

Huishoudelijk reglement & Doelstellingen

Goedgekeurd algemene vergadering 03 maart 2019

Inhoudstafel

Doel en doelstellingen van de vereniging	2
DEEL I: LEDEN	4
Artikel 1: Het lidmaatschap	4
Artikel 2: Leden	4
Art. 2.1. Werkende leden	4
Art. 2.2. Toegetreden leden:	5
Art 2.3. Ere werkende leden	5
Artikel 3: Het lidgeld	6
Artikel 4: Werkparticipatie	6
Artikel 5: Rechten en plichten van de toegetreden leden	6
Artikel 6: Sanctiebeleid	7
DEEL II: SPORT	7
Artikel 7: Logboek, peterschapslijst, materiaallijst	8
Artikel 8: Botengebruik	9
Artikel 9: Inschepen en ontschepen, ploegen planning, magneetbord botenloods	11
Artikel 10 : Vaarregels, wat bij omkantelen roeiboot, afwijkende trainingsmomenten en situaties, ..	12
DEEL III: ORGANISATIE	16
Artikel 11: Bestuur	16
Artikel 12: De trainersgroep	17
Artikel 13: Financiën	29
Artikel 14: GDPR (General Data Protection Regulation) of regels rond gegevensbescherming	30
Artikel 15: Communicatie	30
Artikel 16: Infrastructuur	31
Artikel 17: Verzekering en aansprakelijkheid van de leden	32
Artikel 18: Wijziging van het huishoudelijk reglement.	33
Artikel 19: Clubkleuren	33
Artikel 20: inschrijvingsgelden wedstrijden en toertochten	33

Doel en doelstellingen van de vereniging

Zoals in het eerste artikel van onze statuten wordt vermeld, zijn wij een OPEN roeivereniging. Wij staan open voor iedereen, ongeacht afkomst, religie of politieke overtuiging.

In onze interne werking vertaalt deze openheid zich in een transparante structuur en beleidsvoering. Bestuursvergaderingen zijn vrij toegankelijk mits op voorhand de aanwezigheid werd medegedeeld. Financiën en verslagen kunnen op eenvoudige aanvraag steeds ingekeken worden en ideeën zijn altijd welkom.

De hoofdactiviteit van The OAR is de roeisport op alle gebieden en niveaus (van initiatie roeien, recreatie roeien, sportroeien waar fysieke en technische doelstellingen primeren en ten slotte het competitie roeien). Onze leden krijgen de mogelijkheid de roeisport te beoefenen met de intensiteit, doelen en tijdsbesteding die zij verkiezen en mogen op alle niveaus evenveel aandacht en ondersteuning verwachten.

Naast onze hoofdactiviteit staat The OAR open voor de beoefening van elke sport die zich van roeiriemen of peddels bedient. Ook kanovaren en kajakken kunnen de sportieve en sociale succesbeleving van onze leden vergroten.

Onze primaire waarde norm (= de leidraad voor alle beslissingen) is dan ook :

Iedereen op de vereniging moet de roeisport kunnen beoefenen op zijn/haar niveau en moet daar plezier aan kunnen beleven. Dit met behoorlijk materiaal en begeleiding waar nodig.

De roeier(ster) is dus vrij in de keuze van zijn/haar trainingsdoelstellingen.

Het spreekt voor zich dat een volledig eenzijdige beleving van deze waarde norm niet kan ; hierbij worden steeds de (individuele) trainingsdoelstellingen afgetoetst met de trainersgroep, waarbij het algemeen belang In alle omstandigheden in het oog kan gehouden worden.

Sociale structuur

De vereniging tracht een cultuur uit te dragen van vrije keuze en respect en wil een veilig klimaat bieden voor creativiteit en initiatieven op roeivlak. Ze is overtuigd van de creërende kracht van overleg en uitwisseling. De persoonlijke en de sociale ontwikkeling van de leden, wordt geacht recht evenredig te zijn aan het succes van de vereniging en hierdoor een win/win situatie te creëren voor de leden en de gemeenschap. Met dit doel voor ogen is het de taak van de vereniging te werken aan de sociale integratie van zijn leden om een succesvolle vereniging te zijn. We onderscheiden ruwweg drie stadia die een individu en bijgevolg de club leiden naar een succesvolle win/win.

1.Zijn.

Gerespecteerd worden om wie ik ben. Ik ben iemand voor anderen. Ik ben roeier/ster ik presteer, ik kan iets.

2.Deelnemen.

Ik ben deel van een ploeg. Ik maak deel uit van de club. Ik heb vrienden in de club.

3.Worden.

Deel worden van de vereniging, er een onderdeel van zijn. Bijdragen aan de gemeenschap terwijl je jezelf waarde geeft. Een steun en toevertrouwen van de club worden.

Clubcultuur en clubleiding zijn onlosmakelijk verbonden en versterken elkaar.

Het bestuur heeft een voorbeeldfunctie voor leden en niet-leden, en tracht op een professionele en efficiënte manier te werken. Openheid en integriteit worden essentieel geacht om dit te bereiken.

Onze werking steunt op 6 fundamenten

Fundament 1 – The OAR is een kenniscentrum op sportief en sociaal gebied.

De individuele en collectieve expertise van The OAR wordt actief gedeeld met leden en niet-leden. Sportieve en sociale continuïteit zijn levensnoodzakelijk in onze vereniging.

The OAR gaat actief op zoek naar nationale en internationale sportieve evenementen en zal vandaar uit ook zelf organiseren met de opgedane ervaringen.

We zijn ervan overtuigd dat deze ervaringen een belangrijk onderdeel zijn van een volwaardige opleiding voor jonge mensen.

Fundament 2 – The OAR is een actief groeiende vereniging.

Groeien kan en moet op verschillende terreinen zoals omvang, inhoud, kennis, prestaties en ervaring. Om deze groei te verwezenlijken, betracht de clubleiding specifieke, meetbare, attractieve, realistische en tijdsgebonden doelen op middellange en op lange termijn voor al deze terreinen.

Fundament 3 – Bij The OAR staan de leden en de gemeenschap centraal.

Zonder leden is groei per definitie onmogelijk. Om onze primaire waardenorm te kunnen realiseren streven we voor alle leden naar infrastructuur en materiaal dat hen in staats stelt hun sportieve en sociale wensen zo goed mogelijk te ontplooiën. Het uitdragen van de verenigingscultuur binnen en buiten de vereniging moet ons in staat stellen deel uit te maken van, en bijdrage te leveren aan de gemeenschap.

Fundament 4 – De jaarkalender van The OAR biedt activiteiten voor alle leden.

Ter ondersteuning van de sociale en sportieve ontwikkeling van onze leden, voorzien de clubleiding en de leden gezamenlijk en voortdurend in het opstellen van een jaarkalender. Deze dient een evenwicht na te streven tussen sociale, recreatieve, sportieve, competitieve en de club ondersteunende activiteiten. De kalender moet beschikbaar zijn voor alle leden en niet-leden.

Fundament 5 – The OAR streeft naar financiële zelfredzaamheid.

The OAR streeft ernaar financieel zelfredzaam te zijn om een evenwichtige sportieve en sociale werking te kunnen organiseren. Daarvoor ontplooit zij op jaarlijks weerkerende basis fondsenwervende activiteiten. Met het oog op het eerste fundament is het logisch dat we ernaar streven deze fondsenwerving voornamelijk via het sportieve terrein te laten verlopen.

Fundament 6 –

De leiding van The OAR ondersteunt haar leden zo goed mogelijk om één te worden met de vereniging.

De clubleiding dient zich ten allen tijde bewust te zijn van haar dienende verantwoordelijkheid in het succes van de vereniging. Zowel nieuwe als reeds geëngageerde leden moeten door de clubleiding gemotiveerd en ondersteund worden voor het nemen van initiatieven die al het bovenstaande kunnen realiseren.

Van alle leden wordt bijgevolg verwacht dat zij bijdragen tot de werking en ondersteuning van de vereniging.

Huishoudelijk reglement

DEEL I: LEDEN

Artikel 1: Het lidmaatschap

1. De aanmelding gebeurt door afgifte van een ingevuld, gedagtekend en ondertekend aanmeldingsformulier dat verkrijgbaar is via de website of bij een bestuurslid, waarop oa. de volgende gegevens zijn in te vullen: naam, voornaam (voluit), adres, rijksregisternummer, telefoonnummer. Voor jeugdleden dient het formulier mede ondertekend te worden door hun wettelijke vertegenwoordiger.
Bij ondertekening van het aanmeldingsformulier verbindt men zich ertoe de bepalingen van het huishoudelijk reglement na te leven.
2. Op het aanmeldingsformulier staat aangegeven waar het toetredend lid dit reglement, dat jaarlijks door de algemene vergadering naar noodzaak wordt aangepast, kan raadplegen.
3. De aanmelding moet bekrachtigd worden door het bestuur alvorens men lid wordt. Indien een bestuurslid de aanmelding mee ondertekend (en dagtekent), is de bekrachtiging automatisch verleend.
4. De prijs van het lidgeld wordt door het bestuur vastgesteld (zie artikel 3 – Het lidgeld). Deze kosten dienen bij de inlevering van het aanmeldingsformulier te worden voldaan.
Het bestuur zorgt ervoor dat degenen die lid willen worden, aangemeld worden bij de sportfederatie waar de club bij aangesloten is en verzekerd volgens de normen van deze federatie. Verzekeringsmaatschappij VRL:
Arena, Nervierslaan 85 bus 2, 1040 Brussel, tel 02 512 03 04. Polisnr. Leden verzekering (A-B-D licenties) Polis rechtsbijstand 1.121.265/1 en Polis LO 1.121.264 en polis BA 1.121.265 .Extra voor de clubs (C-licenties) Polis LO vrijwillige helpers niet-leden 1.121.264 C.

Voor de verzekering van VRL/Arena is een lid dat zijn lidgeld op eind februari van het nieuwe jaar nog niet betaald heeft niet meer verzekerd, bijgevolg zal The oar deze persoon deelname aan de clubactiviteiten weigeren en is elk risico aan toch deelnemen voor rekening van het de persoon die voorhoud lid te zijn maar het niet meer is.

Artikel 2: Leden

De vereniging bestaat uit:

Art. 2.1. Werkende leden

Zoals de VZW wetgeving voorschrijft bestaat de vereniging bestaat o.a. uit stichtende leden, of werkende leden die als dusdanig nadien zijn aangenomen door de algemene vergadering(AV). Alleen stichtende/werkende leden hebben stemrecht op de Algemene Vergadering. Deze AV heeft plaats binnen de 2 maanden na het afsluiten van het boekjaar dat eindigt op 31/12. De datum wordt bepaald door het dagelijks bestuur die de stichtende/werkende leden uitnodigt volgens de bepalingen van de statuten.
Werkende leden die hun lidgeld niet betaalden worden zoals wettelijk voorzien beschouwd als definitief ontslagen als werkend lid en hebben geen stemrecht meer.
Bij de eerstvolgende Algemene Vergadering wordt dit ontslag bevestigd in de notulen van AV.

Het bestuur is gemachtigd werkende leden die onvoldoende aanwezigheid of deelname aan de clubwerking betonen, voor te dragen aan de Algemene vergadering tot uitsluiting als werkend lid. In voorkomend geval zal het bestuur eerst de betrokken persoon discreet op de hoogte brengen van het voornemen en de kans geven zich te herstellen. Het lid in casus wordt dan toegetreden lid. Het bestuur is gerechtigd een werkend lid een éénmalig sabbatjaar toe te staan wanneer dit lid door omstandigheden de deelname aan de clubactiviteiten niet kan waarmaken.

Art. 2.2. Toegetreden leden:

Toegetreden leden zijn personen die lid worden om deel te nemen aan de activiteiten van de vereniging, doch maken niet deel uit van de leden van de algemene vergadering.

Er is een onderscheiden in volgende categorieën:

1. Junioren zijn leden die de leeftijd van 18 jaar nog niet hebben bereikt.
2. Senioren zijn leden die de leeftijd van 27 jaar nog niet hebben bereikt.
3. Masters zijn leden van 27 jaar en ouder.

Ook toegetreden leden worden uitgenodigd op de AV maar waarop zij niet stemgerechtigd zijn.

