

WEDSTRIJDCODE – VOLLEY SCHEPDAAL VZW

Artikel 1

45 minuten voor de wedstrijd is iedereen aanwezig in de zaal.

Artikel 2

30 minuten voor de wedstrijd is iedereen op het terrein in uniforme kleding (taping indien nodig, reeds uitgevoerd), klaar om de opwarming te starten.

Tijdens thuiswedstrijden worden de zaal (reclameborden, stoelen, banken, scheidsrechterstoel, scorebord, etc.), de palen en de netten door de spelers of speelsters in orde gebracht. De kapitein, trainer of coach geeft het signaal om aan de opwarming te beginnen.

Artikel 3

Spelers of speelsters die niet op het terrein staan (bank), moeten op ieder ogenblik klaar zijn voor een wissel. Bij elke time-out verzamelt de hele ploeg zich rond de coach en/of trainer.

Artikel 4

Op de bank en naast het terrein zal steeds orde heersen.

Artikel 5

Alleen de ploegkapitein mag de officiële (scheidsrechter, markeerders) toespreken. Hij/zij doet dit op een beleefde manier.

Artikel 6

Na elke wedstrijd zal iedere speler of speelster de tegenstrever en scheidsrechter(s) de hand drukken. De kapitein zal eveneens de andere officiële groeten.

Artikel 7

Na het groeten van de tegenstrever en scheidsrechter(s) verzamelt de groep zich rond de coach. Een korte nabespreking wordt gehouden, waarin ook mogelijk de afspraken voor de volgende training of wedstrijd worden gemaakt.

Artikel 8

Na de nabespreking neemt iedereen deel aan het wegbergen van het materiaal (reclameborden, stoelen, palen, netten, zitbanken) en aan de na-stretching en cool-down.

Artikel 9

Tijdens matches en toernooien zullen de raadgevingen in verband met de actieve recuperatie strikt gevolgd worden (stretching en cool-down). De club rekent op een gezonde levenswijze in het algemeen bij ieder spelend lid.

Artikel 10

Een gekwetste speler of speelster is zeer gewenst aanwezig op de wedstrijd.

Artikel 11

Fair play op het terrein (t.o.v. ploegmaat en tegenstander) wordt nooit uit het oog verloren.