VHCM

VRIJBROEK
HOCKEYCLUB
MECHELEN

EST. 1989

ALLES WAT JE MOET WETEN

Welkom bij Vrijbroek Hockey Club Mechelen!

In deze brochure vind je alle praktische informatie en maken we je wegwijs in de werking van onze club.

Het bestuur, de trainers en coaches staan klaar om jou of je kind zo goed mogelijk te ondersteunen. Als je vragen hebt kan je altijd bij hen terecht. Onze contactgegevens staan achteraan in deze brochure. De meest recente informatie staat ook op onze website. Neem regelmatig een kijkje op https://www.vrijbroek.be/.

Veel succes en alvast een goed en sportief hockeyjaar toegewenst!

Sportieve groeten,

Het bestuur.



OVER ONZE CLUB

Vrijbroek Hockeyclub werd opgericht in 1989. Onze club bevindt zich in het Vrijbroekpark te Mechelen en telt vandaag ongeveer 260 leden.

ONZE MISSIE

VHCM organiseert hockey voor iedereen uit Mechelen en omgeving, van beginners tot gevorderden, voor zowel jeugdspelers als volwassenen.

We zijn een kleine, familiale club die kiest voor een laagdrempelige aanpak omdat we willen dat iedereen zich thuis voelt. Je bent welkom als speler, supporter of gewoon om een praatje te slaan in ons clubhuis.

Onze vzw draait op de inzet van vrijwilligers. Aarzel dus niet om een handje toe te steken!

ONZE SPORTIEVE DOELSTELLING

We willen een club zijn waar elke speler de kans krijgt om zich op sportief vlak te ontwikkelen dankzij onze kwalitatief hoge en verantwoorde opleiding.

Dit doen we het liefst onder begeleiding van eigen gediplomeerde trainers en coaches. Met spelers die willen winnen, maar ook kunnen verliezen en die sportiviteit hoog in het vaandel dragen. Spelers mogen en moeten fouten maken. Het zijn de beste leermomenten. Bij ons is elk lid van het team even belangrijk.

Als competitieclub streven we naar eerste elftallen (M/V) die zo veel mogelijk bestaan uit spelers die zijn opgeleid bij onze club.





WIE DOET WAT?

De dagelijkse werking is in handen van het **algemeen bestuur**. Onze bestuursleden worden gekozen op de jaarlijkse algemene vergadering in januari. Vandaag zijn dat:

Fons Dewilde, onze voorzitter
Lynn Verreydt, secretaris
Maxim Verreycken, penningmeester
Timmy Brion & Vincent Van Gucht, zij vormen onze sportieve cel
Wout Steurs, verantwoordelijke scheidsrechters & ICT specialist
Bram Verbruggen, organisator barwerking en contacpersoon vrijwilligers
Wannes De Schepper, verantwoordelijke communicatie

Het sportbeleid wordt uitgestippeld door de **sportieve cel**.

Sportief verantwoordelijke: lid van het bestuur én de sportieve cel. Hij rapporteert het bestuur over de sportieve gang van zaken.
Coördinator: volgt de sportieve werking op voor verschillende ploegen - vaak binnen dezelfde leeftijdcategorie - of een specifieke spelersgroep (bv. keepers). Een coördinator is meestal ook trainer. Hij/zij is hét aanspreekpunt voor coaches, trainers, ouders en spelers binnen een bepaalde categorie.
Trainers: geven training op het veld.
Coaches: coachen de ploeg tijdens wedstrijden.
De trainer en coach van een ploeg zijn idealiter dezelfde persoon.

Naast het sportieve zijn er nog tal van **andere taken**: van dagelijkse organisatie tot het coördineren of ondersteunen van onze activiteiten. Hiervoor krijgen we hulp van vrijwilligers onder leden, ouders en sympathisanten.

