lidgeld

Wij proberen onze sport toegankelijk te maken voor iedereen. Het jaarlijkse lidgeld, verzekering vergunning inbegrepen bedraagt € 200,00 per jaar (12 maanden).

Zwarte gordels en het 3de lid van éénzelfde gezin genieten een korting op het lidgeld.

Na het volgen van de initiaties ontvangt de deelnemer een overschrijvingsformulier. Na betalen van het lidgeld is de deelnemer verzekerd tegen mogelijke ongevallen.

Wij bieden ook de mogelijkheid aan om onmiddellijk te betalen met de bankkaart.

Na de initiatieperiode ontvangt de deelnemer een vergunning met vergunningsnummer. Met dit nummer kan worden gescand om de deelname te bevestigen.

Leden ontvangen ruim voor het vervallen van hun vergunning een uitnodiging om deze te hernieuwen.

Wie dit niet tijdig doet is niet verzekerd.

Mogelijke ongevallen zijn dan ook geheel voor rekening van deze persoon.

## 1.7. Judokledij

Wie judo doet draagt een judogi. Behalve tijdens initiatielessen, verwachten wij van onze leden dat zij een judogi dragen. Deze moet ten aller tijde fris en rein zijn (tenslotte blijven wij een contactsport).

Om veiligheidsredenen zijn sierraden (juwelen, oorbellen, armbandjes, ...) niet toegelaten op de mat.

Uiterlijke tekenen van geloof zijn eveneens niet toegelaten op de mat (Keppeltjes, hoofddoek, kruistekens, ...).

Elk jaar hebben leden judogi's te koop, meestal omdat ze eruit zijn gegroeid. Wie dit wenst kan navraag doen via de WhatsApp groep 'judoclub' (QR code zie achteraan).

Wie een nieuwe judogi wenst, kan deze kopen in de club of bij de gespecialiseerde sportwinkel.

Denk eraan om een judogi te kopen die voldoet aan de voorwaarden van de IJF.

De club verdeelt judogi's van Budo House (kids) en Matsuru (jongeren en volwassenen).

Budo House judogi's hebben wij meestal in stock, Andere moeten worden besteld, wachttijd ± 10 dagen in functie van de stock leverancier.

De prijzen schommelen regelmatig. De actuele prijslijst is in te kijken bij Svea en Erik.

Andere merken zijn eveneens verkrijgbaar maar daarvoor moeten wij leveranciers aanspreken om de prijs te kunnen geven.

Wij vragen om bij de bestelling ook de betaling in orde te maken, dit kan cash of door middel van een bankkaart.

Wij verwachten van onze leden, die nog even willen nablijven, hetzij in de hal, hetzij in de cafetaria, dat zij dit doen in gewone kledij, niet in judogi.

## 1.8. Hygiëne en veiligheid op de mat

Van elk lid wordt verwacht dat hij/zij de mat betreden met propere handen en voeten. Eveneens dienen de nagels van vingers en tenen kort geknipt te zijn om anderen niet te verwonden. Nagellak is verboden omwille van mogelijke allergische reacties bij verwonding.

Wratten moeten worden behandeld en dienen afgeplakt te worden alvorens de mat te betreden om besmetting van anderen tegen te gaan.

Bij het betreden en verlaten van de judomat verzoeken wij onze leden om schoenen of slippers te dragen.

Leden die ziek zijn worden gevraagd om de trainingen niet bij te wonen om anderen niet te besmetten.

Harde of metalen voorwerpen zijn niet toegelaten op de mat. (haarspelden, ringen, kniebeschermers met metaal, ...).

Lang haar dient opgebonden te worden zodat de nek vrij is. Een overzicht van hoe dit reglementair te doen kun je hier vinden:



## 1.9. Clubkledij

Er is ook clubkledij verkrijgbaar. Door het dragen van deze kledij komen wij op tornooien als club naar voor. Wij vragen dan ook dat alle leden (en ouders) die mee gaan op tornooien deze kledij dragen.

