

## 1. Algemeen

Bij toetreding tot de club verklaart elk lid impliciet akkoord te zijn met de hieronder opgestelde visie en doelstellingen en handelt hij/zij volgens de vooropgestelde gedragscodes.

### 1.1. De statuten en huishoudelijk reglement

- Iedereen wordt geacht de statuten en het huishoudelijk reglement te kennen en na te leven;
- De statuten en het huishoudelijk reglement zijn terug te vinden op de site van A.C. Lyra;

## 2. Visie

Onze visie is om **dé atletieclub in België** te zijn, dit zowel op vlak van atletiekprestaties, wedstrijdorganisaties, jeugdwerking, recreatie en G-atletiek. De kern van onze visie is het streven naar een **duurzame clubwerking** steunend op drie peilers: **gezondheid, kwaliteit en een aangename clubsfeer**.



### 2.1. Missie

Het doel van A.C. Lyra is de bevordering van de beoefening van de atletieksport in al zijn vormen.

A.C. Lyra heeft de volgende kerntaken:

- De atletieksport promoten in de brede regio rond de zetel van de vereniging;
- Atletiekbeoefenaars (zowel competitieatleten, G - team atleten, beginnende sporters als recreanten) op een deskundige wijze begeleiden en trainen;
- Atletiekwedstrijden organiseren, waaronder pistewedstrijden voor zowel de jeugd als de oudere categorieën, crossen, stratenlopen en recreatieve atletiekevenementen.

### 2.2. Basisdoelstellingen

Om haar visie na te streven hanteert A.C. Lyra volgende basisdoelstellingen:

- Enthousiasme en teamspirit creëren bij leden en medewerkers;
- Vrijwilligers motiveren en inspireren;
- Bewondering verdienen, niet alleen om de resultaten die we bereiken, maar ook om hoe we die bereiken;
- Toporganisaties aanbieden;
- Topprestaties neerzetten met de club.

## 2.3. Waarden en werkingsprincipes

Het fundament van A.C. Lyra wordt gevormd door onze waarden, die een leidraad vormen voor ons handelen. Deze helpen ons **als één team** te werken en een **sterke cultuur** op te bouwen. De werkingsprincipes vormen de basis om onze waarden te vertalen naar de praktijk.

### Gezondheid

Wij gaan steeds uit van het concept dat mensen belangrijker zijn dan cijfers en resultaten. De gezondheid en het welzijn van atleten en medewerkers staan dus steeds centraal.

### Integriteit

Wij zijn eerlijk tegen onszelf en tegen anderen. Wij zeggen wat we bedoelen en doen wat we zeggen.

### Respect en Vertrouwen

Binnen onze club respecteren en steunen we elkaar, en streven we ernaar onderling vertrouwen op te bouwen.

### Openheid en Diversiteit

Wij staan open voor iedereen die in staat is atletiek te beoefenen, vanaf kinderen in de lagere school tot senioren, zonder discriminatie op basis van welke grond ook. We tonen respect voor de bijdrage van elk clublid en voor de verschillende inzichten en talenten die deze op welke wijze dan ook inbrengt.

### Loyaliteit

A.C. Lyra werkt loyaal en constructief samen met andere verenigingen, organisaties of overheidsdiensten die de atletiekbeoefening wensen te bevorderen.

### Deskundigheid

A.C. Lyra maakt gebruik van de meest geschikte middelen, gepaste methoden en voldoende deskundigheid om de kerntaken en andere activiteiten uit te voeren.

### Kwaliteit

A.C. Lyra gebruikt voor de training en begeleiding van zijn atletiekbeoefenaars methoden en werkwijzen die wetenschappelijk onderbouwd en medisch verantwoord zijn. De personen die training en begeleiding geven zijn hiertoe gekwalificeerd of staan onder toezicht en verantwoordelijkheid van een gekwalificeerd persoon.

### Wetgeving

A.C. Lyra leeft scrupuleus de regelgeving na die van toepassing is op de gebieden waar A.C. Lyra werkzaam is.

### Zonder winst oogmerk

A.C. Lyra streeft geen commerciële doelen na. Indien A.C. Lyra ondersteunende of nevenactiviteiten ontplooit die een batig saldo opleveren, dan dienen deze enkel om de kerntaken in de beste omstandigheden te kunnen uitvoeren.

## 2.4. Strategische doelstellingen

Onze strategie wijst de weg en brengt A.C. Lyra op één lijn. Het geeft richting aan onze activiteiten om met succes onze visie na te streven.