Toegetreden leden boven de 18 jaar, hebben na drie jaar lidmaatschap met regelmatige activiteit en bijdrage tot de vereniging, het recht om voorgedragen te worden door het bestuur als werkend lid op de Algemene Vergadering.

Het bestuur kan ook verdienstelijke leden met minder dan drie jaar lidmaatschap voordragen.

Art 2.3. Ere werkende leden

Ere werkende leden zijn werkende leden, die zich jegens de vereniging bijzonder verdienstelijk hebben gemaakt en op voordracht van het bestuur deze titel verkregen hebben van de algemene vergadering. Zij hebben naast het lidgeld, geen verplichtingen meer jegens de vereniging, maar zij hebben wel alle rechten van werkende leden. Hun stemrecht op de AV is echter beperkt tot 20% van het totaal der werkende leden (first in first out). Dit statuut is maar geldig voor één jaar en moet zo nodig jaarlijks herbevestigd worden door de algemene vergadering.

Werkende leden die gelden geleend hebben aan de vereniging die door omstandigheden geen werkend lid meer kunnen zijn, bekommen automatisch het statuut van ere werkend lid, maar dit is beperkt in tijd tot de lening is terugbetaald. zoals de andere ere werkende leden hebben zij naast het betalen van hun lidgeld geen andere verplichtingen tegenover de vereniging, maar hebben wel alle rechten van werkende leden.

Artikel 3: Het lidgeld

De lidgelden, de categorieën met betrekking tot de bepaling van de hoogte der lidgelden worden gepubliceerd op de website www.the-oar.be.

Alle bestaande leden krijgen via de nieuwsbrief, afgewisseld met extra mailing op het einde van het jaar een uitnodiging tot betaling van het nieuwe lidgeld voor het komende jaar .

Lidgelden dienen te worden overgeschreven op bankrekening van The OAR BE76 9730 3900 0195

Artikel 4: Werkparticipatie

1. Bovenop de lidgelden wordt van alle leden gevraagd dat zij een sociale bijdrage leveren aan de club taken: hun steentje bijdragen aan het opbouwen, onderhouden en ondersteunen van onze club. Van een aangesloten lid wordt een bijdrage van minstens 4 uur per kwartaal verwacht of in totaal 16u per jaar. Iemand die in een later kwartaal lid wordt moet enkel voor de aangesloten kwartalen van dat jaar de minimale sociale bijdrage of werkparticipatie van 4 uur per aangesloten kwartaal volbrengen.
2. Van werkende leden wordt daadwerkelijk verwacht dat zij hun minimum bijdrage aan de werkparticipatie leveren zoals beschreven voor de toegetreden leden en dat zij die erkent zijn als roei peter/meter naast werktaken ook peterschap opnemen over ploegen en actief deelnemen aan de roeiopleidingen.
3. Deelnemen aan de werkparticipatie gebeurt op vrijwillige basis en is een deel van het sociale karakter van de club.
4. De materiaalmeester zal steeds een lijst van taken beschikbaar hebben en bovendien ook bijkomende werkdagen organiseren.
5. Een informatie platform zal alle taken onder de aandacht brengen oa via de nieuwsbrief, watsapp, mondeling voor specialistische taken, uithangen op het info bord enz.

Artikel 5: Rechten en plichten van de toegetreden leden

Alle toegetreden leden hebben de volgende rechten en plichten:

- Zij hebben het recht om deel te nemen aan trainingen, en wedstrijden voor zover dat dit door het bestuur niet anders bepaald wordt.
- Zij hebben het recht om deel te nemen aan debatten en stemmingen in de ledenvergaderingen door het bestuur georganiseerd. Niet te verwarren met bestuurs- of Algemene Vergadering van de werkende leden.
- Zij hebben het recht van vrije toegang tot wedstrijden en bijeenkomsten, voor zover door het bestuur niet anders is bepaald.
- Zij hebben het recht om voorstellen, klachten en wensen bij het bestuur in te dienen. Het bestuur is gehouden deze te behandelen binnen de maand nadat zij over alle beslissingsfactoren beschikt en is verplicht het resultaat van de behandeling te melden aan de verzoeker op diens vraag.
- Zij hebben het recht gebruik te maken van het sportmateriaal en de infrastructuur ter beschikking gesteld door het bestuur (zie ook trainingsverantwoordelijken en peterschapslijst).
- Zij hebben de plicht het gebruikte sportmateriaal en de infrastructuur met het nodige respect te behandelen en alles in het werk te stellen om beschadigingen te voorkomen (zie gebruik).
- Zij hebben de plicht het bestuur in kennis te stellen van de verandering van hun adres.
- Zij hebben de plicht tot tijdige betaling van de lidgelden.

- Zij hebben de plicht tot naleving van de reglementen van de vereniging en daarnaast ook van de richtlijnen opgesteld door de Vlaamse Roeiliga (VRL) of de inrichtende organisatie indien zij als lid van onze vereniging deelnemen aan een door derden ingerichte organisatie.
- Zij hebben de plicht materiaal defecten, al dan niet door eigen toedoen, aan sportmaterieel en infrastructuur onmiddellijk te melden aan de materiaalmeester.

Artikel 6: Sanctiebeleid

1. In het algemeen zal strafbaar zijn: de handelingen of nalatigheid in strijd met de wet, de statuten, reglementen en/of besluiten van de vereniging, of waardoor de belangen van de vereniging worden geschaad.
2. Het bestuur is gemachtigd tot de tijdelijke schorsing of definitieve uitsluiting van een lid te beslissen.
3. Het bestuur is bevoegd om, met inachtneming van het beginsel van hoor en wederhoor, naast een straf die aan een lid wordt gegeven door de tuchtcommissie van een koepelorganisatie (VRL, andere), eventueel een bijkomende straf vanuit de vereniging op te leggen.
4. Bij een beslissing als bedoeld in lid 2 van dit artikel heeft het betreffende lid een beroepsmogelijkheid bij de Algemene Vergadering van de vereniging. Dit beroep dient, na het opleggen van de straf door het bestuur, aanhangig te worden gemaakt van de Algemene Vergadering middels aangetekend schrijven, te richten aan de secretaris van de vereniging. De voorzitter van de Algemene Vergadering bepaalt of er een extra Algemene Vergadering wordt bijeengeroepen dan wel dat het door het bestuur op de agenda van de gewone Algemene Vergadering gezet wordt (die in de eerste 2 maanden van het jaar plaats heeft: het verzoek moet dan wel gedaan worden voor 31/12).

DEEL II: SPORT

Artikel 7: Logboek, peterschapslijst, materiaallijst

1. Logboek

In het logboek worden alle daadwerkelijke gepresteerde boottrainingen registreert op datum: wie er deelnam met opgave van het aantal geroeide kilometers, met welke boten en een trainingsevaluatie. Eventuele defecten aan het gebruikte materiaal, veroorzaakt of vastgesteld tijdens de training moeten ook hier vermeld worden.

Dit gebeurt met een computertoepassing, bij in gebreke zijn van de computertoepassing moet worden genoteerd op een voorlopig document, zittend in de nabijgelegen kaft.

Iedereen wordt zonder uitzondering uitgenodigd en geacht het logboek in te vullen voor zich zelf of iemand van de ploeg vult de ganse ploeg in (doorgaans de slagman).

Doel van het logboek:

Het logboek stelt het bestuur in staat een daadwerkelijk sportbeleid te voeren, gebaseerd op reële data van trainingen en gebruiksintensiteit van roeiers hun materiaal, om zo een betere en intensievere sportbeleving aan de leden te kunnen garanderen door een gefundeerde en actuele aanpak.

Bij schade aan de boten of ongeoorloofde wijziging van afstelling die niet gemeld werd, moet het logboek de trainers en materiaal bestuurders in staat stellen de verantwoordelijke gebruikers op te sporen om uitleg te vragen en de juiste informatie over het gebruik te kunnen overmaken.

Nota: tijdens de covid19 crisis is deze verplichting opgeheven, schade moet nog wel gemeld worden mondeling aan de materiaalmeester, en op bord specifiek voor materiaalopmerkingen (zijkant loods)

2. Peterschapslijst

De Peterschapslijst vormt één bij het gebruik van het logboek en hangt uit op het informatiebord. Deze lijst bepaalt wie, welk materiaal mag gebruiken of in gebruik mag geven.

Hij geeft weer de trainers, materiaal beheerders, (de contactpersonen) en de Peters.

Peters (m/v) zijn roeiers (m/v) die zelfstandig boten en ploegen, op het water kunnen en mogen zetten, buiten de vaste trainingsuren.

De Peterschapslijst bepaalt welke boten de individuele Peters mogen gebruiken.

Zelfstandig roeiend leden en ploegen dienen hun boten te reserveren en trainingen op te geven via een internet toepassing op:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1707F9QfwRTw155B7aj1b2z8aBIAIBiCXex6ZFDLt3yA/edit#gid=365452663>.

Peters zijn ook in de boot mee roeiende ervaren roeiers(sters) die op deze manier een ploeg kunnen begeleiden tijdens de vaste trainingsuren.

Peters die een boot willen reserveren tijdens de vaste trainingsuren doen dit in overleg met de trainers.

3. De materiaallijst

Deze hangt eveneens uit op het informatiebord geeft de inventaris van de beschikbare boten en bijhorende riemen weer. De lijst geeft ook specifieke opmerkingen weer zoals o.a.:

- gewichtsbepalingen voor de gebruikers,.
- bijkomende opmerkingen over riemen gebruik, enz.
- Aanbevolen roeigroep rekening houdend met de reeds opgedane roei competentie (competitie- en sportroeiers, recreanten, beginners)
- De gewichtsklasse waarop de boot standaard staat afgesteld.

De materiaalmeester houdt een specifieke lijst met de standaard afstellingen per boot bij.

4. Gebrekenmeldingen aan boten op het Gebrekenbord in de botenloods

Een boot wordt onklaar door een technisch defect (materiaalbreuk), aanvaring (kant, steiger, boot, wrakhout, ..), sterke afwijking, manipulatiefout, ... ; normaal roeien is niet meer mogelijk.

Indien een boot onklaar is geworden meldt de gebruiker dit aan de verantwoordelijke trainers en materiaalmeester en waar mogelijk ook aan de volgende ploeg die hem gaat gebruiken.

Een melding wordt **steeds** gemaakt op het 'Gebrekenbord'.

In overleg met de trainer(s) en/of materiaalmeester wordt de boot buiten gebruik genomen en ook zo duidelijk gemarkeerd op het planningsbord.

Op de boot zelf wordt 'Boot buiten gebruik'-blad geplaatst .

Indien een roei(st)er(s) verantwoordelijk zijn voor het onklaar worden van de boot / riemen, zullen zij mee deelnemen aan de nodige herstellingen. Deze hulp wordt niet bij de werkparticipatie in rekening gebracht.

Artikel 8: Botengebruik

1. Het vormen van de ploegen

Van iedereen (ook trainers, hulptrainers en peters) wordt individueel verwacht dat zij uiterlijk op het afgesproken uur klaar staan om de training aan te vangen.

Roeiers en ploegen die te laat komen moeten wachten tot de ploegen die op tijd waren vertrokken zijn en stellen zich tevreden met het nog beschikbare materieel.

Zij wachten met het te water gaan totdat de andere ploegen zijn ingescheept.

Dit is een morele code waaraan de telaarconcomer consequent zal herinnerd worden.

Indien men verhinderd is of vreest te laat te komen voor een gevormde ploeg, meldt men dit tijdig (telefonisch, per mail, sms, wats app, enz.).

Het is gebruikelijk elkaar altijd te groeten bij aankomst en vertrek en bovendien een afspraak te maken voor de volgende training.

De ploegen worden steeds gevormd naar vermogen van de roeiers en worden mogelijks begeleidt door peters/meters. De trainers vormen de ploegen in overleg met de roeiers(sters)

In winterse omstandigheden en/of weersgevaarlijke situaties kan er een skiff/C1 en pair oar verbod opgelegd aan beginnende en minder ervaren roeiers vanwege veiligheidsredenen.

Er zijn boten (skiffs en C1-boten) die kunnen uitgerust worden met vlotters om omslaan te vermijden voor beginners tijdens initiaties of roeien tijdens de winterperiode. Het inleggen, uithalen en aanleggen van deze boten met vlotters gebeurt met een speciale procedure waarbij hulp aan de steiger verplicht is.

Skiffs moeten altijd met twee personen gehanteerd worden uit het water.

