

V.J.J.F.



術

Handleiding medische keuring Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw

Inhoudsopgave

Voorafgaand	2
Q & A	2
Stappenplan voor uw medische keuring ju-jitsu	4
Medische keuring voor recreatieve ju-jitsuka tot en met 13 jaar	4
Medische keuring voor recreatieve ju-jitsuka vanaf 14 jaar	5
Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka tot 13 jaar – Alle VJJF-wedstrijdvormen	6
Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka vanaf 14 jaar – Alle VJJF-wedstrijdvormen	7
Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka tot 13 jaar – enkel Random Attacks of Ground Fight	8
Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka vanaf 14 jaar - enkel Random Attacks of Ground Fight	9
Medische keuring voor eliteju-jitsuka in Duo, Fighting of Ju-Jitsu (ne waza) vanaf 18 jaar	10

Voorafgaand

De Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw beschouwt uw fysieke en psychische gezondheid als prioritair. Een medische keuring die de risico's op ernstige gevolgen voor de gezondheid significant beperkt, is hierbij van het grootste belang.

Medische keuringen zijn nodig voor bepaalde wedstrijdvormen, maar de federatie raadt daarnaast een medische keuring aan voor al haar leden, ook zij die niet deelnemen aan wedstrijden. Er zijn verschillende types medische keuringen. U moet gewoon de keuring selecteren die voor u of uw kind van toepassing is.

Q & A

Af en toe krijgen we vragen over de keuringen. Vooraleer wij een kort stappenplan geven van wat u moet doen voor uw medische keuring, vindt u hieronder een paar korte verduidelijkingen.

1. Waar hebben leden van de V.J.J.F. vzw een medische keuring ju-jitsu voor nodig?
 - Welk niveau van kampioenschappen?
 - i. Wedstrijdevenementen die door de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw ge(co)organiseerd en/of erkend zijn: Belgisch Kampioenschap, Vlaams Kampioenschap, Open Vlaams Kampioenschap, provinciale kampioenschappen en open provinciale kampioenschappen.
 - ii. Internationale wedstrijden die worden erkend en/of georganiseerd door de JJIF of JJEU.
 - iii. Een medische keuring is dus niet verplicht voor bv. een clubkampioenschap.
 - Welke wedstrijdvormen?
 - i. VJJF-wedstrijdvormen die worden erkend door de JJIF en JJEU:
 1. Fighting.
 2. Duo.
 3. Ju-Jitsu (ne waza [BJJ]).
 - ii. Andere VJJF-wedstrijdvormen:
 1. Random Attacks.
 2. Ground Fight.
 - iii. Een medische keuring is niet verplicht voor niet-VJJF-wedstrijdvormen dan bovenstaande, **MAAR** let op dat de verzekering van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw uw deelname aan evenementen dekt in haar polis.
 - iv. Een medische keuring die toegang geeft tot de kampioenschappen Fighting, Duo en Ju-Jitsu, geeft ook toegang tot de wedstrijdvormen Random Attacks en Ground Fight maar niet andersom.
 - Even testen – Heb ik een medische keuring nodig voor...
 - i. Een provinciaal kampioenschap Duo? - Ja.
 - ii. Een clubkampioenschap Fighting? - Nee.
 - iii. Een Vlaams Kampioenschap Random Attacks? - Ja.
 - iv. Een interclubwedstrijd Ground Fight? - Nee.

2. Waar vind ik de keuringsattesten terug?

- Ieder lid van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw heeft een persoonlijke account op het [ledenbestand van de federatie](#). U kan het juiste blanco keuringsattest daar downloaden van het scroll-downmenu rechts boven bij 'documenten'. Voor elke doelgroep is er een apart blanco attest voorzien. U hoeft enkel het attest te downloaden dat op u of uw kind van toepassing is.

3. Wat doe ik met mijn keuringsattest nadat dit door de arts is ingevuld?

- Voor deelname aan wedstrijden is een correct medisch attest verplicht. De keuring moet **verplicht** worden **ingegeven in het ledenbestand** van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw. Hoe dit gebeurt, vindt u iets verder terug in het stappenplan. Het attest moet het VJFF-secretariaat **ten laatste een week voor het kampioenschap** bereiken.

4. Moet ik verplicht het medisch keuringsattest van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie gebruiken?

- **Ja !** De reden hiervoor is eenvoudig. De medische commissie van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie stelt vast welke medische tests van toepassing zijn op ju-jitsu. Indien een arts onvoldoende vertrouwd is met de sporttak, is het moeilijk om te beslissen wat hij/zij moet testen. Een medische keuring die niet wordt geattesteerd op een attest van de V.J.J.F. vzw is ongeldig.
- Uitzondering – Voor leden die een Topsportstatuut genieten geldt een attest van Dr. Peter Vervoort, die de sportmedische keuringen uitvoert voor de topsportafdeling.