Er zijn zowel shirts als fleeces verkrijgbaar.

Wie kledij wenst te bestellen kan dit tot eind september via het betreffende formulier. Voorbeelden en specificaties van de clubkledij zijn te vinden op het infoformulier.

Begin van het sportjaar kan deze worden besteld. We proberen eveneens om pasmaten te voorzien

## 1.10. Examens voor graadsverhoging

Tweemaal per jaar nemen wij examens af bij onze leden. Dit is in de periode januari en mei.

Leden leggen examen af op een aparte dag.

Ruim op voorhand zal een lijst worden opgemaakt van wie in aanmerking komt om examen te doen. Enkel leden die op deze lijst staan mogen zich aanmelden op de dag van het examen, deelname aan het examen is geen verplichting.

De leerstof voor een examen staat op de website vermeld. Wij raden iedereen aan deze door te nemen en te beheersen alvorens zich aan te melden voor een examen.

Denk eraan dat men voor het behalen van een hogere graad ook alle leerstof van de vorige graden moet beheersen.

## 1.11. Tornadoen

De club kiest een aantal tornadoen uit waarop wij deelnemen. Op deze tornadoen zal er ook telkens begeleiding zijn van een verantwoordelijke.

Iedereen schikt zich naar de bepalingen van de verantwoordelijke, ook ouders en sympathisanten.

Het inschrijven voor de tornadoen zal gebeuren via een Google form, de inschrijving is pas definitief als ook aan het inschrijfgeld werd voldaan.

De tornadoen die wij begeleiden zijn terug te vinden op onze website bij kalender of bij clubinfo/tornadoen

Wie buiten de club om tornadoen wenst mee te doen kan dit geheel vrijblijvend. Uiteraard is er dan geen begeleiding van de club.

Op tornadoen is de reglementering rond de haardracht van toepassing.

Fairplay staat bij ons hoog in het vaandel. We verwachten van iedereen dat zij de sportiviteit boven resultaat plaatsen.

## 1.12. Activiteiten

Op regelmatige basis organiseren wij activiteiten, deelname is op vrijwillige basis, soms kan een bijdrage worden gevraagd om onkosten te vergoeden of inkom te betalen.

Om organisatorische redenen is inschrijven via een Google form ook verplicht (tenzij anders aangegeven).

## 1.13. Kalender

Onze activiteiten, trainingen, tornadoen, ... komen allemaal op de kalender van de club (<https://www.judo-lochristi.be/kalender/>). Wijzigingen worden ook meegedeeld via de WhatsApp groep.



## 1.14. Video's

Op regelmatige basis maken wij een promo video van onze activiteiten.

Deze video's zijn te vinden op de website onder de rubriek Video (<https://www.judo-lochristi.be/videos/>).



## 1.15. GDPR

Op activiteiten, trainingen, tornadoen, ... worden soms foto's, video's, ... genomen.

Deze kunnen worden gebruikt als promotie voor de betreffende activiteit.

Gangbare kanalen voor promotie zijn onze website, Facebook, Instagram en de lokale media.

Elk lid, of initiatie lid, krijgt bij lidmaatschap een document ter ondertekening.

Wie niet wenst dat zijn / haar foto, video, ... openbaar zal worden gemaakt kan ons dit laten weten via dit document.

Het document kan op elk moment worden herzien op aanvraag van de betrokkene (of ouder, voogd indien minderjarig). Wie een wijziging wil doen aan dit document weet dat dit enige tijd kan kosten om te verwerken.

De personen die foto's / video nemen weten niet altijd wie wel of niet akkoord is.

## 1.16. Communicatie

Soms moeten wij beslissingen nemen op heel korte tijd. Om heel flexibel te kunnen werken maken wij gebruik van WhatsApp.

Er zijn diverse groepen waar men naar gewenst lid van kan worden.