Teammanagers: zijn het doorgeefluik voor clubinformatie naar de verschillende teams. Bij de aanvang van het seizoen kiest elk team een teammanager. Deze is het aanspreekpunt van de ploeg en is verantwoordelijk voor de praktische organisatie. Hij of zij maakt afspraken ivm vervoer en regelt scheidsrechters bij thuiswedstrijden.
Scheidsrechters: hebben online een certificaat behaald om wedstrijden te fluiten. Iedereen kan scheidsrechter worden. Bij de jongste teams is een certificaat nog niet nodig. Wie interesse heeft mag steeds contact opnemen met Wout Steurs, onze verantwoordelijke, via secretaris@vrijbroek.be.
Projectteams: organiseren onze niet-sportieve activiteiten zoals onze wafelaktie, quiz, spaghetti-avond of bbq. Voor elke activiteit stellen we een team samen. Dit team neemt de andere vrijwilligers op sleeptouw.
Vrijwilligers: iedereen die zich geroepen voelt om af en toe een handje toe te steken, in ons clubhuis of op één van onze activiteiten. Laat dus van je horen als we een oproep lanceren via één van onze kanalen.

PRAKTISCH

INSCHRIJVING EN TARIEVEN

Nadat je je geregistreerd hebt via onze website contacteren we je om je inschrijving te regelen. Na je officiële inschrijving ontvang je automatisch een factuur met alle betalingsinfo. Elk nieuw lid krijgt een korting van €50.

Je lidmaatschap wordt automatisch verlengd. Leden die de vernieuwing van hun lidmaatschap betalen voor eind juni ontvangen bovendien een korting van €20. Ook gezinnen met meerdere leden krijgen een korting.

Het jaarlijks lidgeld omvat alle trainingen en competitiewedstrijden outdoor, een verzekering en de aansluiting bij de Belgische Hockeybond & de Vlaamse Hockey Liga. Een deel van dit geld kan je echter recupereren via de mutualiteit. Prijzen zijn afhankelijk van de leeftijdscategorie waarin je speelt. Wedstrijduniform en deelname aan de indoor competitie zit niet in het lidgeld inbegrepen.

Je vindt alle tarieven terug op onze website.

Inschrijven tijdens het seizoen

Een hockeyseizoen loopt van begin september tot eind mei, trainingen lopen door tot eind juni. Voor iemand die zich tijdens het seizoen nog wil inschrijven, wordt het lidgeld berekend op basis van de resterende looptijd van dat seizoen.

VERZEKERING

Na je inschrijving ben je automatisch verzekerd. De volledige polis kan je bekijken op https://hockey.be/nl/vhl/documenten-2/verzekeringen/ Op deze webpagina kan je ook de nodige aangifteformulieren voor burgerlijke aansprakelijkheid en lichamelijke ongevallen downloaden. Aangifteformulieren stuur je ingevuld naar secretaris@vrijbroek.be.

MUTUALITEIT

Afhankelijk van je ziekteverzekering wordt een deel van het lidgeld terugbetaald. Vraag hiervoor een attest via secretaris@vrijbroek.be

WAT HEB JE NODIG?

Op training volstaan sportieve kledij, hockeyschoenen, een bit en beenbeschermers. Een bit kan je kopen in ons clubhuis (€6), sticks zijn beschikbaar op de club. Na verloop van tijd koop je best een eigen stick.

Wedstrijduitrusting

Als je deelneemt aan de wedstrijden heb je ook een wedstrijdshirt, kousen, een short/rokje en een 2e shirt voor uitwedstrijden nodig. Die laatste wordt gebruikt als de uitrusting van de thuisploeg te gelijkend is.

Onze wedstrijduitrusting is te koop bij DNA Hockey, Antwerpsestraat 482A (Boomsestwg.) in Boom.
Voor een gepersonaliseerd shirt stuur je een mailtje naar mail@dnahockey.be met vermelding van onze club, je wedstrijdnummer, familienaam en de eerste letter van je voornaam.

Een wedstrijdnummer vraag je aan via je teammanager.

SPELREGELS

Het zou ons te ver leiden om in deze brochure de spelregels van het veldhockey volledig uit de doeken te doen. Een beschrijving van alle spelregels, opgedeeld per leeftijdscategorie, vind je op http://hockey.be/nl/competitie/outdoor-hockey/%20spelregels-1/ .

Voor een begrijpbare samenvatting van hoe het spel gespeeld wordt, stuur een mailtje naar redactie@vrijbroek.be en we sturen je met plezier een pdf met het hockeyspel in een notendop.

