



Gedragcode SJOK

Stichting voor Japanse en Okinawaanse Krijgskunsten

Vastgesteld door het bestuur op 18 augustus 2026, Groningen

1. Waarom deze gedragscode

Bij de SJOK trainen we in traditionele krijgskunsten uit Japan en Okinawa: aikido, karate, iaijutsu en kenjutsu. Respect, discipline, bescheidenheid en zorg voor elkaar zijn in de budo geen bijzaak, maar de kern van wat we doen. Elke les begint en eindigt niet voor niets met een groet (rei): een teken van wederzijds respect.

Deze gedragscode legt vast wat we bij de SJOK van elkaar mogen verwachten, zodat iedereen — jong en oud, beginner en gevorderde — veilig en met plezier kan trainen. De code sluit aan bij de gedragscodes van NOC*NSF en bij het 'Gronings normaal' van de gemeente Groningen (de vier basiseisen voor sociale veiligheid: vastgestelde gedragscode, vertrouwenscontactpersoon, Verklaring Omtrent het Gedrag en vakkundige leraren).

2. Algemene uitgangspunten — voor iedereen

Deze uitgangspunten gelden voor iedereen die bij de SJOK betrokken is: leden, ouders, leraren, assistenten, bestuursleden, vrijwilligers en bezoekers.

- **Respect.** We behandelen elkaar met respect, in woord en gedrag — op de mat, in de kleedkamer en daarbuiten.
- **Gelijkwaardigheid.** We maken geen onderscheid naar godsdienst, levensovertuiging, afkomst, huidskleur, geslacht, seksuele gerichtheid, leeftijd of beperking, en onthouden ons van discriminerende, kleinerende of intimiderende opmerkingen en gedragingen.
- **Grenzen.** We respecteren de grenzen van de ander. Fysiek contact hoort bij onze krijgskunsten, maar is altijd functioneel, passend bij de techniek en gericht op het leren. Buiten de normale trainingssituatie raken we niemand tegen zijn of haar wil aan.
- **Etiquette.** We houden ons aan de dojo-etiquette, de huisregels en de aanwijzingen van de leraar, en gaan zorgvuldig om met de dojo, de materialen en elkaars eigendommen.
- **Openheid.** Wie ongewenst of grensoverschrijdend gedrag ziet of ervaart, kan daarmee altijd terecht bij de leraar, het bestuur of de vertrouwenscontactpersoon. Melden is geen klikken; het houdt onze dojo veilig.

3. Gedragsregels voor leden (sporters)

- Is open: word je gevraagd iets te doen dat tegen je eigen gevoel, normen of waarden ingaat, meld dit dan bij je leraar, het bestuur of de vertrouwenscontactpersoon.
- Respecteert trainingspartners, leraren, examinatoren en toeschouwers, en let op zijn of haar taalgebruik.
- Respecteert afspraken: komt op tijd, meldt zich tijdig af, luistert naar instructies en houdt zich aan de regels en de dojo-etiquette.
- Taint met zorg voor de ander: past kracht en tempo aan het niveau van de trainingspartner aan en stopt direct wanneer de partner aftikt of aangeeft dat het te veel is.
- Gaat netjes om met de omgeving: laat kleedkamer en dojo netjes achter, ruimt materialen (waaronder wapens zoals bokken, jo en iaitō) zorgvuldig en volgens de regels op.



- Blijft van anderen af: raakt buiten de normale sportbeoefening niemand tegen zijn of haar wil aan.
- Tast niemand aan in zijn of haar waarde: geen discriminerende, kleinerende of intimiderende opmerkingen of gedragingen, ook niet online of in groepsapps.
- Is eerlijk en sportief: gebruikt geen verbaal of fysiek geweld buiten de technieken van de training en gebruikt geen doping of stimulerende middelen.
- Meldt overtredingen van deze code bij de leraar, het bestuur of de vertrouwenscontactpersoon.

4. Gedragsregels voor ouders en verzorgers

- Toon belangstelling voor je kind en moedig positief aan; laat het lesgeven aan de leraar over.
- Respecteer de rust en de etiquette van de dojo wanneer je een les bijwoont.
- Spreek bij vragen of zorgen de leraar of het bestuur aan — niet tijdens de les, maar erna of via info@sjok.nl.
- Zorg dat je kind op tijd aanwezig is en meld het tijdig af bij verhindering.
- Signaleer je iets dat niet in de haak lijkt, meld dit dan bij het bestuur of de vertrouwenscontactpersoon.