5. Is de leeftijd van de doelgroep deze van het lid of deze van de leeftijdscategorie van de wedstrijden?

- Zeer simpel – De leeftijd van de doelgroep is van toepassing op de **werkelijke leeftijd van het lid**. De leeftijdscategorie waarin het lid kampt op wedstrijden, is niet van toepassing. Is het lid 13 jaar of jonger, dan moet het dus een medische keuring hebben tot 13 jaar. Is het lid 14 jaar of ouder, dan moet het een medische keuring hebben voor de doelgroep 'vanaf 14 jaar'.
- Er is een beperkte overgangperiode van 30 dagen voorzien. D.w.z. dat leden tot 30 dagen na de 14^{de} verjaardag nog aan wedstrijden mogen deelnemen met een medische keuring tot 13 jaar. Eliteatleten kunnen daarom nog tot de leeftijd van 18 jaar en 30 dagen aan wedstrijden deelnemen met een wedstrijdkeuring die van toepassing is op wedstrijdju-jitsuka vanaf 14 jaar.
- Een lid is 13 jaar tot de leeftijd van 13 jaar en 364 dagen (365 dagen in een schrikkeljaar). Vanaf de 14^{de} verjaardag is het lid 14 jaar oud.
- Een lid kan geen medisch attest voorleggen voor een doelgroep van een hogere leeftijdscategorie. D.w.z. dat een lid van 13 jaar of jonger geen medisch keuringsattest kan voorleggen voor een doelgroep van 14 jaar of ouder.
- De medische keuring is eenmalig per doelgroep. U moet dus niet jaarlijks een medische keuring ondergaan.
- Topsporters met een elitestatuuut zijn verplicht om eenmalig een elitekeuring te ondergaan vanaf de leeftijd van 18 jaar. De Topsportafdeling mag echter het aantal tests uitbreiden en de frequentie van de keuringen verhogen.

Stappenplan voor uw medische keuring ju-jitsu

Medische keuring voor recreatieve ju-jitsuka tot en met 13 jaar

Deze keuring wordt aanbevolen maar is niet verplicht !

1. Ga naar de website www.sportkeuring.be en vul de vragenlijst in.
2. Print de ingevulde vragenlijst af OF stuur deze via de website door naar uw arts. Dit mag uw huisarts zijn.
3. Ga naar [uw account](#) op het ledenbestand van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw
 - Heeft u nog geen inloggegevens?
 - i. U kan deze opvragen door op de inlogpagina op 'klik hier' te klikken (kleine letters). U ontvangt uw login-gegevens op uw e-mailadres (kijk ook even in de spam-folder).
 - ii. Let wel - Uw clubbestuur dient wel uw e-mailadres te hebben ingegeven op het ledenbestand. Als er een probleem is, neemt u best contact op met uw clubbestuurslid of met het secretariaat van de V.J.J.F. vzw op admin@vjf.be.
4. Wanneer u ingelogd bent, klikt u rechts bovenaan op het scroll-downmenu bij 'documenten'.
5. U selecteert het document 'Attest medische keuring voor recreatieve ju-jitsu tot en met 13 jaar'. Dit is een blanco attest.
6. U print het blanco attest af en maakt een afspraak met de arts.
7. U geeft het blanco attest + uw ingevulde vragenlijst (zie punt 2 - indien niet doorgestuurd via de website) af aan de arts zodat deze weet welke tests hij/zij moet uitvoeren.
8. Uw arts vinkt op het attest aan welke tests werden uitgevoerd en of u de toelating heeft om ju-jitsu te beoefenen op recreatief niveau.
9. U scant het attest dat door de arts werd ingevuld in en stuurt dit per e-mail naar admin@vjf.be. Het attest moet goed leesbaar zijn.
10. Het secretariaat van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vult uw ledenbestand aan zodat hierop zichtbaar is dat u over een medische keuring beschikt voor recreatief ju-jitsu tot de leeftijd van 13 jaar.

Medische keuring voor recreatieve ju-jitsuka vanaf 14 jaar

Deze keuring wordt aanbevolen maar is niet verplicht !