ONZE SPORTIEVE WERKING

AANBOD

Omdat we niemand willen uitsluiten organiseren we een breed aanbod aan hockey activiteiten.

Kleuterhockey
Voor kleuters vanaf drie jaar. Spelenderwijs stimuleren we kleutertjes om hun vaardigheden te ontwikkelen en leren we hen de basis hockeytechnieken. De focus ligt op samenspel en plezier. Kleuters nemen nog niet deel aan de competitie.

Jeugdploegen (U6 tem U19)
Spelers worden volgens leeftijd verdeeld in gescheiden jongens- en meisjesploegen die tweemaal per week trainen. In het weekend worden er wedstrijden gespeeld. Een wedstrijdseizoen loopt van september tot in mei, met een winterstop in december en januari. Voor U6 teams begint het seizoen pas na de winterstop. Tijdens de winterstop kunnen ploegen deelnemen aan een indoor competitie.

G-hockey
G-hockey richt zich op jongeren (vanaf 12 jaar) en volwassenen met een verstandelijke beperking. Genieten van sport- en spelactiviteiten in teamverband staan hier centraal.

Volwassenen
Onze club telt vier teams die deelnemen aan de reguliere competitie: Dames, Heren, Junior Ladies (30+) en Gentlemen (35+).

Daarnaast organiseert Vrijbroek ook trimhockey, een recreatieve gemengde dames- en herenploeg zonder competitieverplichtingen. De sport richt zich zowel op beginners als op spelers voor wie een engagement voor de competitie niet langer haalbaar is.

Trimtrainingen hebben echter ook een sociale functie binnen onze club. Alle leden en ouders zijn dus welkom om deel te nemen.





TRAININGEN

Trainingen gebeuren per leeftijdscategorie. De juiste trainingsuren vind je terug op onze website vrijbroek.be onder club, tarieven/trainingen.

Naast de vaste trainingen wordt er ook getraind op specifieke vaardigheden (keepers) of worden er doorgedreven trainingen georganiseerd (hyper).

Bij sneeuw of vrieskoude wordt er niet getraind, bij regenweer in principe wel. Voorzie dus regenkledij, want zonder tegenbericht gaat een training gewoon door. Als trainingen of wedstrijden worden afgelast verwittigen we je zo snel mogelijk via een nieuwsbrief, de hockey app of de teammanager.

Tijdens de schoolvakanties zijn er geen trainingen.

COMPETITIE

Vanaf september tot mei zijn er competitiewedstrijden, georganiseerd door de Vlaamse Hockeyliga en onderbroken door een winterstop van december tot eind januari. Bij de U6 wordt pas vanaf januari competitie gespeeld omdat eerst de basisvaardigheden worden aangeleerd.

De jeugd speelt zijn wedstrijden meestal op zaterdagvoormiddag. Voor de oudere jeugdreeksen kan dit ook zaterdagnamiddag zijn. Dames en Heren spelen meestal op zondag. De Junior Ladies en Gentlemen spelen hun wedstrijden op maandag, om de 14 dagen.

Wedstrijden worden meestal afwisselend thuis en op verplaatsing gespeeld.

We verwachten dat iedereen die in een wedstrijdteam wordt ingedeeld, zoveel mogelijk deelneemt aan de wedstrijden. Dit betekent dat men soms keuzes moet maken. Je ploeg rekent op je!

Alle info over de wedstrijden vind je terug in de hockey app. Via deze app vul je ook de aanwezigheid van je kind in. Doe dit een aantal dagen voor de wedstrijd. Alle info over de hockey app vind je in hoofdstuk 5.

Het vervoer bij uitwedstrijden wordt georganiseerd door de teammanager. Hij gaat na welke ouders kunnen rijden. Probeer dit evenwichtig te verdelen.

Overzicht:

U6/U7 - op 1/8 veld, 4 tegen 4, zonder keeper - wedstrijdduur 2x20 min.

u8 - op 1/4 veld, 6 tegen 6 (5+1 keeper) - wedstrijdduur 2x25 min.

U9/U10/U11/U12 - op 1/2 veld, 8 tegen 8 - wedstrijdduur 2x25 min.

