



NTC en RTC

Gedragsreglement, disciplinaire regels en procedures topsport

Hoe gaan wij met elkaar, anderen en onze omgeving om?

Inhoudsopgave

1. Inleiding
2. Doelstelling gedragsregels
3. Algemene afspraken
4. Trainen
5. Medisch
6. Studeren
7. Wonen
8. Voeding
9. Vervoer
10. Kleding
11. Op reis
12. Maatregelen bij overtreding gedragsregels
13. Consequenties en handelwijze

1 Inleiding

Het Nationaal Topsport Centrum Triathlon Sittard en het Regionaal Trainingcentrum Triathlon Almere, Sittard, Alkmaar en Tilburg wordt gevormd door atleten, technische en medische staf en overige vertegenwoordigers van de Nederlandse Triathlon Bond. Als sporters zijn wij gewend met elkaar om te gaan, deels met elkaar te leven. Wij zijn het gewend vanuit afspraken onze waarden en normen hoog te houden.

Toch gedragsregels terwijl voorgaande actueel is? Ja, want er is niets mis met elkaar nog eens de afspraken de revue te laten passeren. Deze worden verwoord in deze notitie.

Voor topsport is meer nodig dan alleen talent; namelijk een bepaalde mentaliteit, motivatie, discipline en manier van leven. Daaraan zijn normen en waarden gekoppeld waarnaar de sporters zich dienen te gedragen.

Daarnaast is het met elkaar trainen, studeren en leven binnen het centrum anders dan met elkaar op stage of naar een wedstrijd gaan. Het grootste deel van de week zijn we met elkaar onze doelen aan het nastreven, we leven voor onze sport samen!

“Samen worden we sterker en streven we ernaar de internationale top te halen”.

Binnen onze gedragsregels gaat de aandacht naar afspraken op het gebied van algemene afspraken, trainen, medisch, studeren, wonen, voeding....

2 Doelstelling gedragsregels

Het doel is van elkaar weten welke regels er zijn. Regels om te zorgen dat we elkaar er ook op kunnen aanspreken zodat we onze gekozen sportdoelen blijven nastreven. Daarnaast vinden wij het van groot belang dat we **TOPSPORT** uitstralen. Streven is dat anderen ons zien als volwassen topsporters die naast het trainen en wedstrijden doen zich ook buiten de sport als goede partners gedragen. De regels helpen ons richting te geven aan dat gedrag en de houding. Hopelijk zijn de regels in-sanctie gericht op zich niet nodig, dan heeft dit document zijn hoogste waarde.

3 Algemene afspraken

- a. Sporters houden zich aan de Gedragsregels en aan de Huisregels
- b. Sporters stellen zich respectvol en sociaal op naar anderen, waaronder collega sporters, medewerkers Limburg Sport/Sportservice Flevoland/Topsport Alkmaar, medewerkers partners NTC/RTC, medewerkers NTB, medewerkers trainingslocaties, medewerkers NOC*NSF, begeleiding, pers en supporters
- c. Binnen en buiten gedragen de sporters zich als topsporters en realiseren zij zich dat zij het visitekaartje zijn van de NTB. Zij dienen zich terdege bewust te zijn van de voorbeeldfunctie die zij bekleden.
- d. We spreken elkaar op elkaars gedrag aan op een positieve manier.
- e. Bij afwezigheid melden sporters zich op tijd en met gegronde redenen af bij de trainer of coach / begeleider.
- f. We hebben respect voor onze woonomgeving, zowel binnen als buiten (de natuur).

Consequenties zullen volgen wanneer men zich niet houdt aan concreet de volgende punten:

- a. Aantasten van de goede naam van de NTB en haar medewerkers.
- b. Verhinderen van een door de NTB nagestreefd resultaat.
- c. In gevaar brengen van de autonomie en onafhankelijkheid van de NTB.
- d. Schade toebrengen aan de door de NTB nagestreefde principes.
- e. Het zich niet houden aan de door de NTB aangegane en voor alle nationale selectieleden van de NTB bindende overeenkomsten.

4 Trainen

Ons doel is om de wekelijkse uren trainen optimaal te benutten. Verantwoord trainen heeft te maken met een grote mate van (zelf) discipline.

Goed voor jezelf zorgen en het continu nastreven van je trainingsdoelen zijn van groot belang.

De hierna vermelde afspraken horen daarbij:

- a. Sporters dienen op tijd aanwezig te zijn, te weten een 10 minuten voor aanvang van de training en zoals deze tijden zijn afgesproken met de trainer / coach.
- b. Sporters concentreren zich vanaf het begin van de warming-up op de training of wedstrijd en zetten zich altijd voor honderd procent in.
- c. Sporters behandelen met zorg de kleding (en andere materialen) die zij van de NTB ter beschikking gesteld krijgen.

5 Medisch

Dit gaat over je gezondheid, die is immers van groot belang. Bij ziekte of blessures wordt er verantwoord aan gewerkt dat je weer zo snel als mogelijk inzetbaar bent.