Houten skiffs mogen onder geen enkel beding op de schouder gedragen worden.

Heb je vragen over het gebruik van materiaal en de trainingsmogelijkheden consulteer dan de website www.the-oar.be of stel uw vraag aan de verantwoordelijke personen de trainers de materiaal beheerders of de Peters.

2. De 'standaard' botenafstelling

Elke boot heeft een 'standaard' botenafstelling, wat betekent dat een standaard dolhoogte werd ingesteld op de gewichtsklasse. Met de riemen toegewezen die afgesteld zijn op de boot en dol breedte daarop ingesteld.

De 'standaard' botenafstelling van de boot is bepaald door de vaste rondellen op de dol die altijd op plaats moeten blijven, de gekleurde steekrondellen onder de dol laten toe de afstelling te verlagen, de zwarte steekrondellen boven de dol laten toe de afstelling te verhogen.

Wijzigingen aan de afstelling moeten teruggezet worden naar de normale roeipositie na de roeisessie (gekleurde steekrondellen onder de dol en zwarte steekrondellen boven de dol).

Afwijkingen aan dit systeem zijn enkel mogelijk indien de boot het niet toelaat en worden steeds in overleg met trainer en/of materiaalmeester ingesteld. In dat geval zullen de kleurcombinaties afwijken en moet ze altijd teruggezet worden naar de oorspronkelijke 'standaard' botenafstelling. Neem bij twijfel contact op met de materialenmeester.

3. De 'persoonlijke' botenafstelling (per roeisessie)

Elke boot is ontworpen voor een bepaald gewicht van roei(st)ers ; raadpleeg hiervoor de botenlijst (onze armada). Een te lichte boot kan niet gebruikt worden door zwaardere roeiers (kan daardoor schade oplopen), een te zware boot zal roe technisch moeilijker worden, aangezien

de boot te hoog op het water ligt. Een juiste keuze wordt steeds in overleg met de trainer gemaakt.

Indien een boot moeilijk bereikbaar is (ligt te hoog op het schap, is te zwaar, andere boten liggen in de weg, ..) wordt steeds hulp van andere roei(st)ers gevraagd om de boot mee te manipuleren. Daarnaast kan elke boot binnen zijn klasse aangepast worden naar de maten (totale lengte, lengte benen, schoenmaat, inbuigvermogen, ..) van elke roei(st)er. De roei(st)er(s) van een boot proberen de boot zoveel als mogelijk op 'den droge' reeds af te stellen op zijn/haar maten. Concreet betekent dit :

- Verwijderen van tennisballen NADAT de boot uit het rek is genomen en op schragen werd geplaatst.
- De dollen worden geopend.
- Voetenbord op de juiste plaats in de boot plaatsen in functie van de beenlengte.
- Hielhoogte aanpassen aan de schoenmaat (voetenbordriempjes moeten over de teenplooi vallen).
- Dolhoogte indien nodig aanpassen in functie van de lichaamslengte met de gekleurde of zwarte steekrondellen en mogelijke weersomstandigheden (verhogen van de instelling bij hoge golven).

4. Dagelijks onderhoud van het gebruikte materiaal

Na elk gebruik worden boot en riemen terug gebruiksklaar gemaakt voordat hij wordt weggelegd op zijn vaste ligplaats in de loods ; dit betekent :

- dat de boot zowel aan de binnenzijde (in de kuip) als buiten (boven en onderkant) wordt gewassen met zeep, afgespoeld (met de waterslang) en afgedroogd.
- Rails van elke roeiplaats worden indien nodig met een nat doek of schuurspons uitgekuisd. Dit geldt ook voor de wieltjes van de rolbanken.
- Alle steekrondellen worden terug op hun plaats gestoken (gekleurde rondellen onder de dol, zwarte steekrondellen boven de dol).
- De dol wordt steeds gesloten ; het dolpenoverslaghekschroefje ('jefke') wordt steeds aangeschroefd.
- Alle dollen worden voorzien van een tennisbal (met rekker) ; hierbij worden de dollen steeds naar binnen gedraaid (ze wijzen naar de boot).
- De boot wordt juist op het rek (zijn specifieke ligplaats) gelegd, waarbij de aangebrachte markering op de boot (pijlje in tape aangebracht) steeds op de ligger van het rek rust.

Alle gebruikte hulpmaterialen (schragen, handdoeken, schroevendraaiers, komma, steeksleutels, ..) worden onmiddellijk na gebruik op hun plaats gelegd.

De gebruikte riemen worden ook terug klaar gemaakt voor de volgende roeisessie :

- De handvaten worden gereinigd met een water zeepoplossing, vervolgens worden ze afgedroogd.(zwarte aanslag verwijder je met ontvetter en nadien afspoelen)
- De riemen worden op het riemenrek gehangen op de toegewezen plaats (per boot), zodanig zodat het etiket onmiddellijk kan gelezen worden (dus etiket naar de voorzijde).

Artikel 9: Inschepen en ontschepen, ploegen planning, magneetbord botenloods

Roeiers zijn er gelukkig in alle maten: kleine en grote, jonge en oude, sterke en minder sterke, mannen en vrouwen, punctuele en wat slordigere, enzovoort. Om iedereen zo vlot mogelijk op en daarna ook weer af het water te krijgen, is er de volgende procedure voorzien:

1. Inschepen

- Je komt op tijd, dit wil zeggen een kwartier voor de start van de training. Als dat om een of andere reden niet lukt, verwittig je één van de trainers en/of de materiaalmeester zodat men weet dat je nog onderweg bent.
- Zodra je toekomt hang je jouw naamplaatje op het magneetbord bij de aanwezige roeiers, alvorens naar de kleedkamer te verdwijnen. Eenmaal klaar voor het roeien (na omkleden) ga je terug naar het magneetbord waar verdere instructies voor de roeisessies worden gegeven.
- De trainers verdelen de aanwezige roeiers over de beschikbare boten, rekening houdend met de weersomstandigheden, de capaciteit van de roei(st)ers en zoveel als mogelijk met de wensen van de roeiploeg. Boten en de daarbij horende riemen worden toegewezen aan de gevormde ploegen.
- Alvorens met de boot naar de steiger te gaan wordt gecontroleerd of de boot is afgesteld op de maten van de ploeg. Dit wordt op reeds geplaatste schragen gedaan, die na de roeisessie ook kunnen gebruikt worden om de boot af te kuisen. Indien nodig wordt hier bijgesteld (zie ook onder artikel 8 - 'persoonlijke' afstellingen per roeisessie).
- Het nodige materiaal, boten, riemen, roer, rolbankjes, schragen, karren... worden door allen naar de steiger gebracht, inbegrepen eigen materiaal, kledij, drankbusje, poepmatjes.
- Ploegen die niet volledig zijn qua personen of materiaal schuiven naar achter in de volgorde om te water te gaan en mogen de steiger niet bezetten.
- Dan gaan de gevormde boot/roeiersploegen in de volgende volgorde op het water, rekening houdend met de trainingsafstand(duurtijd) en of er hulp nodig om op te water gaan:
 - De oudere junioren (+ 16 jaar) en senioren
 - De masters (dames voor de heren ploegen)
 - De jongere junioren (-16jaar)
 - De beginnelingen
 - De initiaties

Beginnelingen blijven onder toezicht van trainer :

- Beginnelingen kennen altijd het programma van de training (wordt besproken met trainer voordat er op het water gegaan)
- Blijven tussen steeds de **brug (Emblem) en het 'kommeke'(jachthaven van Emblem)**. Zij gaan dus nooit naar de 'spoorwegbrug' of naar de 'RARC', zonder toestemming van de trainer.
- Beginnelingen **volgen op** het water **steeds** alle bevelen op van de trainer.

2. Ontschepen doe je als volgt :

- Van het water komen gebeurt in volgorde van aankomst, waarbij er wel op wordt gelet dat roeiers die hun boot niet zelf uit het water kunnen nemen, niet aanmeren (en dus de steiger niet bezetten) totdat er helpers (andere roei(st)ers, trainers, steigermeester, ..) beschikbaar zijn.

- Alle roeiers helpen mee om alle riemen en boten naar de loods te brengen, te kuisen, af te drogen en binnen te leggen. Dit als beleefdheid naar hen die laatst op het water gingen doordat ze eerst de anderen hielpen.
- Op deze manier zijn we allemaal samen klaar om naar de kantine te gaan.
- Tenslotte wordt door elke roeier het logboek ingevuld. Bij ploegen is het de taak van de slagman om het logboek in te vullen.
- Elke roei(st)er ruimt zijn/haar persoonlijke bezittingen op (kledij mee naar huis, lege drankflesjes en ander afval in de vuilbak waar het thuishoort, ..).
- Handdoeken worden te drogen uitgehangen op de voorziene drooglijnen.
- Droge vuile handdoeken worden in de wasmand gedeponeerd.

3. Bijkomende roei-info op de informatieborden

Naast het magneetbord in de loods is er nog het uithangbord in de gang kleedkamers waarop verschillende richtinggevendende documenten zijn uitgehangen: jaarplanning met inschrijvingsmogelijkheid voor de door de OAR georganiseerde activiteiten, basis vaarregels, boten en riemenlijst, peterschapslijst, aankondigingen, evenementen, acties, etc.

Omdat het clubleven steeds in beweging is dient dit uithangbord ook voor bijkomende richtlijnen en aanpassingen, die door omstandigheden nodig zijn. Deze richtlijnen op het uithangbord, mogelijk tijdelijk, zijn te volgen en gaan voor op het huishoudelijk reglement.

(Covid19 protocollen, enkel van kracht zijnde gedurende de corona pandemie, hebben een eigen uithangbord aan het riemenrek, de regels zijn strikt op te volgen)

Artikel 10 : Vaarregels, wat bij omkantelen roeiboort, afwijkende trainingsmomenten en situaties, ..

De vaarregels zijn de richtlijnen die elke roei(st)er moet kennen en kunnen toepassen zodra ze op het water zitten ; het is het verkeersreglement van onze club.

Het gaat hier om ieders veiligheid.

Gevraagd werd aan RARC om dit ook toe te passen zodat er uniformiteit is op het water.

Dit gedeelte van het huishoudelijk reglement is op papier ter beschikking bij het magneetbord (in één van de bakjes) ; de basis vaarregels (kort opschrift, met verduidelijkende foto) hangen duidelijk uit boven het magneetbord.

Volgende vaarregels zijn van kracht :

- Respecteer ten alle tijden de vaarregels ; **iedereen vaart** aan zijn zijde of met andere woorden blijf je steeds **aan stuurboordwal** (of je linkerkant).
- **Bochten worden nooit afgesneden** ; vooral belangrijk bij het naderen van de steiger van de RARC, de brug van Nijlen, draaien in het 'kommeke'.
- Bij het bereiken van het 'kommeke' (Haven van Emblem) vanaf de club moet **de VOLLEDIGE breedte van de vaarkom overgestoken** worden waarna men terug in richting van de club kan varen aan de juiste oever. Bij enkel 180° draaien en terug vertrekken (ter plaatse draaien) bestaat er een grote kans dat je op een boot botst die nog van de club naar het 'kommeke' aan het roeien is.
- **Vertraag steeds aan de steiger en kijk achterom** : beginnende roeiers hebben hun boot minder onder controle en durven niet altijd hard roepen. Dit geldt ook aan de steiger van de RARC.

- Kijk bij het naderen van het 'kommeke', de aanlegsteigers RARC (in Viersel) en de kade bij de club ('Emblem Plage') steeds achterom. Er kunnen ook grotere boten aangemeerd zijn.
- **Beroepsvaart heeft ALTIJD voorrang** – kijk regelmatig achterom. Ga tijdig aan de kant zodat aanvaringen worden vermeden. **Bij zware golven door een passerende boot leg je boot altijd evenwijdig met de naderende golven en leg de riemen plat op het water, nooit met de punt in de golf. Zo is de kans het kleinst dat er water in je boot komt.**
Blijf voldoende van de kant (met riemen ongeveer een 3 m van de oever) zodat de boegwolf die er aankomt je niet op de oever kan tillen.
- Roeien heeft altijd voorrang op motorpleziervaart, maar besef dat we hier de zwakke (water)weggebruiker zijn. Zorg dat je elkaar gezien hebt bij het elkaar kruisen. Als ze te snel varen, mag je ze aanmanen om te vertragen.
- **Een snellere roei boot** die je ziet afkomen wordt **ALTIJD LUID en DUIDELIJK** aangeroept zodat hij zijn vaarroute indien nodig tijdig kan aanpassen.
- **Snellere boten** (zowel roeiboten als beroepsvaart) **hebben altijd voorrang**. Je moet er dus voor opzij zodat een aanvaring wordt vermeden. Dit kan naar de kant (stuurboordzijde) of naar het midden van het kanaal zijn. Dit hangt af de vaarroute van de snellere boot. Altijd worden de intenties die afwijken duidelijk aangegeven (geroepen) naar de naderende boot
- Indien je even wenst te rusten op het water, **blijf** je ook **alert** voor je omgeving zodat je tijdig kan reageren op aankomende boten. Vermijd dat aankomende boten gehinderd worden.