'Judoclub meldingen' is het officiële kanaal waar slechts enkele personen info op kunnen posten, reply op deze informatie is niet mogelijk.

'Judoclub' is een kanaal waar iedereen die lid is kan posten. Meestal gaat het om leden en ouders die vervoer zoeken, meldingen van een publicatie in de media, leden die iets vergeten of verloren zijn...

Lid worden van deze groepen kan via ondestaande qr code in te scannen op de gsm.

Verder zijn er nog groepen voor trainers en deelnemers van eventuele buitenlandse stages. Deze groepen zijn afgeschermd en toegang kan enkel worden verkregen bij de verantwoordelijke persoon, Erik of Svea.

Wie ongewenste, onsportieve, discriminerende en of sexueel getinte opmerkingen op één van deze groepen plaatst zal onverbiddeijk uit de groep worden verwijderd.

Wij vragen ook met aandrang om deze groepen niet te overbelasten met allerhande info.

meldingen



judoclub



### 1.17. Veranderen persoonlijke gegevens

Om misverstanden te vermijden vragen wij om alle aanpassingen van persoonlijke gegevens aan ons mee te delen. Dit kan gaan om wijzigen adres, gms nummer, e-mail ...

Doorgeven kan via [info@judo-lochristi.be](mailto:info@judo-lochristi.be)

### 1.18. Website, facebook, instagram, ...

Via deze media maken wij publiciteit voor onze club en judosport in het algemeen.

Iedereen die wenst kan ons volgen of onze berichten lezen. Op geen enkel moment zullen wij compromiterende, rassistische of seksueel getinte foto's, video's, ... posten.

Wij proberen zoveel mogelijk rekening te houden met de wetgeving rond GDPR.

### 1.19. API

Onze API (Aanspreek Persoon Integriteit) is Veerle De Wulf, sociologe van opleiding.

Wie vragen of problemen wenst te melden kan haar steeds bereiken via onze contactpagina (<https://www.judo-lochristi.be/contact-api/>).

Het formulier komt enkel bij haar terecht. Zij zal nadien de nodige stappen ondernemen.



### 1.20. Clubgegevens

Judoclub Hokkaido Lochristi (feitelijke vereniging)

e-mail: [info@judo-lochristi.be](mailto:info@judo-lochristi.be)

website: [www.judo-lochristi.be](http://www.judo-lochristi.be)

Facebook: <https://www.facebook.com/judoclubhokkaido>

Instagram: <https://www.instagram.com/judoclublochristi/>

Rekening BNP Paribas Fortis: BE98 0352 3840 2193

### Verantwoordelijke:

Erik Van Isacker  
Kaaswinkeldreef 4: 9160 Lokeren  
0494 98 66 31  
[info@judo-lochristi.be](mailto:info@judo-lochristi.be)

### Dojo (trainingzaal)

Budozaal sporthal 't veerleveld  
Kan. P. J. Triestlaan 1; 9080 Lochristi  
09 355 26 92  
[sport@lochristi.be](mailto:sport@lochristi.be)

### 1.21. Vragen

Wie nog vragen heeft over de club, de judosport of de medewerkers kan hiervoor altijd bij ons terecht.

Als wij op dit moment geen tijd hebben (bvb net voor een training) maken wij zeker een afspraak.