Vanaf U14 worden wedstrijden op een volledig veld gespeeld, in teams van 11 spelers.

DEELNAME AAN WEDSTRIJDEN

Om nieuwe spelers vlot te laten integreren laten we hen zo snel mogelijk deelnemen aan wedstrijden. Op training voorzien we een inloopperiode van maximaal 2 maanden. Vanaf U14 gebeurt dit in samenspraak met de trainer.

Omdat maar een beperkt aantal spelers op een wedstrijdblad mogen ingevuld worden, maakt de trainer of coach een selectie als er te veel spelers zijn. Hij laat ten laatste woensdag weten wie mag spelen.

Tot U12 wordt geen rekening gehouden met de trainingsaanwezigheid, maar werkt men met een beurtrol. Vanaf U12 kan een trainer of coach rekening houden met aanwezigheid of inzet om zijn selectie te maken. De trainer beslist over de spelgelegenheid van z’n spelers.

Het is belangrijk dat iedereen, ongeacht zijn of haar kwaliteiten, voldoende spelgelegenheid krijgt om zich te ontwikkelen. We streven naar een minimum van 50 % spelgelegenheid per wedstrijd.



KEEPERS

Tot en met U8 worden op wedstrijden nog geen keepers ingezet.

Bij U9 en U10 staan alle spelers om beurten in doel. Zo leren ze het belang van een keeper.

Vanaf U11 kan er met een vaste keeper gewerkt worden.
Of, beter nog, twee spelers die om beurten het doel verdedigen.

Trainingen

Vanaf U9 worden afzonderlijke keepertrainingen voorzien. De uren hiervan vind je terug op onze website.

INDOOR COMPETITIE

Tijdens de winterstop kunnen spelers die willen, deelnemen aan een korte indoor competitie. We lanceren hiervoor tijdig een oproep.

Voor spelers die hun technische vaardigheden willen ontwikkelen is deze competitie een échte aanrader. Deelnemers zijn steeds enthousiast. Bijkomende uitrusting zoals een gesloten handschoen en een (lichtere) outdoor stick zijn wel verplicht. Sticks vind je reeds vanaf €25.

Onze club organiseert vanaf 2020 jaarlijks een info vergadering waarop we alles vertellen over de indoor competitie.

ZOMERKAMPEN EN TOPSTAGES

VHCM organiseert tijdens de zomervakantie een aantal hockey- en omnisport kampen. Deze kampen hebben een recreatief karakter en zijn geschikt voor alle kinderen van 5 tot 16 jaar.

Voor onze eigen spelers organiseren we tijdens de paasvakantie en in augustus ook topstages. Hier ligt de focus 100% op de hockeysport.

Alle kampen en stages worden tijdig aangekondigd via onze website of nieuwsbrief.

DOORSTROMING EN PLOEGINDELING

Spelers worden ingedeeld bij een ploeg volgens geslacht en geboortejaar. Volgens deze criteria organiseert de hockeybond ook zijn competitie. Onder uitzonderlijke voorwaarden staat de KBHB afwijkingen (derogaties) toe. Vriendschappen, familiale banden en spelerskwaliteit zijn geen redenen voor een derogatie.

Als er bij onze jeugdploegen voldoende leeftijdsgenoten zijn proberen we twee ploegen samen te stellen. Zo krijgen de spelers meer speelkansen. Vriendschappen en familiale banden kunnen een rol spelen bij de indeling. Bespreek dit met de sportief verantwoordelijke of iemand van de sportieve cel.

Bij het verdelen van de ploegen moet de club rekening houden met zowel de spelers als met het belang van de club. Daarom bekijken we de zaken vanuit een lange-termijn visie. Twee U8 ploegjes van 5 spelers zullen immers ooit opnieuw samensmelten tot één groot team. Wat vandaag een moeilijke beslissing is, kan op termijn de juiste keuze zijn. We streven naar zoveel mogelijk teams met spelers van hetzelfde geboortejaar en geslacht.

Goede commmuncatie met alle betrokkenen is dus cruciaal.
De club neemt hier het initiatief maar beslist uiteindelijk ook.

OPLEIDINGEN

Trainers
De club organiseert zelf 2 tot 3 opleidingsmomenten per seizoen voor trainers en rond het thema coaching.