Iemand is omgekanteld : iedereen die dit gebeuren ziet gaat helpen :

- De roeier probeert **ZO SNEL MOGLIJK UIT HET WATER TE GERAKEN door naar de kant te zwemmen, (liefst) met de boot als reddingsboei**. Je kan er eventueel uzelf opleggen, opkruipen, Zwem altijd naar de dichtst bij zijnde oever ; zwemmen met kledij gaat altijd veel langzamer dan je denkt. (lig je op de boot peddel jezelf naar de kant)
Voor de periode van oktober tot en met mei moet dit zo snel mogelijk.
- **IEDEREEN** (zowel op het water als langs de kant) die een omgekantelde boot ziet gaat naar de omgeslagen boot en tracht te helpen de roeier zo snel mogelijk uit het water te krijgen. Accent ligt steeds op het redden van de perso(on)en, daarna komt het materiaal.
Spring zelf nooit in het water bij lage temperaturen ; ook voor u is het water (te) koud.
- Breng de roeier **zo snel mogelijk naar de club** ; laat natte kledij zoveel als mogelijk uitdoen en geef hem (uw) warme kledij (uiteraard in de mate van het mogelijke).
- Gebruik **isothermische deken (Aluminium folie met gouden kant)**, die in de EHBO zit, als de persoon niet direct kan omkleden en het duidelijk koud blijft hebben.
- Probeer de roeier **zo snel mogelijk** aan droge kledij te helpen en op te warmen (met lauw/warme drank). LET OP : Een roeier die in de winter heeft gezwommen heeft is altijd onderkoeld ; hoe langer hij/zij in het water heeft gezeten, hoe erger dit fenomeen.
Zorg altijd dat hij/zij **droge kleren** aandoet en wikkel hem/haar in een reddingsdeken (ALU-folie in EHBO).
- Persoon is **erg onderkoeld** (persoon rilt niet meer, is apathisch, verliest bewustzijn, ..) : roep **ONMIDDELLIJK professionele hulp (112)** in en leg uit wat er gebeurd is. Elke minuut telt hier. Opletten met een warme ruimte : een te warme ruimte kan voor de roei(st)er fataal zijn, doordat de persoon op een verkeerde manier opwarmt.

Roeien in de winter (algemeen) :

- Bij ijsvorming wordt er enkel te water gegaan als de clubleiding dit toe staat ; er kan enkel geroeid worden in (stukken) ijsvrij water. De dikte van het ijs is geen maatstaf.
- **Indien men met een boot terecht komt in een ijsschots** : stop onmiddellijk (probeer nog af te remmen) en roei terug al tegen-roeiend. Maak nooit een bocht. Het ijs kan de boot lek snijden (titanicgewijs).
- Indien er op het water gegaan wordt als er ijs aanwezig is mag er **NOOIT** met een houten boot op het water gegaan worden.
- Bij winterse temperaturen worden de trainingen aangepast aan de weersomstandigheden ; bv er wordt voor gezorgd dat roeiers in een boot niet lang stilliggen voor uitleg ed. of geen oefeningen laten doen die het omkantel gevaar vergroten.

'Start to row' initiatietraject

Het 'Start tot row' initiatietraject begeleidt een van nul beginnende roeier in eerste instantie naar een roeier(ster) die zich zelfstandig op het water kan behelpen. Gezien roeien redelijk technisch is en er toch ook een aantal belangrijke veiligheidsaspecten zijn is het aangewezen om deze beginnende roeier(ster) als ervaren clublid bij te staan op een moment dat ze zich niet zeker in hun vel voelen, in moeilijkere situaties terecht komen met boot, bij foutieve materiaalbehandeling, .. tijdens hun ontdekkingstocht.

Het initiatietraject behelst vier sessies, sinds 2021 gegeven op twee dagen, waarbij stelselmatig de roeitechniek, materiaalbehandeling, ... wordt bijgebracht. Het traject volgt doorgaans volgende stappen:

- sessie 1 : Verwelkoming, toelichting botenpark, vaarregels, ergometerroeien, technische aandachtspunten in de roeitechniek, roeien in een veilige roeiplank, waar het het voorgaande wordt uitprobeerd.
- Sessie 2 : roeien in boten met vlotters of roeiplanken met herhaling en inoefening van de technische aandachtspunten. Inoefenen van de belangrijkste manoeuvres (noodstop, rechts en links draaien, tegenroeien, tegenroeiend rechts en links draaien, ter plaatse draaien). Correcte materiaalbehandeling (in en uit loods, naar en van steiger, in en uit het water), nazorg boten.
- Sessie 3 : Korte herhaling van de techniek op de ergometer (ook accent leggen op hoe krachtig roeien), Daarna in ploegboten.
- Sessie 4 : afhankelijk van de voortgang van de roeiers(sters) hun techniek bepalen de begeleiders of deze sessie in ploegboot, roeiplank of boot met vlotters plaatsvindt.

Door weersomstandigheden, beschikbaarheid boten, ... kan de volgorde van de verschillende sessies wijzigen. De veiligheid van de beginners staat hierbij voorop.

Skiffen / pair oar in de winter en bij hoge golven :

- Skiffen/C1/Pair oar wordt nog enkel gedaan door **ervaren roeiers** – dit (skiff zonder vlotters) is niet meer voor beginners tijdens de winterperiode. Beginners worden ingedeeld in ploegboten. Ervaren roeiers moeten steeds toestemming van de trainers krijgen.
- Skiffeurs gaan **samen op het water** of roeien samen met de andere boten (skiffs, ..) ; bij een snelheidsverschil wordt er steeds op elkaar gewacht zodat hulp kan worden geboden.
- Er worden **geen technisch moeilijke oefeningen** gegeven

- Indien men wil **afwijken van het normale traject** club-kommeke-steiger-RARC-club (men gaat maw richting Duffel) wordt dit altijd **gemeld** aan de trainers.
- Bij hevige wind of slecht weer (dus hoge golven en dit gans het jaar door) wordt er enkel in ploegboten geroeid ; de aanwezige trainers beslissen dit bij het begin van de training.
- **Initiaties worden enkel uitgevoerd met vlotter of in ploegboten.**
- **Pair Oar is enkel voor gevorderden** ; dus geen jeugd om eens te proberen.

Roeien buiten de normale trainingsuren vereist toestemming :

- Dit kan enkel voor meerderjarige ervaren roeiers (met aanwezigheid van een Peter of trainer) **met toestemming** van één van de **trainers** Toestemming (dus antwoord van een trainer) kan verkregen worden via de normale middelen (mail, whatsapp, telefonisch, mond aan mond).
- **Minderjarigen** worden steeds **begeleid** door een **meerderjarige** ; er wordt dan ook steeds samen op het water getraind.
- **Peters** vermeld op de peterlijst mogen zelfstandig boten waarvoor ze toestemming hebben op het water zetten op voorwaarde dat ze mee in dezelfde boot stappen.

Problemen (ivm gebruik steiger, roeimateriaal, loods, toiletten, ...) van andere aard :

- Sluit de loods / terrein als je op het water gaat als laatste.
- Indien er dingen misgaan en er is **schade** (lichamelijk of materieel, eigen (club)materiaal en/of materiaal van anderen) verwittig steeds de clubleiding : Yves, Fred of trainers
- Zijn er **problemen op of rond de steiger** (met personen die zich de steiger ook toe-eigenen):
 - Probeer op een normale vriendelijke manier het probleem te bespreken en vraag hen de steiger vrij te maken tijdens het op en af het water gaan. Tijdens het roeien kunnen ze hem verder gebruiken.
 - Blijf zelf kalm ; begin niet te roepen of te schelden ; daag niet uit ; ga eventueel terug naar de club en zoek daar hulp.
 - Laat zeker geen kledij, materiaal, persoonlijke voorwerpen (GSM, Sleutels, ..) achter op de steiger : de kans dat het verdwijnt is groot. Neem alles mee in de boot of berg het op in de club.
 - Bel de politie als je jezelf bedreigd voelt of het uit de hand loopt (03/485.65.11 of 112).
 - Breng naderhand clubleiding of trainers steeds op de hoogte.
- Alle andere **dringende noodzaken : bel 112**
- Andere nuttige telefoonnummers

WIE?	HOE?	WAT?
Yves Royackers	0468 193 609	Voorzitter
Fred Van der Weehe	0475 711 789	Materiaalmeester / secretaris
Filip Joossens	0477 977 659	ledenadministratie
Filip Joossens Sharan Corten Fred Van der Weehe	0477 977 659 0496 786 875 0475 711 789	Trainers

Yves Royackers	0468 193 609	
Greet Van Erck	0498818015	Vertrouwenspersoon (API)

DEEL III: ORGANISATIE

Artikel 11: Bestuur

De Raad van Bestuur bestaat uit een voorzitter, ondervoorzitter, penningmeester, secretaris, materiaal bestuurder, en maximum 5 leden, die allen meerderjarig moeten zijn. :

- Onder de taken van de Raad van Bestuur vallen, onverminderd het bepaalde in de statuten, elders in het huishoudelijk reglement of in andere reglementen:
 - a. de algemene leiding van zaken;
 - b. de uitvoering van de door de Algemene Vergadering genomen besluiten;
 - c. het toezicht op de naleving van de statuten en reglementen;
 - d. benoeming, ontslag en schorsing van personen actief ten behoeve van de vereniging zoals trainers, steiger assistentie enz.

De Raad van Bestuur vergadert in de regel 12 maal per jaar, telkens op de laatste vrijdag van de maand om 19u00 op het clubhuis, uitgezonderd wanneer bij de laatste vergadering een afwijking beslist werd. Dit aantal kan verminderd worden indien omstandigheden dit verantwoorden. Er worden minimaal 9 bestuursvergadering per jaar gehouden.

Bestuurstaken duiden op verantwoordelijkheden maar de daadwerkelijke uitvoering, delegatie en verdeling van de taken gebeurt door collectieve beslissingen binnen de raad van bestuur. t

Bij de algemene vergadering van 2020 werd een "Beleid & managementplan 2020/2025" ingesteld dat de bestuurstaken dieper bepaald. Onderstaand vind je de elementaire taak verdeling over de bestuursleden ten overstaan van de toetredende leden.

1. Taken van de voorzitter:

- a. Geeft leiding aan en houdt toezicht op het gehele verenigingsleven;
- b. Is bij alle officiële vertegenwoordigingen de woordvoerder, tenzij hij deze taak aan een ander bestuurslid heeft overgedragen;
- c. Is de coördinator van de sportverantwoordelijkheden en sport administratie, oa. de watsapp inschrijvingen roeisessies en voor het informatie over de trainingen.
Deze taak van trainingscoördinator kan hij delegeren indien nodig.

2. Taken van de secretaris:

- a. Voert de correspondentie uit naam van en in overleg met het bestuur, ondertekent alle van hem uitgaande stukken, is verplicht afschriften ervan te houden en deze evenals de ingekomen stukken te bewaren;
- b. Heeft het beheer over het archief en is aansprakelijk voor goederen die hem vanuit de vereniging zijn toevertrouwd;
- c. Zorgt voor het bijeenroepen van vergaderingen;
- d. Zorgt voor bekendmakingen van veranderingen of aanvullingen in de statuten en reglementen;
- e. Beheert alle documentatie in de geïntegreerde administratie die alleen voor de bestuursleden toegankelijk is.
- f. Houdt toezicht op het gebruik van persoonsgegevens ; ze kunnen enkel voor de nader omschreven doelen gebruikt worden.
- g. Volgt sponsoring op die door de leden verzameld wordt.