Gezond leven, preventie aandacht geven en in overleg met sportarts en fysiotherapeuten aan je herstel werken, zijn de kernbegrippen.

- a. De sportmedische begeleiding is afgestemd op de behoefte van de topsporters. Deze begeleiding dient door alle betrokkenen bewaakt te worden.
- b. Blessures worden direct bij trainer / coach en NTC/RTC huis/sportarts en NTB fysiotherapeut gemeld. De NTC/RTC huis/sportarts maakt met fysiotherapeut en in overleg met trainer / coach het behandelplan.
- c. Het trainingslogboek o.a. Trainingpeaks wordt dagelijks ingevuld.
- d. Indien je de huisarts of de tandarts nodig hebt, informeer je de coach en neem je daarna zelf contact op om een afspraak te maken.

6 Studeren

Naast Topsport trainen, kan studie, een tweede belangrijke pijler zijn. Trainen wordt immers veelvuldig gecombineerd met studeren. Natuurlijk zal dat, zeker in het begin niet altijd eenvoudig zijn. Je zult aan het twee a drie maal daags trainen moeten wennen. Goed plannen, regelmaat en structuur zijn hiervoor van belang.

Je weet dat je studie en topsport alleen kan combineren, wanneer je je studie uitsmeert gedurende een langere periode. Dat is vaak twee keer zo lang dan dat de snelste leerling over de studie doet. Op het moment dat je "*kansrijk*" bent voor plaatsing voor de eerste komende OS, kan het voorkomen dat je de studie enkele jaren "*bevriest*", zodat je je optimaal kan voorbereiden. Dat dien je te accepteren wanneer je aan topsport doet. Dit om overbelasting te voorkomen. Je kunt tenslotte niet twee volledige banen naast elkaar combineren.

Je streeft "*studiedoelen*", na en je evalueert deze ook regelmatig met je studietoelichting van je opleiding. Je communiceert daar in eerste instantie over met je ouders en je studiebegeleider op school.

Wanneer er problemen ontstaan tussen studie en sport geef je het informatief door aan je trainers / coaches. Zij zijn niet in eerste instantie de personen die dit op gaan lossen. Zij zijn verantwoordelijk voor je sportprestatie. Als er zaken opgelost of verbeterd moeten worden gaan de projectleider Duale Carrière van CTO Zuid i.s.m. de hoofdcoach talentontwikkeling van de NTB in overleg met de studiebegeleider. Je blijft zelf verantwoordelijk voor een goed verloop van je studie. We verwachten dan ook dat je een pro-actieve houding aanneemt.

Adviezen:

- a. Spreek goed met ouders en onderwijsinstelling door, dat je een topsport traject in wilt gaan of al bezig bent en dat dit consequenties heeft met betrekking tot de lengte van je studie duur.
- b. Kies de juiste studie, die met de door jouw gekozen topsport te combineren valt. De NTB, CTO zuid en Limburg Sport heeft samenwerkingsovereenkomsten met onderwijsinstellingen in Zuid Limburg. Hetzelfde geldt ook voor Sportservice Flevoland met de onderwijsinstellingen in Almere en Topsport Alkmaar met de onderwijsinstellingen in regio Alkmaar.
- c. Kijk goed naar wat de opleiding verwacht aan verplichte aanwezigheid en verplichte tentamens / examens. Overleg bij twijfel met je trainer / coach.
- d. Streef naar een overeenkomst met betrekking tot studeren op afstand en tevens het maken van tentamens / examens op afstand.
- e. Wees pro-actief naar je begeleiders en docenten op school.
- f. Ontstaan er wel knelpunten dien je direct met je begeleider van je opleiding te bespreken.
- g. Sport staat als nummer 1 in je agenda, evenals je herstel. Daarom heen plan je je onderwijs.

7 Verblif in het Watersley studio's of atleten mix huis

Wanneer wij verblijven op Watersley in de studio's of mix huis, hebben wij met zijn allen afgesproken:

- a. In het mixhuis bezoek toegestaan op zaterdag tot 22.00 uur en op de andere dagen tot 19.00 uur en in overleg met de overige bewoners. Wij zijn 24/7 topsporter en daar hoort veel hersteltijd bij en geen energie verlies door teveel bezoek.
- b. In de studio is bezoek ter alle tijden toegestaan, maar de directe burens mogen daar geen last van hebben.
- c. Dit is een aanvulling op de regels van Watersley sports & talentpark.

8 Voeding

Voeding is van essentieel belang binnen ons intensieve programma. Naast de verantwoordelijkheid voor gezonde voeding te zorgen, is het van groot belang dat je gezond eet en drinkt. Er is een samenwerking verband met een sportdiëtiste.

Afspraken:

- a. Je houdt je aan de gemaakte voedingsafspraken.
- b. Ook in het buitenland, in hotels met volop keuzes tijdens buffet maaltijden, besteed je aandacht aan juiste voeding.

9 Kleding

De kleding die door de NTB ter beschikking wordt gesteld blijft eigendom van de NTB.