Scheidsrechters
Bij elke thuiswedstrijd moet een team twee scheidsrechters opstellen. We hebben dus een pak scheidsrechters nodig. Hier vragen we aan elk team het engagement om dit zoveel mogelijk zelf te organiseren.

The proof of the pudding is in the eating. Arbitrage leer je slechts al doende. Vroeg begonnen is dus half gewonnen: wie begint bij de kleintjes kan geleidelijk meegroeien. Bij de jongsten zijn de regels minder strikt en is het eerder een zaak van goed begeleiden.

Wie wedstrijden voor oudere spelers wil fluiten moet geslaagd zijn voor het door de KBHB georganiseerd online scheidsrechtersexamen. Dit examen bestaat uit een reeks meerkeuzevragen. Je bereidt dit voor op eigen tempo via een online oefenmodule. Het examen zelf duurt ongeveer een kwartiertje. Wie slaagt is automatisch geregistreerd als scheidsrechter en kan beginnen.

Interesse? Stuur een mailtje naar secretaris@vrijbroek.be



EXTRA SPORTIEVE ACTIVITEITEN EN ONZE VRIJWILLIGERSWERKING

BARWERKING

Naast het jaarlijks inschrijvingsgeld factureren we per gezin ook een vaste bijdrage van 25 euro voor onze barwerking. Zodra een lid, of iemand van z'n familie, tijdens het seizoen twee barshiften gedaan heeft is dit bedrag terugverdiend. Meer nog: ook elke bijkomende shift wordt verrekend. Het verdiende bedrag wordt dan in mindering gebracht op de factuur van het daaropvolgende seizoen. Bij uitschrijving uit onze club wordt het tegoed gewoon terugbetaald. Niemand is verplicht zich mee in te zetten voor onze barwerking.

Een doodle met de in te vullen barshiften wordt elke maand door het clubhuis team per mail uitgestuurd naar alle leden.

ACTIVITEITEN

Omdat we ook een club zijn voor de hele familie, organiseren we gedurende het jaar ook een aantal activiteiten waaraan ook de minder sportieven onder ons kunnen deelnemen. De opbrengst van deze activiteiten gaat integraal naar de werking van onze club.

Het aanbod kan jaar na jaar verschillen, al kennen we ondertussen een aantal vaste waarden:

Wafelaktie
Halloween
Quiz
Sinterklaas
Kerstmismatch
Spaghetti-avond
Familie-tornooi en BBQ

Daarnaast proberen we als club ook aanwezig te zijn op activiteiten, georganiseerd door de stad of provincie: sportmarkt, vurige winteravond (Vrijbroekpark) of Mechelen Speelstad.



BLIJF OP DE HOOGTE: OVER ONZE COMMUNICATIE

Omdat we een open en duidelijke communicatie belangrijk vinden, doen we dit via verschillende platformen. Zo blijft iedereen op de hoogte van de laatste stand van zaken.

HockeyApp

Met deze mobiele applicatie van de Belgische Hockeybond beheer je je hockeyseizoen eenvoudigweg vanop je smartphone of tablet. Je vindt er wedstrijdinformatie zoals startuur, locatie, uitslagen of vult er je aanwezigheden in. Af en toe gebruikt onze club de app ook om jullie reminders te sturen. De Belgium Hockey App is gratis beschikbaar via Apple store of Google play.

Om een account aan te maken gebruik je het e-mailadres dat gekend is bij onze club (en dus bij de Bond). Dit is NOODZAKELIJK als je wil dat je persoonsgegevens worden overgenomen en je automatisch je eigen programma als speler/ouder kan bekijken.

Een volledige gebruikshandleiding vind je terug op
https://hockey.be/nl/competitie/hockeyapp/
Bij vragen kan je altijd terecht bij Wout Steurs via secretaris@vrijbroek.be.

Teammanagers

Zij zijn het doorgeefluik voor informatie naar de verschillende teams en het eerste aanspreekpunt binnen elk team. Het bestuur zorgt ervoor dat zij goed op de hoogte zijn van het reilen en zeilen binnen de club.