3. Taken van de penningmeester:

- a. Beheert de gelden van de vereniging;
- b. Zorgt voor het innen van de aan de vereniging toekomende gelden en draagt zorg voor alle door het bestuur en de Algemene Vergadering goedgekeurde uitgaven;
- c. Houdt boek van alle ontvangsten en uitgaven en wettelijk verplicht administratie bij;
- d. Voert de briefwisseling, voor zover deze betrekking heeft op de uitvoering van de in de voorgaande leden van dit artikel vermelde taken, ondertekent alle van hem uitgaande stukken, is verplicht afschriften te houden en deze, evenals de op de uitvoering van eerder genoemde taken betrekking hebbende ingekomen stukken te bewaren;
- e. Brengt in de Algemene Vergadering verslag uit van de financiële toestand, en licht de staat van baten en lasten toe over het afgelopen boekjaar;
- f. Stelt een begrotingsvoorstel op aan de hand van een voortschrijdend gemiddelde te bate van het bestuur. Controleert of de bekomen begroting voor het komende boekjaar financieel haalbaar is.

4. Taken van de ondervoorzitter

- a. Ondersteunt de voorzitter in goede en kwade tijden; vervangt taken van bestuursleden die afwezig zijn, neemt taken van bestuursleden over die daar hulp bij nodig hebben.
- b. Beheert de ledenadministratie, inbegrepen aangiften aan de federaties.
- c. Beheert het logboek en de inschrijvingen voor de nieuwsbrief

5. Taken van de materiaalmeester

- a. Beheert gebouwen en materiële eigendommen van de vereniging inbegrepen sportmateriaal in overleg met het bestuur;
- b. Doet suggesties aan het bestuur voor wat betreft mogelijke nieuwe aankopen in functie van de noden van het ledenbestand en de sportleiding/trainers;
- c. Staat in voor het onderhoud en voert naar eigen inzicht de nodige herstellingen aan het sportmateriaal uit, en schakelt hiervoor indien nodig de leden in;
- d. Volgt mee de sportvergaderingen en adviseert bij het materiaalgebruik en nieuwe aankopen.

6. Andere bestuursleden

- a. Helpen en ondersteunen andere bestuursleden bij het vervullen van hun functie op hun vraag.
- b. Trekt één of meerdere activiteiten.
- c. Advies

Artikel 12: De trainersgroep

De trainersgroep bestaat uit een trainerscoördinator en een aantal trainers. Gezamenlijk waken ze over de sportactiviteiten die op en door de club worden georganiseerd.

De trainersgroep vergadert onder leiding van de trainerscoördinator telkens een +/-week voor de bestuursvergadering als voorbereiding daarvan.

1. De trainingscoördinator.

Het trainerscollectief staat onder leiding van de trainingscoördinator die in geval van dispuut de knoop moet doorhakken/ontwarren.

- De trainingscoördinator coördineert en is bij aanwezigheid de leidende figuur in de dispatching(ploegverdelingen). Hij draagt de filosofie daarvan over op de trainers die overnemen bij afwezigheid of waakt over een goede verdeling als andere trainers deze verdeling maken.
- Ziet er op toe dat die filosofie en de clubregels ook worden toegepast.
- Leidt de trainersvergaderingen en zorgt dat er een balans is in de aandacht die de leden verdienen tussen de verschillende groepen actief op de club.
- Onderhoudt of regelt regelmatig gesprekken met de kandidaat helpers, Peters binnen de ploegen en neemt interesse in hun motivatie en hun betrokkenheid bij de club samen met het collectief. Integreert ze in de clubwerking.
- Organiseert groeps gesprekken samen met de groepstrainer in het bijzonder voor de jeugdgroepen. Ziet toe dat de trainers iedereen gelijk behandelen naar de geest van de club en het goede voorbeeld geven.
- Ziet er op toe dat openlijke discussies (die neigen naar ruzie) worden afgebroken en niet in het bijzijn van de leden worden opgelost.
- Houdt toezicht op richtlijnen, en evalueert de evolutie van ze naar het huishoudelijk reglement toe, enkele vb.
 1. Ziet er op toe dat er boten gebruikt worden door de leden waar ze afhankelijk van hun kennis en fysiek, recht op hebben en niet gebruik maken van boten die ze nog niet volledig meester zijn of de nodige discipline niet voor kunnen opbrengen om welke reden dan ook.
 2. Krachttrainingen met gewichten worden niet gegeven aan jongeren onder 18 die de gevaren door slecht uitvoering niet kunnen overzien ; wij als club wensen niet dat onze trainers deze verantwoordelijkheid nemen naar mogelijk letsels toe, die in het latere leven invloed kunnen hebben.
 3. Enz...

2. De trainer voor de ploegen die streven naar bepaalde wedstrijden (of een nationale selectie) :

De trainer, specifiek voor de competitie, heeft volgende taken/competenties :

- voldoende wedstrijdervaring
- voldoende ervaring in het werken met trainingsschema's en staat in voor de opstelling van de specifieke trainingsprogramma's voor de specifieke wedstrijd ploegen onder zijn leiding
- optreden als raadgever voor de leden
- instaan voor de beoordelingen van de ploegen. Houdt mede overzicht over de scouting en het motivatiebeleid.
- Is de bezieler van de wedstrijdroeiers/sters
- Waakt erover dat de competitieroeiers zich niet autoritair gedragen tegenover bvb. recreanten (ieder lid heeft recht op de aandacht die ze verdienen)

De competitie trainer maakt reservaties voor boten voor zover de voorziene ploegen er ook daadwerkelijk in trainen ; boten die niet in gebruik zijn, komen terug ter beschikking van de trainingscoördinator.

Doel is hierbij de trainingscoördinator te ontlasten maar neemt diens autoriteit niet over.

3. De trainersvergadering en de agenda ervan:

Zij volgen een agenda met specifiek onderdelen :

De kalender:

1. De jaarkalender opstelling gebeurt in de trainersgroep tijdens de maanden van het laatste kwartaal voor het komende jaar en wordt als voorlopig gepresenteerd op het seizoen afsluitende jaarfeest in november. In januari wordt dan de min of meer definitieve kalender gepresenteerd bij de nieuwjaarsreceptie.
2. Aanvullingen aan de kalender kunnen gemaakt worden van zaken die gedurende het jaar worden gemeld en inpassing in de kalender vragen: oa. school initiaties, cursussen enz...

Praktijk van de kalender:

In de trainingsvergadering worden alle praktische zaken ten overstaand van de kalender activiteiten, de ploegen, de logistiek, de berichtgeving naar communicatie, enz... besproken.

De trainers doen dit voor de komende twee maanden en overlopen vervolgens de kalender dieper in het jaar om te kijken of er al niet al acties moeten genomen worden voor komende activiteiten. Alle geplande acties worden voorzien van een deadline en wie het Peterschap uitoefent.

(In de winterperiode valt het avond-roeien weg en wordt dit vervangen door het indoor roeien, gecombineerd met fitness. Mogelijks wordt een alternatieve training op zaterdagmiddag zoals oa. bowling , schaatsen , muurklimmen, paint ball enz.. georganiseerd.

Structurele organisatie wijzigingen: (ook binnen de trainersgroep)

De trainersvergadering houdt zich niet bezig met de ideologie, planning en beleidsmatige beslissingen van de vereniging. In geval van voorstellen met een positieve consensus van de trainersgroep, maakt zij daarvan verslag over aan het bestuur ter goedkeuring.

Individuele voorstellen moeten rechtstreeks ingediend worden bij het bestuur, waarbij de indiener uitgenodigd wordt het te komen motiveren.

Het bestuur neemt, na evaluatie van de voorgestelde zaken, een beslissing in geval van voorstellen met ingrijpende aard aangegeven door individuele trainers, roeiers of ploegen.

De roei(st)ers evaluatie:

Het is een collectieve verantwoordelijkheid van alle trainers om groepsgewijs de individuele vorderingen van elke lid te evalueren zowel op:

1. technische gebied zoals het boordroeien, koppelroeien, gebruik van voetenroer, gebruik verschillende boottypes, bootvaardigheid, teamdiscipline, teamcaptain, slagroeier, enz...
2. fysieke instelling: fitheid, trainingsintensiteit, geroeide kilometers, mogelijke blessures, enz...
3. sociale instelling: wie is leider figuur (doorgroeien naar teamcaptain), wie anderen helpt, wie clubgeest heeft en de persoonlijke aandachtspunten (gedrag gerelateerde stoornissen, ..) .
4. In welk stadium van sociale integratie de persoon zich bevindt : **zijn, deelnemen, of worden.**

De scouting van de beloftevolle roeiers/sters, planning motivatie gesprekken:

Trainers en Peters zijn ook de talentscouts van de club.

De trainers, dispatchers nemen de debriefing info van de Peters mee naar de vergadering en aan de hand van de verzamelde info worden aanbevelingen en opmerkingen geformuleerd over personen en mogelijk potentiële ploegen.

Ook bestaande ploegen worden geëvalueerd ; feedback wordt naar hen gegeven.

Onder leiding van de trainingscoördinator worden motivatie gesprekken gepland en bepaald : wie praat met de betrokken roei(st)ers. Deze planning is neergeschreven en bij een volgende vergadering wordt het resultaat van deze gesprekken ingevoegd bij de persoonlijke evaluaties.

Het is van belang dat alle leden van de vergadering op de hoogte zijn. Zij kunnen de motivatie versterken door op hun beurt een positieve bijdrage, naar het individuele lid of de ploeg doen, bij sociaal contact of tijdens de trainingen.

De materiaalcoördinatie:

De vergadering bespreekt en legt de noden en problemen vast betreffende het beschikbare materiaal. In overleg met het materiaalbestuur worden problemen besproken en onderhoud / herstellingen gepland (dit behelst ook de werkdagen)

De materiaalmeester geeft de nodige richtlijnen ten overstaan van correct en foutief gebruik over het beschikbare materiaal aan de trainers.

De trainingsprogramma's:

1. De vergadering stelt een seizoensgebonden trainingsschema op voor de basisgroepen. Het gaat hierbij eveneens om invullingen in het gestructureerd jaarplan, om niet competitieve roeiers op verantwoorde manier de naar een beter technische en fysiek niveau te begeleiden. Ook alternatieven zoals ergometer-, loop of fiets trainingen worden mogelijks opgenomen in dit schema.
2. De trainingsprogramma's van de VRL voor nationale selectie roeiers worden geëvalueerd en doorgezonden naar de betrokken personen (competitieroeiers met nationale ambitie) met eventuele opmerkingen.
3. wekelijks trainingsschema's worden verstrekt aan leden met specifieke tijdsgebonden competitieve doelstelling.

Afhakende ledenoverzicht:

Bij leden, die al een geruime tijd niet meer op de club zijn geweest zal gepolst worden of er onderliggende problemen zijn.

4. Peterschap in de club

In de club draaien heel wat zaken op peterschap : ervaren roei(st)ers dragen een activiteit of begeleiden een boot met minder ervaren roeiers .:

a. Op het niveau van een activiteit

neemt een lid in gelijk welke functie het Peterschap voor een activiteit op zich. Dat kan zijn:

- De organisatie om naar een wedstrijd te gaan.
- Organiseren van een toertocht of activiteit en de begeleiding daarvan.

- Eén of meerdere trainingen.
- Begeleiding van een groep voor bepaalde activiteit en of tijd.
- Organiseren en begeleiden van een werkdag.
- Organiseren van een BBQ of ander inkomsten activiteit.
- Botenwagen transport.
- De vrijwilligersorganisatie (inventarisatie beschikbaarheid en competenties van de leden en aanleggen van vrijwilligersbestand. Aanvragen van bestuur en Peters verbinden met aanbod.)
- Steigerhulp bij het in-&uitbrengen van de boten.
- Enz...

Deze persoon vertrekt van een beschikbaar scenario voor die activiteit of bij gebrek aan wordt er samen met de clubleiding een scenario uitgewerkt. Dit kan op de geïntegreerde administratie teruggevonden of geregistreerd worden. Bij de verder organisatie van de activiteit onderhoudt de peter de communicatie met het bestuur en betrokken personen ; hij/zij informeert de club via de nieuwsbrief, aangevuld met mailings of whatsapps.

De Peter(Meter) ronselt vrijwilligers onder de leden om bijkomend helpers of medewerkers te bekomen voor het lopende project.