# Huishoudelijk reglement

1. Tot lid van “Judoclub Hokkaido Lochristi” kunnen worden toegelaten: alle jongens en meisjes die de leeftijd van vijf (5) jaar hebben bereikt.
2. Het lidmaatschap verbindt zich ertoe dat ieder lid, overal en op elk ogenblik, met andere woorden, zowel in de kleedkamers, dojo ... enz, zijn medeleden het nodige respect betoont.
3. Een lid dat betrapt wordt op diefstal, vernieling of andere vergrijpen tegen de openbare orde en de goede zeden welke de goede naam van de vereniging in het gedrang zou kunnen brengen, wordt onmiddellijk uit de vereniging gezet zonder mogelijkheid van beroep en zonder mogelijkheid tot terugvordering van betaalde (lid) gelden.
4. Personen die de club een slechte naam kunnen bezorgen, kunnen worden geweigerd toe te treden tot de vereniging.
5. Eenieder die met opzet andere judoka's verwond, zowel op toernooien of in de club, kan geschorst worden voor onbepaalde duur.
6. De leden verbinden zich ertoe de aangeleerde technieken niet te gebruiken buiten de trainingen, toernooien, demonstraties of andere activiteiten door de vereniging ingericht behalve in geval van wettige zelfverdediging.
7. Van ieder lid wordt geëist dat hij/zij steeds de elementaire hygiëne respecteert in verband met ondergoed, sokken, voeten, handen, nagels, judogi's ... Eenieder die in gebreke blijft hieraan te voldoen wordt onmiddellijk van de mat gezonden. In de kleedkamers en in de hall dragen de judoka's slippers of schoenen, NIET op blote voeten.
8. Op de mat is het verboden te drinken, te eten, te snoepen, kauwgom te gebruiken ...
9. Het is verboden de judogi te gebruiken tijdens activiteiten die niets met judo te maken hebben, behalve indien akkoord door clubbestuur.
10. Ieder lid moet steeds zijn vergunning, of een (digitale) kopie bij zich hebben tijdens de trainingen.
11. Minderjarigen kunnen enkel toetreden tot de vereniging mits toestemming van de ouder(s), voogd of de persoon aan wie ze toegewezen werden.
12. Er worden geen sieraden gedragen op de mat, evenals harde of metalen voorwerpen (haarrekkers met metalen tussenstukje zijn eveneens verboden).
13. Uiterlijke kenmerken van geloof (keppeltje, tulband, hoofddoek, kruisteken, ...) zijn eveneens verboden op de mat.
14. Nagels van handen en voeten moeten kortgeknipt zijn om anderen niet te kwetsen.
15. Wie wordt verondersteld aanwezig te zijn op de trainingen, dient in werkelijkheid ook aanwezig te zijn. In tegenovergesteld geval worden de ouder(s) of de personen aan wie zij werden toevertrouwd op de hoogte gebracht.
16. Foto's, videofragmenten,... genomen op clubactiviteiten kunnen worden gebruikt door de club (clubblad, website, Facebook, ...). Door deel te nemen aan deze activiteiten geeft de deelnemer zijn/haar toestemming aan Judoclub Hokkaido Lochristi om deze foto's te gebruiken voor reclamadoeleinden voor de club (publicatie op internet, facebook, media, ...), tenzij expliciet geweigerd werd doorgegeven dmv het GDPR formulier.
17. Wet op de privacy, DGPR van 25 mei 2018. Bij toetreden kan de persoon zijn / haar toestemming geven dat:
  1. Genomen foto's mogen worden gebruikt op de website, instagram en de facebookpagina van de club.
  2. De meegedeelde gegevens mogen worden gebruikt betreffende de werking van de club (uitnodigingen activiteiten, uitnodigingen toernooien, mededelingen, wijzigingen in trainingsschema, ...). Deze gegevens zullen onder geen beding worden meegedeeld aan derden, behalve bij toestemming van de betrokkene. Dit overeenkomstig artikel 89.1 van de AVG.
18. De vereniging kan niet aansprakelijk gesteld worden voor diefstal of beschadiging van persoonlijke bezittingen van leden of van derden.
19. De vereniging is niet verantwoordelijk voor gebeurlijke ongevallen indien deze voortkomen uit ongepast gedrag die niets met de trainingen en judotechnieken te zien hebben.
20. Personen die symptomen van ziekte vertonen worden geacht de trainingen of andere activiteiten niet bij te wonen om anderen niet te besmetten.
21. Personen met allergië(en) of aandoeningen worden geacht dit mee te delen aan de verantwoordelijke zodat deze dit kan doorgeven aan de betrokken trainers.
22. Personen die meetrainen zonder geldige vergunning doen dat volledig op eigen risico. Ieder lid ontvangt ruim op tijd (ong. 25 dagen) een betaalverzoek voor het nieuwe lidgeld en heeft dus voldoende tijd om het lidgeld te