Whatsapp

Niet dat we er aandelen van hebben, maar in de praktijk wordt whatsapp vaak gebruikt voor de dagdagelijkse communicatie tussen club en teammanagers, teammanagers en ouders, binnen de verschillende werkgroepen (quiz, wafelactie, spaghetti-avond, bbq, scheidsrechters...). 't Is maar dat u het weet.

Nieuwsbrief

Onze nieuwsbrief gebruiken we voor specifieke aankondigingen zoals een wijzigingen van het trainingsschema , een aflasting of om activiteiten aan te kondigen naar heel de club toe. Als lid krijg je hem regelmatig in je mailbox.

Informatiemomenten

Om praktische redenen voeren we de meeste communicaties via digitale kanalen. Toch organiseren we jaarlijks een aantal 'live' informatiemomenten. Deze geven onze club een gezicht en zijn de uitgesproken gelegenheid voor leden en ouders om specifieke vragen te stellen.

Ouderavond

Bij de aanvang van elk sportief jaar organiseren we een ouderavond om nieuwe leden wegwijs te maken in de werking van onze club.

Indoor info-avond

Hierop geven we tekst en uitleg bij de indoorcompetitie. Wat zijn de belangrijkste regels? Hoe organiseren we dit? Wie kan zich inschrijven?

Algemene vergadering

Op deze vergadering presenteert het bestuur een overzicht van het afgelopen jaar en de plannen voor het komende werkjaar. Bij VHCM vindt deze plaats in januari. De vergadering wordt traditioneel afgesloten met een nieuwjaarsdrink voor alle leden, ouders en sympathisanten. Iedereen is dus welkom!

Website

Het platform waar je alle praktische informatie over onze club terugvindt. Hij maakt gebruik van dezelfde databank als de HockeyApp, en is dus steeds up-to-date. Hier brengen we ook verslagen, foto's en andere nice-to-haves. Neem dus regelmatig eens een kijkje op https://www.vrijbroek.be/.

ALGEMENE REGELS EN AFSPRAKEN

- Kom op tijd of verwittig tijdig als je niet kan komen. Het is een teken van respect naar de hele ploeg. Hockey is een teamsport.
- Heb respect voor de trainer en coach. Zij trachten elke speler te doen groeien binnen zijn/haar mogelijkheden.
- De scheidsrechter heeft altijd gelijk. We houden het beleefd en respectvol. Ook al ben je het niet eens met de scheidsrechter tijdens een wedstrijd, jezelf boos maken zorgt er alleen maar voor dat je aandacht niet meer naar het hockeyspel gaat en de wedstrijd veel moeilijker zal verlopen.
- Op Vrijbroek speel je *thuis*. Draag dus zorg voor het domein, het clubhuis en alle faciliteiten. Laat geen spullen slingeren en werp afval in de vuilnisbak.
- Toon respect voor de tegenspelers en hun supporters. Iedereen doet zijn best en wil er een toffe match van maken. Een positieve inzet en communicatie wordt dan ook verwacht. Ook als supporter blijf je beleefd tegen een tegenstander. Voor hooliganisme achter de zijlijn is in het hockey geen plaats.
- Bedank na de wedstrijd altijd de tegenstander, de scheidsrechter en de coach door een hand te geven. Wanneer je zelf respect geeft zal je ook respect krijgen.
- Bedank ook de supporters. Zonder hen die je aanmoedigen zou het een stuk lastiger gaan.
- Pestgedrag op en naast het veld wordt op geen enkele manier getolereerd. Spreek mensen hierop aan of verwittig trainer of teammanager. In samenspraak met het bestuur kan eventueel beslist worden over sancties.
- Geen enkele speler kan een vergoeding ontvangen voor zijn/haar deelname aan wedstrijden/trainingen.

NUTTIGE INFO

Vrijbroek Hockey Club Mechelen

Hombeeksesteenweg 264
2800 Mechelen, België

info@vrijbroek.be
https://www.vrijbroek.be/

GPS : Ridder Dessainlaan 65 - 2800 Mechelen

Openingsuren clubhuis

woensdag	17.00-19.30u
vrijdag	17.15-19.30u
zaterdag	tussen 9 en 15u, afhankelijk van thuiswedstrijden
zondag	afhankelijk van thuiswedstrijden