

# Gedragscode voor trainers

---

## **Ju-Jutsu Club Satori**

Trainers van Satori zijn meer dan lesgevers: ze zijn rolmodellen, begeleiders en bewakers van een veilige en respectvolle dojo. Deze gedragscode ondersteunt hen in die verantwoordelijkheid.

### **1. Respectvolle en veilige omgeving creëren**

- Ik zorg voor een sfeer waarin iedereen zich welkom, veilig en gewaardeerd voelt.
- Ik behandel alle sporters gelijk, ongeacht leeftijd, niveau, achtergrond of identiteit.
- Ik bewaak de fysieke én mentale veiligheid van elke deelnemer.

### **2. Professioneel en voorbeeldgedrag**

- Ik toon discipline, integriteit en respect — op en naast de mat.
- Ik ben me bewust van mijn voorbeeldfunctie en handel daar consequent naar.
- Ik gebruik mijn kennis en vaardigheden uitsluitend op een verantwoorde manier.

### **3. Duidelijke en zorgzame communicatie**

- Ik geef aanwijzingen helder, positief en opbouwend.
- Ik luister actief naar sporters en neem hun vragen en zorgen serieus.
- Ik geef feedback die motiveert en ondersteunt, nooit die kleineert.

### **4. Veilig en verantwoord lesgeven**

- Ik zorg dat technieken correct, gecontroleerd en aangepast aan het niveau worden aangeleerd.
- Ik let op signalen van vermoeidheid, pijn of overbelasting.
- Ik grijp onmiddellijk in bij onveilig gedrag of situaties.

### **5. Blijven groeien als trainer**

- Ik blijf mezelf ontwikkelen door bijscholing, training en reflectie.
- Ik sta open voor feedback van collega-trainers, sporters en ouders.
- Ik werk mee aan een cultuur van leren en verbeteren binnen Satori.

### **6. Samenwerking en teamgeest**

- Ik werk constructief samen met andere trainers en het bestuur.

- Ik draag bij aan een positieve clubcultuur waarin iedereen zich kan ontplooiën.
- Ik ondersteun sporters in hun persoonlijke doelen en respecteer hun tempo.

### **7. De geest van Satori**

Satori staat voor inzicht, bewustzijn en innerlijke rust. Als trainer streef ik ernaar deze waarden uit te dragen in mijn houding, mijn lessen en mijn omgang met anderen.