5. Gedragsregels voor leraren, assistenten en begeleiders

- Zorgt voor een omgeving en sfeer waarin sociale veiligheid gewaarborgd is en ook zo wordt ervaren.
- Kent de regels en richtlijnen (waaronder deze gedragscode) en zorgt dat sporters ervan op de hoogte zijn.
- Is zich bewust van zijn of haar voorbeeldrol en machtspositie als sensei en gebruikt die positie nooit op onredelijke of ongepaste wijze.
- Onthoudt zich van elke vorm van (machts)misbruik, (seksuele) intimidatie en seksueel contact met minderjarige leden. Elk seksueel of intiem contact tussen leraar en minderjarige is ontoelaatbaar.
- Raakt sporters alleen functioneel aan: fysiek contact is onderdeel van het aanleren van technieken, wordt waar nodig aangekondigd of toegelicht, en respecteert altijd de grens van de sporter.
- Dringt niet verder door in het privéleven van sporters dan noodzakelijk en gaat terughoudend en met respect om met sporters in kleedkamers en andere privésituaties. Eén-op-éénsituaties met minderjarigen worden zoveel mogelijk vermeden.
- Onthoudt zich van discriminerende, kleinerende of intimiderende opmerkingen en gedragingen.
- Gedraagt zich hoffelijk en respectvol, ook richting andere scholen en stijlen, en beschadigt de krijgskunst en de stichting niet door zijn of haar uitlatingen.
- Neemt geen gunsten, geschenken of diensten aan die de integriteit kunnen aantasten, en meldt dergelijke aanbiedingen bij het bestuur.
- Is alert op waarschuwingssignalen van ongewenst gedrag en meldt deze bij het bestuur of de vertrouwenscontactpersoon; twijfel is reden genoeg om te overleggen.
- Drinkt geen alcohol direct voor of tijdens het lesgeven.
- Beschikt over een geldige Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG) en werkt mee aan de periodieke vernieuwing daarvan.



6. Gedragsregels voor bestuursleden en vrijwilligers

- Zorgt voor een veilige omgeving en schept een klimaat waarin sociale veiligheid vanzelfsprekend is en bespreekbaar blijft.
- Is dienstbaar: handelt in het belang van de leden en de stichting, niet in het eigen belang.
- Is open en integer: handelt transparant, meldt (mogelijke) belangenverstrengeling en gaat zorgvuldig en vertrouwelijk om met persoonsgegevens van leden.
- Stelt geen oneigenlijke eisen en misbruikt zijn of haar positie niet.
- Ziet toe op de naleving van deze gedragscode, de aanwezigheid van geldige VOG's en de bekendheid van de vertrouwenscontactpersoon.
- Neemt meldingen en signalen van ongewenst gedrag altijd serieus, behandelt ze vertrouwelijk en zorgt voor een zorgvuldige opvolging.

7. Melden en de vertrouwenscontactpersoon

Ervaar of zie je gedrag dat niet past bij deze code — zoals pesten, discriminatie, intimidatie of ander grensoverschrijdend gedrag — dan kun je terecht bij:

- de leraar van je discipline of het bestuur (info@sjok.nl, 050-3112119);
- de vertrouwenscontactpersoon van de SJOK: Sarah Pater, bereikbaar via email: vertrouwenspersoon@sjok.nl . Een gesprek met de vertrouwenscontactpersoon is vertrouwelijk;

8. Vaststelling en naleving

Deze gedragscode is vastgesteld door het bestuur van de SJOK op 18-08-2026 en geldt voor iedereen die aan activiteiten van de stichting deelneemt of daarbij betrokken is. De code is te vinden op www.sjok.nl en hangt zichtbaar in de dojo. Nieuwe leden en vrijwilligers worden bij inschrijving of aanstelling op de code gewezen.

Bij overtreding van deze code kan het bestuur passende maatregelen nemen, variërend van een gesprek of waarschuwing tot ontzegging van de toegang tot de lessen. Bij (vermoedens van) strafbare feiten wordt aangifte gedaan.