- b. **Peters in de boot (roeipeters)** Dit zijn ervaren roeiers die onervaren roeiers meenemen in een boot om de roei-technische opleiding verder af te maken. Dit gebeurt doorgaans nadat het initiatietraject, aangevuld met eventuele bijkomende sessie, en gebeurt steeds op aangeven van een trainer. Hierbij kunnen aandachtspunten gelegd worden op specifieke roei-technische items. De trainers houden hier nog wel een oogje in het zeil op de nieuwelingen, geplaatst in die ploegen onder peterschap.

Opmerkingen worden tijdens en na de training overgemaakt ; na de training indien mogelijk in bijzijn van de Peter.

Elke Peter heeft op de peterschapslijst de vermelding welke boten hij altijd onder zijn verantwoordelijkheid mag gebruiken, ook buiten de normale trainingsuren.

Het is de betrachting van het bestuur dat de boten zo veel als mogelijk gebruikt worden op andere trainingsmomenten dan de vaste trainingstijden ; dit om deze momenten te ontlasten. Ploegen die buiten de normale trainingsuren roeien maken onder elkaar hierover de nodige afspraken (Watts app en mail). Telkens wordt ook iemand van het bestuur mee in de gespreksgroep betrokken (via CC of mede in de WhatsApp-groep) zodat ook zij op de hoogte zijn van de activiteit op de club.

Het is de betrachting van het bestuur dat individuele sporters en ploegen extra vrij kunnen trainen eens ze als Peter zijn erkent of als Peter aan de ploeg deelnemen.

Volwaardige roeiers moeten zelfstandig de ploeg kunnen kiezen die zij wensen.

Verder houden de Peters rekening met, volgende zaken op en passen dingen toe :

- De individuele mogelijke prestaties van de leden van een ploeg waar zij de leiding over hebben.
- Melding van gebreken aan boten, vastgesteld tijdens training.
- Tijdens de training ingestelde afwijkende boot afstellingen worden terug in hun normale stand geplaatst.

- Maken steeds gebruik van het planbord zodat men zou weten wie zich nog het water bevindt. Op het einde van de training worden magneetjes met namen terug op hun plaats gehangen.
- De info op het info-planningsbord in de loods wordt doorgenomen en hier vermelde richtlijnen werden opgevolgd.
- Het afkuisen en proper maken van het gebruikte roei gerief.
- Alle gebruikte materiaal na de training terug op zijn plaats te plaatsen.
- Het steeds invullen van het logboek na de training.

5. De organisatie van de trainingen.

Trainers en begeleiders mogen ook roeien (statutair aangemoedigd en bepaald), ze moeten daarvoor het eigen roeien niet opgeven.

Op de vaste trainingsdagen waar de leden vrij kunnen toekomen zonder voorgaande afspraken zullen de aanwezige trainers in samenspraak met mekaar en de leden uit de diverse groepen, de verdeling doen van de leden over de boten en ploegen. Hierbij wordt steeds rekening gehouden met de mogelijkheden van elke individuele roeier (leeftijd, conditie en ervaring), de doelen die de roeiers zich hebben gesteld (bv deelname aan een wedstrijd, ..), het beschikbare materiaal, de weersomstandigheden. Hierbij trachten de trainers onregelmatig komende leden zo goed als mogelijk te integreren in gelijkgezind ploegen. Ze te motiveren om gestructureerder te trainen, om te kunnen deelnemen aan de club, leden die daar geen interesse voor hebben, moet het duidelijk gemaakt worden dat zij altijd welkom zijn in skiff, maar willen zij in een ploeg kunnen roeien zij toch een minimum aan regelmaat moeten respecteren om ploegen niet te belasten met ongetrainde teammaatjes.

Doordat de roei(st)ers steeds hun eigen doel bepalen kunnen zij doorheen de verschillende groepen roeiers (sportroeier, recreant, toertochter, wedstrijdroeier) migreren zolang zij de basisprincipes van gelijke inspanning per ploeg respecteren.

De boten verdeling op de vrije trainingen:

De basis gedachte en het aankoopbeleid van het roeimaterieel van onze club is dat er voor iedere soort van roeiers: initiatie, recreant, sportroeier en competitie roeier/ster er kan geroeid worden in het gepast materiaal.

Wanneer een ploeg verdeler personen wil uittesten in hogere categorie boten mag dit niet gebeuren zonder begeleiding.

Begeleiding op gebied van materiaal behandeling inleggen en uithalen boten, manoeuvres op het water, en het roeien zelf. De keuze van een Peter daarbij moet eveneens beoordeeld worden op deze criteria.

De indeler van ploegen moet zich bewust zijn dat iemand die geheel geen ambities heeft om wedstrijd te roeien niet in de beste wedstrijdboten thuishoort.

Eveneens geldt dit voor iemand die nog niet voldoende skiff discipline heeft om deze in een kwetsbare boot te laten testen en wenst men dat toch bewust te doen dan moet het onder eveneens begeleiding bij geschikte weersomstandigheden

6. De verantwoordelijkheidslijn en basis achtergrond bij samenstelling van de trainingen:

Gezien de regelmatige grote opkomsten van roei(st)ers op trainingen is er een gestructureerde manier nodig om elke roei(st)er voldoende aan zijn/haar trekken te doen komen.

Trainers onder mekaar zorgen dat ze dezelfde waarden en normen uitdragen en zelf hanteren, dan is er wederzijds respect.

Onder het wakend oog van de **trainingscoördinator** wordt samen met de **aanwezige trainers** ploegen gevormd. Eenmaal de ploegen gevormd worden trainers toegewezen aan ploegen die voor het begin van de trainingen ook de nodige instructies zullen geven aan die ploegen (teamcaptains). **Peters**, voor ploegen waarbij beginners zijn ingedeeld, worden gebriefd door de trainers zodat hun ploeg optimaal kan draaien.

Niet aangekondigd te laat komen betekent dat de laatkomer in de recreatieve groep terecht komt en zal moeten roeien met een boot die nog beschikbaar is.

Komt een trainer onaangekondigd te laat dan zal aan de te laat komende trainer worden gevraagd ondersteuning te geven daar waar het die training het hardst nodig is. De gemaakte boten verdeling wordt niet meer veranderd ; een eventuele wijziging van toegewezen trainers kan nog gebeuren.

Voor de ploegen vorming hanteren de dispatching en trainers volgende categorieën:

Een eerste opdeling maken we op basis van het **ervaringsniveau, doelstellingen, en trainingsintensiteit:**

- **Initiatie:** mensen die de eerste lessen krijgen en leren roeien
- **Recreatie:** komt enkele keren per jaar of maand tot 1 keer per week
- **Sportroeien:** komt op regelmatige basis 2-3 maal per week roeien
- **Competitie- of wedstrijdroeien:** komt op regelmatige basis trainen (>3 keer per week)

Traditioneel worden (competitie)roeiers opgedeeld volgens **leeftijd:**

- **Junior:** vanaf ongeveer 9 jaar tot en met het kalenderjaar waarin je 18 wordt. De leeftijd is telkens degene die je bereikt gedurende het lopende jaar:
 - Juniores 10 (9 en 10 jaar)
 - Juniores 12 (11 en 12 jaar)
 - Juniores 14 (13 en 14 jaar)
 - Juniores 16 (15 en 16 jaar)
 - Juniores 18 (17 en 18 jaar)
- **Senior:** vanaf 18 jaar tot eender welke leeftijd. Voor senioren worden er nog volgende opsplitsingen gemaakt:
 - Under 23 (-23) wat je bent tot en met het kalenderjaar waarin je 22 wordt
 - Lichtgewicht of zwaargewicht
- **Master:** vanaf 27 jaar en ouder. Als master kan je ook nog steeds competitie roeien in de Senior categorie. De leeftijd is bepaald op de leeftijd die je bereikt in het huidige kalenderjaar. Voor ploegen geldt de gemiddelde leeftijd van de ploeg.
 - Master A: minimum 27 jaar
 - Master B: 36 jaar of meer

- Master C: 43 jaar of meer
- Master D: 50 jaar of meer
- Master E: 55 jaar of meer
- Master F: 60 jaar of meer
- Master G: 65 jaar of meer
- Master H: 70 jaar of meer
- Master I: 75 jaar of meer
- Master J: 80 jaar of meer
- Master K: 85 jaar of meer

Competities / Wedstrijden

Tot en met junior 14 kan je deelnemen aan triatlons waarbij er gelopen, geslalomd, en in rechte lijn geroeid wordt.

De afstand die geroeid wordt is afhankelijk van de leeftijdscategorie:

- junioren 10 mogen niet deelnemen aan een gewone lijnwedstrijd en roeien alleen triatlons waar ze 250m afleggen
- junioren 12 roeien 500 meter
- junioren 14 roeien 1000 meter
- vanaf junior 16 roeit men 2000 meter en kan men ook deelnemen aan lange
- afstandswedstrijden
- Senioren roeien 2000 meter en men kan ook deelnemen aan lange afstandswedstrijden
- Masters roeien hun wedstrijd over een afstand van 1000 meter

Je kan als junior meedoen aan een wedstrijd voor een oudere categorie zolang de afstand die je aflegt niet langer is dan de afstand van hun eigen categorie.

Afhankelijk van de grootte van de wedstrijd worden de masters in 1 categorie geroeid (al dan niet met een correctiefactor).

Het aantal trainingen per week is afhankelijk van de leeftijdscategorie en het niveau dat je wenst te bereiken:

- Juniores 10, 12, en 14 vallen qua intensiteit en doelen meer onder de recreatie en sportroeien categorie
- Om af en toe een wedstrijd mee te doen is het belangrijk toch enkele keren per week aan sport te doen en een aantal weken 1 of meerdere keren per week een specifieke roeitraining te doen
- Om op Belgisch niveau regelmatig competities mee te doen en meer vooraan te eindigen zou je toch 3 a 5 keer per week moeten trainen waarvan toch minstens de helft roeispecifiek zijn
- Om in aanmerking te komen voor de Nationale ploeg verwacht men van junioren 8 trainingen per week
- Om in aanmerking te komen voor de Nationale ploeg verwacht men van senioren 14 trainingen per week

Begeleiding

Initiatie

Dit zijn mensen die de eerste lessen krijgen en leren roeien.

Ze komen meestal via volgende manieren bij de club:

- via vrienden die al roeien
- ouders die via hun kinderen komen of kinderen die via hun ouders komen. Hiervoor is het interessant als ze op dezelfde moment kunnen komen als hun kinderen.
- mensen die eens een andere sport willen proberen

De focus bij deze groep ligt op:

- het gevoel geven welkom te zijn
- de basisbeweging leren
- veiligheid voor henzelf en anderen
- manier van werken van de club leren

Als trainer moet je letten op:

- hen het gevoel geven dat ze welkom zijn en vooruitgang maken
- niet te veel informatie tegelijk geven
- dat men zich niet kan blesseren, dus concreet met rechte polsen roeien en de rug goed gebruiken.
- je communicatie aanpassen aan de vaardigheden en kennis van de persoon voor je. bv: tegen sommige nieuwelingen kan je zeggen iets uit de kant terwijl je voor anderen specifiek moet zijn (op links roeien)
- naar het einde toe hen trachten te integreren in een groep

Tussengroep

Na de initiatie is het de bedoeling zo snel mogelijk mee in een andere groep te komen.

Recreatie en sportroeien

Dit is een heel heterogene groep en bestaat uit onder andere

- alle junioren tot en met 14 jaar
- junioren die maar af en toe competitie willen doen
- seniors en masters die enkele keren per maand tot enkele keren per week komen roeien

Recreatie en sportroeiers komen over het algemeen roeien om hun sportieve, gezondheids-, en sociale doelstellingen willen vervullen.

Vaak hebben deze mensen nog (vele) andere hobby's en/of sporten.

De belangrijkste doelstellingen hier zijn vooral

- plezier hebben in de training / voldoening halen uit de training
- kameraadschap en vriendengroep creëren
- de roeitechniek vervolmaken
- sociale en club waarden bijbrengen

Dit zou de grootste groep leden moeten zijn en vanuit club oogpunt moeten we trachten deze mensen hun doelstellingen te vervullen en hen meer betrekken in de clubwerking in de vorm van vrijwilliger, en mogelijk trainer.