- a. Ga zorgvuldig om met de kleding.
- b. Draag ervoor zorg dat de kleding schoon en representatief is. Draag je sponsors op een positieve manier uit.

- c. Indien kleding kwijt raakt of beschadigd is, geef je dit direct door aan de medewerkster topsport op het bondsbureau.
- d. Beschadiging en verlies van kleding als gevolg van onzorgvuldig gedrag kan aan de sporters doorberekend worden.

10 Op reis

Ook tijdens wedstrijden en stages dient men zich aan een aantal regels te houden: In het hotel/pension gelden de gebruikelijke normen en waarden. Deze zijn o.a:

- a. De slaapkamers moeten in ordelijke staat gehouden worden. De rechten en de rust van de medegasten moeten worden gerespecteerd.
- b. Aan de door de trainers en of teamleider gegeven dagindeling moet stipt de hand worden gehouden.
- c. Alle andere - door de begeleiding en trainers te stellen - regels, die verband houden met het ordelijk verloop van de reis, dienen te worden nageleefd.
- d. Bij trainingskampen gelden voor iedereen dezelfde regels en heeft de begeleider en/of trainer de bevoegdheid om op te treden.

Consequentie

Iedere onttrekking aan de gestelde regels kan leiden tot disciplinaire maatregelen. In geval van ernstige of herhaalde misdrijvingen, hebben de begeleiders, na overleg met technisch directeur, de bevoegdheid de betrokkene naar huis te sturen, uiteraard op eigen kosten. Tevens zijn de deelnemers of hun ouders / verzorgers aansprakelijk voor de door hen of hun kinderen aangerichte schade. Ook bestaat de mogelijkheid dat deelnemers, die zich misdragen hebben, voor volgende reizen van de NTB geweigerd kunnen worden.

Noot. Tijdens de Olympische Spelen vallen de atleten, vanaf het moment van de teamoverdracht tot de medaillehuldiging onder de door IOC en NOC*NSF opgestelde regels.

11 Maatregelen bij overtreding gedragsregels

Natuurlijk gaat dat niet gebeuren. Jullie zijn allemaal sporters die precies weten welke waarden en normen wij nastreven. Toch willen wij duidelijkheid geven welke maatregelen getroffen kunnen worden als de regels worden overtreden.

Als je gedrag niet binnen deze gedragsregels past, dan zal je daarop door anderen (sporters, begeleiding) op worden aangesproken.

Indien het nodig is over te gaan tot maatregelen, dan verneem je dit via de hoofdcoach talentontwikkeling cq de technisch directeur.

De begeleiding van het project heeft als uiterste maatregel uitsluiting uit het centrum. Indien het noodzakelijk wordt geacht een maatregel te treffen, dan wordt deze altijd gemotiveerd mondeling meegedeeld en vervolgens schriftelijk bevestigd.

12 Consequenties en handelwijze

Wanneer er overtredingen gemaakt worden heeft dat consequenties tot gevolg. Hieronder staan de eventuele consequenties van het niet naleven van de regels:

Consequenties

Een gesprek, wat kan uitmonden in het hierna volgende;

- a. Schriftelijke berisping.

- b. Tijdelijke uitsluiting van de trainingen of wedstrijden voor ten hoogste een maand.
- c. Uitsluiting van de trainingen of wedstrijden tot nader order.
- d. Uitsluiting van de nationale selectie.
- e. Indien er sprake is van achterstallige betalingen dan behoudt de NTB zich het recht voor een incassobureau in te schakelen. De daarmee verbonden kosten zullen worden verhaald op de debiteur.

Handelswijze

- a. De zwaarte van de consequentie moet in verhouding staan tot de zwaarte van de overtreding, het motief, de schuld en of het de eerste keer of een herhaling van de strafbare overtreding betreft.
- b. De straf voor de overtreding moet direct volgen op het ter kennis komen van de overtreding.
- c. Besluiten omtrent opgelegde straffen moeten, met uitzondering van de mondelinge waarschuwing, schriftelijk uitgevaardigd worden en met redenen omkleed zijn.
- d. Het besluit moet bewijsbaar ter hand gesteld worden aan het nationale selectielid, de directeur van NTB, de technisch directeur van NTB, de voorzitter van de AC, de voorzitter en het bestuurslid Topsport NTB.

Beslissingsbevoegde personen

- a. De disciplinaire straffen krachtens artikel a en artikel b kunnen door de bondscoach / hoofdcoach talentontwikkeling na overleg met de Technisch Directeur opgelegd worden.
- b. Voor het opleggen van de straffen krachtens artikel c en artikel d zijn slechts de Technisch Directeur tezamen met de Algemeen Directeur bevoegd.

Wanneer je het oneens bent met de beslissing

- a. Tegen de disciplinaire consequenties a en b staat geen rechtsmiddel open. Tegen de disciplinaire consequenties krachtens c en d kan beroep aangetekend worden.
- b. Het beroep moet binnen 14 dagen na verzending van het schriftelijk besluit bij het hoofdbestuur van de NTB ingediend worden. Het beroep heeft geen op schortende werking.

Versie januari 2021 / Adrie Berk