1. Ga naar de website www.sportkeuring.be en vul de vragenlijst in.
2. Print de ingevulde vragenlijst af OF stuur deze via de website door naar uw arts. Dit mag uw huisarts zijn.
3. Ga naar uw account op het ledenbestand van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw
 - Heeft u nog geen inloggegevens?
 - i. U kan deze opvragen door op de inlogpagina op 'klik hier' te klikken (kleine letters). U ontvangt uw login-gegevens op uw e-mailadres (kijk ook even in de spam-folder).
 - ii. Let wel - Uw clubbestuur dient wel uw e-mailadres te hebben ingegeven op het ledenbestand. Als er een probleem is, neemt u best contact op met uw clubbestuurslid of met het secretariaat van de V.J.J.F. vzw op admin@vjjf.be.
4. Wanneer u ingelogd bent, klikt u rechts bovenaan op het scroll-downmenu bij 'documenten'.
5. U selecteert het document 'Attest medische keuring voor recreatieve ju-jitsu vanaf 14 jaar'. Dit is een blanco attest.
6. U print het blanco attest af en maakt een afspraak met de arts.
7. U geeft het blanco attest + uw ingevulde vragenlijst (zie punt 2 - indien niet doorgestuurd via de website) af aan de arts zodat deze weet welke tests hij/zij moet uitvoeren.
8. Uw arts vinkt op het attest aan welke tests werden uitgevoerd en of u de toelating heeft om ju-jitsu te beoefenen op recreatief niveau.
9. U scant het attest dat door de arts werd ingevuld in en stuurt dit per e-mail naar admin@vjjf.be. Het attest moet goed leesbaar zijn.
10. Het secretariaat van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vult uw ledenbestand aan zodat hierop zichtbaar is dat u over een medische keuring beschikt voor recreatief ju-jitsu vanaf 14 jaar.

Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka tot 13 jaar – Alle VJFF-wedstrijdvormen

1. Ga naar de website www.sportkeuring.be en vul de vragenlijst in.
2. Print de ingevulde vragenlijst af OF stuur deze via de website door naar uw arts. Dit mag uw huisarts zijn.
3. Ga naar uw account op het ledenbestand van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw
 - Heeft u nog geen inloggegevens?
 - i. U kan deze opvragen door op de inlogpagina op 'klik hier' te klikken (kleine letters). U ontvangt uw login-gegevens op uw e-mailadres (kijk ook even in de spam-folder).
 - ii. Let wel - Uw clubbestuur dient wel uw e-mailadres te hebben ingegeven op het ledenbestand. Als er een probleem is, neemt u best contact op met uw clubbestuurslid of met het secretariaat van de V.J.J.F. vzw op admin@vjff.be.
4. Wanneer u ingelogd bent, klikt u rechts bovenaan op het scroll-downmenu bij 'documenten'.
5. U selecteert het document 'Attest medische keuring wedstrijdju-jitsu tot en met 13 jaar'. Dit is een blanco attest.
6. U print het blanco attest af en maakt een afspraak met de arts.
7. U geeft het blanco attest + uw ingevulde vragenlijst (zie punt 2 - indien niet doorgestuurd via de website) af aan de arts zodat deze weet welke tests hij/zij moet uitvoeren.
8. Uw arts vinkt op het attest aan welke tests werden uitgevoerd en of u de toelating heeft om ju-jitsu te beoefenen op dit wedstrijdniveau.
9. U scant het attest dat door de arts werd ingevuld in en stuurt dit per e-mail naar admin@vjff.be. Het attest moet goed leesbaar zijn.
10. Het secretariaat van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vult uw ledenbestand aan zodat hierop zichtbaar is dat u over een medische keuring beschikt voor alle VJFF-wedstrijdvormen tot en met de leeftijd van 13 jaar.

Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka vanaf 14 jaar – Alle VJJF-wedstrijdvormen

1. Ga naar de website www.sportkeuring.be en vul de vragenlijst in.
2. Print de ingevulde vragenlijst af OF stuur deze via de website door naar uw [sportarts](#) (geen huisarts).
3. Ga naar [uw account](#) op het ledenbestand van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw
 - Heeft u nog geen inloggegevens?
 - i. U kan deze opvragen door op de inlogpagina op 'klik hier' te klikken (kleine letters). U ontvangt uw login-gegevens op uw e-mailadres (kijk ook even in de spam-folder).
 - ii. Let wel - Uw clubbestuur dient wel uw e-mailadres te hebben ingegeven op het ledenbestand. Als er een probleem is, neemt u best contact op met uw clubbestuurslid of met het secretariaat van de V.J.J.F. vzw op admin@vjf.be.
4. Wanneer u ingelogd bent, klikt u rechts bovenaan op het scroll-downmenu bij 'documenten'.
5. U selecteert het document 'Attest medische keuring wedstrijdju-jitsu vanaf 14 jaar'. Dit is een blanco attest.
6. U print het blanco attest af en maakt een afspraak met de arts.
7. U geeft het blanco attest + uw ingevulde vragenlijst (zie punt 2 - indien niet doorgestuurd via de website) af aan de arts zodat deze weet welke tests hij/zij moet uitvoeren.
8. Uw arts vinkt op het attest aan welke tests werden uitgevoerd en of u de toelating heeft om ju-jitsu te beoefenen op dit wedstrijdniveau.
9. U scant het attest dat door de arts werd ingevuld in en stuurt dit per e-mail naar admin@vjf.be. Het attest moet goed leesbaar zijn.
10. Het secretariaat van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vult uw ledenbestand aan zodat hierop zichtbaar is dat u over een medische keuring beschikt voor alle VJJF-wedstrijdvormen vanaf de leeftijd van 14 jaar.

Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka tot 13 jaar – enkel Random Attacks of Ground Fight

Zie medische keuring voor alle VJJF-wedstrijdvormen. Dit is hetzelfde.

Medische keuring voor wedstrijdju-jitsuka vanaf 14 jaar- enkel Random Attacks of Ground Fight

1. Ga naar de website www.sportkeuring.be en vul de vragenlijst in.
2. Print de ingevulde vragenlijst af OF stuur deze via de website door naar uw arts. Dit mag uw huisarts zijn.
3. Ga naar [uw account](#) op het ledenbestand van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw
 - Heeft u nog geen inloggegevens?
 - i. U kan deze opvragen door op de inlogpagina op 'klik hier' te klikken (kleine letters). U ontvangt uw login-gegevens op uw e-mailadres (kijk ook even in de spam-folder).
 - ii. Let wel - Uw clubbestuur dient wel uw e-mailadres te hebben ingegeven op het ledenbestand. Als er een probleem is, neemt u best contact op met uw clubbestuurslid of met het secretariaat van de V.J.J.F. vzw op admin@vjf.be.
4. Wanneer u ingelogd bent, klikt u rechts bovenaan op het scroll-downmenu bij 'documenten'.
5. U selecteert het document 'Attest medische keuring voor Random Attacks en Ground Fight vanaf 14 jaar'. Dit is een blanco attest.
6. U print het blanco attest af en maakt een afspraak met de arts.
7. U geeft het blanco attest + uw ingevulde vragenlijst (zie punt 2 - indien niet doorgestuurd via de website) af aan de arts zodat deze weet welke tests hij/zij moet uitvoeren.
8. Uw arts vinkt op het attest aan welke tests werden uitgevoerd en of u de toelating heeft om ju-jitsu te beoefenen op dit wedstrijdniveau.
9. U scant het attest dat door de arts werd ingevuld in en stuurt dit per e-mail naar admin@vjf.be. Het attest moet goed leesbaar zijn.
10. Het secretariaat van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vult uw ledenbestand aan zodat hierop zichtbaar is dat u over een medische keuring beschikt voor wedstrijden Random Attacks en Ground Fight vanaf de leeftijd van 14 jaar.

Medische keuring voor eliteju-jitsuka in Duo, Fighting of Ju-Jitsu (ne waza) vanaf 18 jaar

1. Ga naar de website www.sportkeuring.be en vul de vragenlijst in.
2. Print de ingevulde vragenlijst af OF stuur deze via de website door naar uw arts. Dit mag uw huisarts zijn.
3. Ga naar [uw account](#) op het ledenbestand van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vzw
 - Heeft u nog geen inloggegevens?
 - i. U kan deze opvragen door op de inlogpagina op 'klik hier' te klikken (kleine letters). U ontvangt uw login-gegevens op uw e-mailadres (kijk ook even in de spam-folder).
 - ii. Let wel - Uw clubbestuur dient wel uw e-mailadres te hebben ingegeven op het ledenbestand. Als er een probleem is, neemt u best contact op met uw clubbestuurslid of met het secretariaat van de V.J.J.F. vzw op admin@vijf.be.
4. Wanneer u ingelogd bent, klikt u rechts bovenaan op het scroll-downmenu bij 'documenten'.
5. U selecteert het document 'Attest medische keuring voor eliteju-jitsu vanaf 18 jaar'. Dit is een blanco attest.
6. U print het blanco attest af en maakt een afspraak met de arts.
7. U geeft het blanco attest + uw ingevulde vragenlijst (zie punt 2 - indien niet doorgestuurd via de website) af aan de arts zodat deze weet welke tests hij/zij moet uitvoeren.
8. Uw arts vinkt op het attest aan welke tests werden uitgevoerd en of u de toelating heeft om ju-jitsu te beoefenen op dit wedstrijdniveau.
9. U scant het attest dat door de arts werd ingevuld in en stuurt dit per e-mail naar admin@vijf.be. Het attest moet goed leesbaar zijn.
10. Het secretariaat van de Vlaamse Ju-Jitsu Federatie vult uw ledenbestand aan zodat hierop zichtbaar is dat u over een medische keuring beschikt voor eliteju-jitsu vanaf de leeftijd van 18 jaar.