Qua begeleiding kan dit zowel door een trainer gebeuren als door ervaren mede roeiers (peters).

Het belangrijkste als trainer is om te zien dat iedereen kan meedoen en betrokken is.

Enkele ideeën om het interessant te houden zijn:

- Af en toe wedstrijdjes meedoen of op de training sparringpartner zijn voor competitieroeiers.
- Voor deze groep kan het handig zijn een trainingsschema te volgen met een vooropgestelde tijd of kilometers per training en een algemene beschrijving van de training. Op deze manier hebben ze een algemene richtlijn van wat te verwachten. De trainer van die dag kan dit natuurlijk nog aanpassen naargelang de omstandigheden.

Het trainingsschema van competitie kan voor sommigen als basis dienen. Traditioneel zijn de schema's voor competitie vaak gelijkaardig en langere afstand en kunnen dus saai worden. Het is voor recreatie en sportroeiers dus vaak interessanter om deze wat in te korten en aan te passen om het psychologisch uitdagender te houden.

Competitie

Voor competitieroeiers is het meer de bedoeling om te trainen op uithouding, techniek, en dit erna in een wedstrijdssituatie toe te passen. Ook het psychologische aspect van omgaan met wedstrijdssituaties en druk kan een belangrijke factor zijn.

Voor de jongere junioren is het belangrijk rekening te houden met de fysieke ontwikkeling van de jongere. Wanneer de groeispurt is heeft een grote invloed op coördinatie, kracht, en uithoudingsvermogen.

Naarmate de jongeren ouder worden en zich in de hogere niveaus van competitie willen richten gaan ze zich meer en meer specialiseren in 1 sport en meer trainen in wedstrijd-specifieke omstandigheden. Voor hen wordt het dan ook belangrijker om te periodiseren rond de competities waar men zijn topprestaties wil neerzetten.

De traditionele trainingsschema's richten zich vooral op deze groep.

Specifieke trainingsorganisatie voor de verschillende categorieën roei(st)ers

Streefdoel : werken naar ploegen

Zoveel als mogelijk wordt getracht vaste ploegen samen te brengen ;bij deze ploegvorming wordt steeds gekeken naar persoonlijke doelen, ervaring, leeftijd, geslacht, ... (of personen die liefst skiff doen).

Als streefdoel wordt getracht dat de ploegen afspreken voor de volgende training bij het verlaten van de club. Dit heeft zo zijn voordelen:

- Deze ploegen en aansluitende skiffeurs kunnen ook buiten de open trainingssuren gaan trainen (telkens na melding aan één van de trainers)
- In geval van ontbreken van iemand in een ploeg kan de trainer een persoon (ervaren roeier of beginnening) met eenzelfde profiel in de ploeg inzetten om verder te integreren in ploeg en club
- Het geeft de trainers voet aan de grond naar trainingsprogramma's toe.
- Peters worden gecreëerd.
- Er wordt meer in grotere boten geroeid.
- Men wordt opgenomen in het team en kan één worden met de club.

Jeugd ploegen met een teamcaptains:

Elke trainer die mee ploegen indeelt of instaat voor een jeugd groep zal naar noodzaak de meest ervaren roeiers in zijn groep of ploeg waar hij/zij de leiding over heeft aanspreken om mede verantwoordelijkheid en toezicht te houden tijdens de training. Zij zijn de teamcaptains.

Een teamcaptain kan een boot onder zich krijgen waarin hij/zij zelf mee roeit, maar kan ook overzicht houden op een aantal boten (skiffs, dubbels, ...)

Dit vraagt een proactieve aanpak voor dat men op het water gaat.

De trainersgroep probeert altijd een minimum aan trainers aanwezig te hebben, opdat zij kunnen deelnemen aan de botenverdeling en hun deel van de begeleiding mee kunnen bepalen.

Eenmaal de botenverdeling en de trainerstoewijzing is gebeurd zal elke trainer zijn teamcaptains (ploegen) de nodige richtlijnen geven voor de training en het op het water gaan. Een teamcaptain kan toegewezen worden ; is eerder standaard bij jeugd ploegen.

a. Recreatieve roeiploegen

Deze boten zullen meestal onder opvolging van een peter of teamcaptain per ploeg, vallen. Bij deze ploegen wordt getracht bij de botenverdeling een evenwicht te bekomen in competenties (ervaring, leeftijd, geslacht, conditie, ...) zodat iedereen in die ploegen er plezier beleeft aan het roeien.

Individuele skiffeurs kunnen volledig zelfstandig roeien als ze voldoende ervaren zijn. Ze worden op het water geholpen door de andere ploegen en mee in het oog gehouden door trainers en Peters uit de ploegen.

b. Ploegen met competitieroeiers en/of sportroeiers

Dit zijn ploegen die trainen voor een bepaalde wedstrijd. Bij de botenverdeling wordt met hun trainingsschema rekening gehouden zodat ze gericht naar hun wedstrijd kunnen werken. Indien ze niet in de boot moeten roeien (volgens trainingsschema) waar ze hun wedstrijd in roeien, kan deze vrij gebruikt worden door andere ploegen tijdens die training.

Deze ploegen kunnen dan onmiddellijk op het water, na aftoetsing met dispatching. De trainer geeft aan wat het programma zal zijn (of trainingsschema wordt gevolgd).

Om in aanmerking te komen voor de Belgische selectie zal de begeleidende trainer een uitgebreid trainingsplanning, aangevuld met testen, moeten hanteren om de criteria voor die selectie te kunnen afdwingen (in overleg met de coachen van de roeibond).

c. Een ploeg met beginners

Dit zijn ploegen gevormd uit een trainer/peter en roeiers die net het initiatief traject hebben afgerond, de roeisport als uitdaging hebben gezien maar de roeitechniek nog niet voldoende machtig zijn om mee te worden ingedeeld in recreatieve ploegen.

Deze ploegen zullen, in functie van noodzaak, trainingen krijgen gericht op de specifieke noden om de roeitechniek voldoende te gaan beheersen zodat ze op termijn ingedeeld kunnen worden in de andere roei groepen.

d. De roei initiatie

Onze club wil uitgaan van een brede basis waardoor de initiatie een constante is.

Deze wordt georganiseerd bij voorkeur in 4 sessies. (men kan ook intekenen voor een proefsessie).

Er wordt getracht op vaste momenten te starten met de initiaties; er wordt gestart met maximum 10 initiaties per sessie. Er wordt bij voorkeur gewerkt met minimum twee trainers, die onderling de taken verdelen per initiatiesessie.

Het volgende traject wordt bij voorkeur gevolgd, steeds rekening houdend met seizoen en hoeveelheid van initiaties :

- Eerste sessie : korte uitleg over roeien / roeien in C-boot (bij voorkeur /B2/C3/C5, telkens met de trainer in de boot). Accent ligt op het aanleren van de volledige roeibeweging.
- Tweede sessie : roeien in C-boot (bij voorkeur B2/C3/C5, telkens met de trainer in de boot) – herhaling van de eerste sessie met het oefenen van manoeuvres (starten-stoppen in ploeg / ter plaatse draaien / tegen roeien / aanleggen / ..)
- Derde sessie : in Roeiplank /C1 met vlotters of skiff met vlotters
- Vierde sessie : in C1 of skiff al dan niet met vlotters (in de winter steeds met vlotters of ploegboot) Manoeuvres zelfstandig uitvoeren

De doorgroei naar ploeg of groep binnen de club moet voldoende aandacht kunnen krijgen met hulp van trainers, peters en roeiende leden.

7. De constante opleiding en de nieuwe generaties.

Het is eveneens een illusie dat elke roeier alle reglementeringen binnen de club in zijn hoofd heeft, in het bijzonder de jeugd, nieuwelingen en de recreanten die maar sporadisch komen.

Om de beginnende roeier te helpen alle regels en gewoontes, gehanteerd in de club, onder de knie te krijgen wordt gevraagd aan trainers, peters en ervaren roeiers steeds te helpen door op een vriendelijke manier aanwijzingen te maken omtrent het correct behandelen van materiaal, toepassen van de algemene regels ongeacht het hun ploeg is, die ze begeleiden, of niet.

Dit vraagt natuurlijk dat iedereen steeds het goede voorbeeld geeft. Enige herhaling bij het niet naleven van de gewoontes zal nodig zijn.

Het opleiden en betrekken van de jeugd en leden in de clubwerking is ieder zijn taak ; door ze eigen verantwoordelijkheden te geven of te laten ontwikkelen kunnen ze groeien in de clubwerking.

Trainers moeten binnen de groepen of ploegen die ze trainen de meest ervaren personen trachten te motiveren om op te treden als hulptrainer (onder vorm van teamcaptain) en zo mogelijk als Peter. Zij zullen op termijn instaan voor het roeien van de toekomstige generaties.

Ploegen of skiffeurs kunnen niet als eigendom van een trainer beschouwd worden, ze moeten zelfstandig worden naar het voorbeeld van de trainers en de club in het algemeen. Zo kunnen ze doorgroeien naar teamcaptain, peter, zelfs tot hulptrainer of trainer.

De leden betrekken en laat mee deelnemen in de organisatie is een meerwaarde voor de roeier/ster maar ook voor de organisatie. Ook ouders van jeugd kunnen mee in de club betrokken worden (steiger assistentie, transport wedstrijden, klusdagen, ...)

8. Gebruik van het materiaal

We willen iedereen de kans geven te groeien of zich te nestelen in een ploeg/groep.

Hierdoor hebben we degelijk en veel materieel nodig van initiatie over recreatie tot competitie voor bepaalde wedstrijden.

Omdat we werken vanuit de brede basis, worden geen boten uniek gereserveerd voor bepaalde ploeg/roeier, het materiaal moet beschikbaar zijn om zoveel mogelijk te worden gebruikt. Alle materieel moet dan ook constant onderhouden worden en vaarklaar blijven.

Dit resulteert ook in riemen per boot en geen riemen per roeier. Boten in gewichtsklassen standaard afgesteld maar vlot en zichtbaar aan te passen bij afwijking. Verstellen van riemen naar andere boottypen en naar kracht van de gebruiker wordt hierdoor (haast) nooit toegepast.

De club tracht materieel aan te kopen dat goed, modern, goed van prijs is en onze leden toelaat zich op hun gewenste niveau te manifesteren (bv. selecties af te dwingen voor de junioren, meerdaagse toertochten, ..).

Voor junioren of senioren die geselecteerd geraken voor internationale deelnames wordt verwacht dat eens ze op dit niveau geraken de roeibond hier voor het materieel zorgt dat topniveau heeft.

Voetnoten:

- Voor de jongsten in de club (-14 jarigen), die in het seizoen vooral in skiff roeien, zijn de type cadet skiff (-60kg en onder de 1m60) mogelijk een goede standaard boot. Zij kunnen tegen een stootje zijn modern, licht, competitief en goedkoop. Eens deze fase voorbij en ze groter worden komen alle boottypen in aanmerking.
- Het materiaal bestuur en de trainersgroep zal een goede mix van boten nastreven zodat voor alle leden voldoende boten beschikbaar zijn van het juiste type. Deze mix wordt bepaald vanuit de praktijk, doch nieuwe wijzigingen in de mix zijn alleen mogelijk op lange termijn op voorwaarde dat de primaire norm niet geschaad wordt. Op het niveau van de trainingen gaat iedereen verhoudingsgewijs, van hoog tot laag, boten toegewezen krijgen aan de hand van de beschikbaarheid na de competitieroeiers reservering, de technische kennis, de fysieke conditie, de ouderdom en de hoeveelheid tijdsbesteding.
- Bij verder groei van de vereniging zal er in eerste instantie moeten gekeken worden of met meerdere verschoven roei momenten alle roeier voldoende op het water geraken. Mogelijks zal toch voor de competitiesport een reservatie systeem moeten ontwikkeld worden voor de boten.

9. Consequenties aan onze doelstellingen

Trainers en peters moeten ook realistisch blijven wat betreft de initiaties en de leden.

Hierbij blijft het nodig dat men de club doelstellingen voor ogen blijft houden. Ieder lid moet zich goed voelen op de club door te kunnen deelnemen aan de activiteiten : roeien in roeiploegen, jaarlijkse en alternatieve clubactiviteiten.

Doel is ook nieuwe leden kunnen integreren in de vereniging, waarbij ze niet alleen in het roeien maar ook in het verenigingsleven deel gaan uitmaken binnen de club. Zij moeten kunnen betrokken worden in de activiteiten en een regelmaat van training kunnen aanhouden.