betalen. De club kan in dat geval niet worden verantwoordelijk gesteld in geval van gebeurlijke ongevallen. Van de trainers kan niet worden verwacht dat zij voor de training elke vergunning van elk lid controleren. Eveneens moet de club voldoende tijd krijgen om de betaling te kunnen doorstorten aan Judo Vlaanderen.

23. Door loutere toetreding tot de vereniging aanvaardt het lid dit huishoudelijk reglement en verbindt zich ertoe zich ernaar te gedragen.
24. Elk lid kan dit huishoudelijk reglement op simpele aanvraag verkrijgen of inkijken.



## 2. Informatie sportjaar 2023-2024

### 2.1. Competitietrainingen

Deze gaan door op zaterdagmiddag en zijn toegankelijk voor judoka's die voldoen aan onderstaande voorwaarden:

- een geldige vergunning (JV of andere).
- minimum U15 zijn
- 3de kyu (groene gordel) zijn.

Deze trainingen zijn in samenwerking met andere clubs en worden telkens door andere trainers gegeven (zowel eigen als externe trainers).

### 2.2. Kalender sportjaar 2023-2024

Deze is zo goed mogelijk opgemaakt maar kan wijzigen in functie van omstandigheden die meestal buiten onze wil liggen.

Wijzigingen zullen altijd zo spoedig mogelijk worden meegedeeld.

Tot op heden hebben wij nog geen volledig overzicht van de toernooien die in de loop van dit sportseizoen zullen doorgaan.

#### SEPTEMBER

Za 9 Competitietraining  
Wo 13 Vriendjestraining  
Vr 22 Gasttraining Udoka Ikeme (BAL)

Za 23 Ontmoeting Wachtebeke  
Zo 24 Toernooi Wachtebeke

#### OKTOBER

za 7 Competitietraining  
zo 8 Ontmoeting Brugge  
vr 20 Halloweentraining  
za 28 Halloweenwandeling

#### NOVEMBER

za 18 Competitietraining

#### DECEMBER

vr 1 Sinterklaastraining  
za 16 Competitietraining  
vr 22 Schaatsavond  
wo 27 kerstraining te lochristi met lokeren

#### JANUARI

wo 3 nieuwjastraining le lokeren  
za 20 Ontmoeting Lendeledede  
zo 21 Toernooi Lendeledede  
wo 24 Examens voor graadsverhoging  
za 27 Nieuwjaarsreceptie

#### FEBRUARI

za zo 3-4 PK jeugd  
vr 9 Clubtoernooi  
za zo 10-11 VK selectietoernooi  
za zo 17-18 BK selectietoernooi

#### MAART

vr 8 Papa & mama training  
za 9 Ontmoeting Zelzate  
zo 10 Toernooi Zelzate  
za 16 Competitietraining  
wo 27 Paastraining

#### APRIL

za 20 Competitietraining  
za 20 Ontmoeting Eernegem

#### MEI

vr 3 Gasttraining met Dinis Pinto (POR)  
za 4 Toernooi Gent  
za 11 Competitietraining  
za 18 Renshinkan selectietoernooi

zo 26 Ontmoeting Berlare  
wo 29 Examens voor graadsverhoging

#### JUNI

groep 2 en 3 trainen samen op uren van groep 2, groep 3 traint een half uur langer  
zo 2 Clubuitstap Bellewaerde  
vr 14 Laatste training seizoen  
vr 28 Eindactiviteit groep 3