In verhouding tot de diensten die sporters kunnen verwerven (maw hoeveel keer men komt roeien) mag eveneens een grotere betrokkenheid van deze leden in de clubwerking verwacht worden.

Het moet heel duidelijk zijn voor ieder lid, trainer of bestuurslid dat de persoonlijke sociale ontwikkeling van de leden recht evenredig is aan de ontwikkeling en groei van de vereniging. Een win/win die ontstaat tussen leden en de club naarmate de sociale doelstellingen gehaald worden.

Artikel 13: Financiën

Op basis van de begroting die door het bestuur wordt opgesteld worden budgetten toegekend voor: sportmateriaal beheer, organisaties van sociale en sportieve evenementen, dagelijkse werking, gebouwen en infrastructuur, etc.

Het verantwoordelijke bestuurslid heeft binnen dit budget een autonoom beslissingsrecht van € 500 per aankoop of activiteit. Voor grotere aankopen/activiteiten is goedkeuring van een eenvoudige meerderheid van het bestuur vereist.

A. Sponsoring

Voorwaarden voor het aangaan van sponsorcontracten kunnen nagevraagd worden bij het bestuur of geraadpleegd worden op de website.

B. Kostenvergoedingen

De Raad van Bestuur is bevoegd om aan de leden gemaakte kosten van vervoer en verblijf te vergoeden. In principe worden geen gemaakte kosten vergoed tenzij deze vooraf door de Raad van Bestuur werden goedgekeurd. Er worden geen werklonen uitgekeerd alle werk is kosteloos vrijwilligerswerk.

C. Toogverbruik

In de kantinegedeelte van het bootshuis kunnen dranken genuttigd worden door de leden en niet leden. Deze dienen onmiddellijk afgerekend te worden met behulp van een poefkaart, waar met behulp van waardestickers drankconsumpties op afgevinkt worden ; de dranken die genuttigd worden via de poefkaart zijn goedkoper. De poefkaart wordt enkel aan leden verkocht.

Niet-leden, die geen band hebben met de club, kunnen ook dranken nuttigen, maar tegen het normale dranktarief.

D. Kasboek

Er wordt gewerkt met een dag kassa systeem dat alle dag inkomsten en uitgaven via de kassa registreert. Reglement en handleiding bij de kassa.

De dag kassa word afgesloten door de penningmeester of gedelegeerde en overbracht naar de boekhoudkassa.

Alle leden mogen zichzelf bedienen en ontvangen ten overstaan van de club doch enkel wanneer toezicht aanwezig is van bestuur of peters/meters .

Artikel 14: GDPR (General Data Protection Regulation) of regels rond gegevensbescherming

De persoonsgegevens bekomen bij inschrijving worden verzameld op de algemene administratie met doel een clubwerking mogelijk te maken. Enkel bestuursleden hebben toegang tot alle gegevens ; trainers hebben toegang tot die gegevens om een activiteit (wedstrijd, toertocht, training, clubevenement, ..) te kunnen organiseren.

De volgende privacyverklaring voor de leden wordt door The OAR gehanteerd :

“Uw persoonsgegevens worden verwerkt door The OAR, Vorstjensweg 17 2520 Broechem, oar@live.be voor ledenbeheer en organisatie van activiteiten op basis van de contractuele relatie als gevolg van uw inschrijving en voor direct marketing (om u op de hoogte te houden van activiteiten van The OAR) op basis van het gerechtvaardigd belang om sport aan te bieden.

Indien u niet wil dat The OAR uw gegevens verwerkt met oog direct marketing, volstaat het The OAR dit mede te delen op oar@live.be . Via dit adres kan u altijd vragen welke gegevens The OAR

over u verwerkt en ze laten verbeteren of laten wissen, of ze vragen over te dragen. Een meer uitgebreid overzicht van het beleid van The OAR op het vlak van gegevensverwerking van persoonsgegevens vindt u op www.the-oar.be.”

Persoonsgegevens, bekomen van niet-leden, door organisatie van bv een activiteit zullen ook enkel toegankelijk zijn voor de bestuursleden ; in geen geval zullen ze worden doorgegeven onder welke vorm dan ook aan andere organisaties.

Artikel 15: Communicatie

De nieuwsbrief verschijnt één maal per maand en wordt gepubliceerd op de website, per mail verspreid onder de leden die dit wensen en uitgehangen in het clubhuis.

De website bevat alle informatie met betrekking tot de club en haar activiteiten.

Getracht wordt door het bestuur om elk eerste weekend van de maand, net voor de training, een korte toelichting te geven van de op til staande activiteiten, nieuwe ontwikkelingen op de club, kleine veiligheidsmeldingen, .. . Dit om eventuele vragen direct te kunnen beantwoorden, nog enkele aansporingen te maken naar de clubagenda, ..

Ieder lid mag de bestuursvergaderingen bijwonen maar heeft inhoudelijk geen stemrecht. Wenst een lid of groep leden gehoord te worden moet dit aangevraagd worden bij een bestuurslid, welke verplicht is dit op de agenda van de bestuursvergadering te plaatsen.

Vaste data voor algemene leden en ouder vergaderingen zijn:

- De laatste zondag van januari om 12 uur: samen met de nieuwjaarsreceptie en voorstelling van het jaarprogramma,
- Een zaterdag in november (zie jaaragenda) om 18 uur: samen met de seizoen afsluiting en kampioenviering.

Verder worden bijkomende algemene ledenvergaderingen en oudercontacten georganiseerd wanneer het bestuur dit wenselijk acht.

Alle afwijkingen op de communicatie agenda worden minstens 1 maand voorafgaand gepubliceerd in de nieuwsbrief of in een bijzondere nieuwsbrief verzonden.

Het lid geeft aan de vereniging de toelating i.h.k.v. de activiteiten van de vereniging afbeeldingen van hem haar te maken, alsook om die afbeeldingen te gebruiken ter promotie van activiteiten van de vereniging.

Het lid heeft evenwel het recht om, die toestemming op elk moment in te trekken, waarop de club deze wensen zal inwilligen.

Artikel 16: Infrastructuur

1. De club heeft een uitgebreide infrastructuur (botenloods, steiger, bootshuis aanpalend aan zaal met ergometers, keuken, kleedkamers, toiletten, botenreparatiehuis, die ter beschikking staat van de leden doorheen de gebruikelijke openingsuren van de club (zie verder). Alle bestuursleden en trainers hebben een sleutel van de tussendeur (loods naar kleedkamers) en kunnen zo de andere leden toegang verschaffen.

Andere lokalen kunnen ook afgesloten zijn ; de sleutels hiervan bevinden zich in de sleutelkluis, waarvan enkel de bestuursleden ze mogen openen.

Toegang tot de club kan na afspraak met één van de bestuursleden of trainers ; dit kan ook per whatsapp, mail of telefoon.

2. De vereniging draagt geen enkele verantwoordelijkheid voor de eigendommen van welke aard ook, van leden en derden in de gebouwen en rondom aanwezig.
3. Verwarming cafetaria en kleedkamers bediening enkel toegestaan door bestuur , gedelegeerden en peters/meters.
4. Kleedkamer gebruik reglementering hangt uit in de kleedkamers en er hang een checklist aan de tussendeur (loods naar kleedkamers) die je moet nalopen als je als laatste de club verlaat.
5. De openingsuren van de club zijn in principe (tenzij anders afgesproken):

Maandag	18.30 h : begeleide trainingen voor gevorderden, toegankelijk voor peters
Dinsdag	Roeien op afspraak, toegankelijk voor peters
Woensdag	18.30 h : begeleide training Roeien op afspraak, toegankelijk voor peters
Donderdag	Roeien op afspraak, toegankelijk voor peters
Vrijdag	Roeien op afspraak toegankelijk voor peters
Zaterdag	9.30 h : begeleide training
Zondag	9.30 h : begeleide training

6. In de winterperiode tussen winter en zomerruur gaan de avondtrainingen door in het eigen clublokaal.
7. De zaal, keuken en toegedeelte kunnen door de leden gebruikt worden als feestruimte (familiefeesten, feesten met vrienden, workshops, bedrijfsfeestjes ... tegen een vergoeding. De zaal mag ook verhuurd wordt aan derden, niet verbonden aan de club, de kostprijs is dan hoger. Geen fuiven!

Toegang tot loods en atelier, wordt nooit toegestaan ; zij zijn dan ook op slot.

Elk gebruik van de zaal voor activiteiten niet verbonden aan de werking van de club vereist een ondertekend verhuurcontract, waarin de gebruiksmodaliteiten en verplichtingen zijn opgenomen (zowel zaal als omgeving gebouw, gebruik steiger, borgsom, stock van drank, gebruiksvoorwaarden keuken, opkuis, ... zijn vastgelegd) In dit contract zijn alle verbodsbepalingen opgenomen.

Deze standaard huurcontracten zijn te verkrijgen op het clubhuis en kunnen enkel rechtsgeldig getekend worden door het bestuur gedelegeerde personen. (opgenomen in verslag bestuursvergadering)

De planning van de feesten wordt bijgehouden door het bestuur. De gedelegeerde per contract zorgt ook voor de concrete ontvangst.

Artikel 17: Verzekering en aansprakelijkheid van de leden

Ieder lid is aansprakelijk voor de door hem aan de eigendommen van de vereniging aangerichte schade. Elke geconstateerde schade wordt geacht veroorzaakt te zijn door hem of hen die de betreffende zaak het laatst heeft of hebben gebruikt, indien en voor zover het tegendeel niet door de betrokkene(n) wordt aangetoond.

Het betalen van het lidgeld impliceert dat het betreffende lid verzekerd is voor alle lichamelijke schade, opgelopen tijdens een activiteit van de vereniging.

Materiële schade is niet gedekt tenzij veroorzaakt aan derden na aftrek familiale polis voorziening (wettelijk geregeld)

Leden die zich toegang verschaffen tot de vereniging buiten de toegestane aanwezigheden kunnen hierdoor zich niet beroepen op enige lichamelijke schade verzekering bij een gebeurlijk ongeval.

De leden zijn zelf verantwoordelijk hun gezondheidstoestand, over het oordeel of zij gezond en fit genoeg zijn om de sport te beoefenen. De vereniging kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor letsel opgelopen tijdens het sporten te wijten een activiteit die medisch niet verantwoord was. Dit ondanks het feit dat de wedstrijd roeiers (sters) eens per jaar een verplichte dokters keuring moeten ondergaan.

Artikel 18: Wijziging van het huishoudelijk reglement.

Dit huishoudelijk reglement kan slechts gewijzigd worden op voorstel van het bestuur en bekrachtigd door de Algemene Vergadering (ledenverzoeken kunnen gehoord worden; zie communicatie).

Wijzigingen worden gepubliceerd via de nieuwsbrief en op de website en worden per email verzonden aan de leden na de Algemene Vergadering.

Dit huishoudelijk reglement en alle navolgende wijzigingen van dit reglement treden in werking 14 dagen na de publicatie ervan op de website en ter inzage op het clublokaal.

Artikel 19: Clubkleuren

De clubkleuren zijn: rood zwart wit

De leden kunnen de officiële roeikledij rechtstreeks bij de producent aankopen via een webshop Standaard club roeipakken en kledij zijn aan te kopen bij het bestuur aan kostprijs indien zij nog voorraad heeft, anders moet men wachten op de opening van de webshop minstens 1x per jaar.

Zij zijn verplichte dracht op officiële wedstrijden en evenementen waar de inrichter dit eist.

Op deze evenementen en wedstrijden kan aanvullende kledij gedragen worden zoals legging, T-shirts en petten. Deze moet eveneens uitgevoerd zijn in de clubkleuren of een deel ervan en bovendien per ploeg gelijkvormig zijn.

Artikel 20: inschrijvingsgelden wedstrijden en toertochten

Inschrijvingsgelden voor gewone wedstrijden in België zijn inbegrepen in de lidgelden.

Deelnamebijdragen voor toertochten en wedstrijden in het buitenland betalen de deelnemers zelf.

Aldus vastgesteld in de Algemene Vergadering van de vereniging op datum van: 29 februari 2021
Namens het bestuur van de vereniging:

De voorzitter

De secretaris

Yves Royackers

Fred Van der Weehe