### Uitmuntende prestaties en organisaties

Onze ambitie ligt er steeds in te streven naar uitmuntendheid, dit zowel op vlak van individuele en clubprestaties, alsook bij het aanbieden van wedstrijdorganisaties.

### Jeugdwerking

A.C. Lyra hecht enorm veel belang aan een polyvalente jeugdwerking en de algemene ontwikkeling van het atletisch vermogen. Aangezien de club een duurzame werking hanteert mogen uitmuntende prestaties bij de jeugdcategory's zeker geen doel op zich vormen.

### Vernieuwing en uitbreiding

A.C. Lyra tracht steeds om nieuwe kwalitatieve trainers aan te trekken voor de verschillende atletiekdisciplines en trainers op te leiden vanuit de eigen clubleden. Verder streven wij ernaar om onze infrastructuur verder uit te bouwen naar de noden van onze atleten.

### G-atletiek en Recreatie

Naast het competitief aspect wensen wij ons G-team verder uit te bouwen alsook voldoende aandacht te schenken aan het recreatieve loopgebeuren.

## 3. Sportieve doelstellingen per groep

### 3.1. Jeugd

- Zie jeugdbeleidsplan.



### 3.2. Competitie Cadetten/Scholieren

De cadetten vormen een groep waar veel **diversiteit** heerst qua **maturiteit**. Daar waar sommige atleten al ver ontwikkeld zijn, kunnen anderen nog volop in de groeifase zitten. Het is dan ook belangrijk om hier mee steeds rekening te houden bij trainingsdoelen en bij het evalueren van wedstrijdprestaties. Bij de scholieren gebeuren doorgaans de duidelijkste lichamelijke & geestelijke veranderingen. Atleten worden krachtiger en volwassener op mentaal vlak. Vanaf deze leeftijdscategorie verschuift dan ook de focus naar professioneler en doelgerichter trainen. Deze groep heeft volgende doelstellingen:

- Het leggen van een duidelijker accent naar wedstrijden toe;
- Werken aan een kwalitatief sterke groep richting de interclubkampioenschappen toe;
- Stimuleren van atleten tot deelname aan estafettekampioenschappen;
- Atleten laten proeven van eerste provinciale, Vlaamse of Belgische successen.

### 3.3. Competitie Juniores

De junioren vormen een groep atleten die soms al meedingen met de senioren categorie. Doorgaans zijn deze atleten al zeer sterk ontwikkeld, doch beschikken zijn nog niet over evenveel atletiekervaring als de senioren. De doelstellingen zijn:

- Voorbereiding op de senioren categorie (meer trainingen);
- Verdere professionalisering en individualisering van de trainingen;
- Atleten laten proeven van eerste internationale successen.

### 3.4. Competitie Seniores/Alle categorieën

Van alle atletiek categorieën zijn **prestaties** het **belangrijkste** in de **senioren categorie**. Dit vormt namelijk een groep volgroeide en daarom dus relatief belastbare atleten. De doelstellingen voor deze groep zijn:

- Bij de Vlaamse en/of Belgische top behoren wat betreft de interclub kampioenschappen;
- Nationale en internationale topatleten verkrijgen vanuit de eigen clubwerking;
- Alle atleten via de best mogelijke deskundigheid hun volledige potentieel trachten te laten ontplooiën;
- Sterke prestaties neerzetten op de estafette kampioenschappen.



### 3.5. Recreatie

- Uitbouwen van de recreantengroep;
- Organiseren van Start-To-Run sessies, zowel van 0 naar 5km als van 5 naar 10km;
- Stimuleren van recreanten tot deelname aan de natuurlopen.

### 3.6. G-atletiek

- Verder professionaliseren van de G-werking;
- Atleten op een constructieve manier stimuleren tot deelname aan wedstrijden.



## 4. Gedragscodes

Eén van de uitgangspijlers van onze club is het voeren van een open communicatie en alzo een goede wisselwerking te bereiken tussen alle partijen binnen de club. Om een **goede verstandhouding te behouden**, hebben wij een gedragscode ontwikkeld. Deze gedragscode is een uitbreiding van onze waarden en werkingsprincipes, en licht vooral enkele praktische zaken meer toe.

### 4.1. Atleten

#### 4.1.1 Attitude

- Elke atleet dient ten allen tijde **respect** te tonen voor zijn medeatleten, de trainers en bestuursleden;
- De atleet volgt de visie van zijn trainer: hij/zij **vertrouwt** op de vakkundigheid van de trainer en gaat niet in tegen zijn trainingsprincipes;
- De atleet respecteert steeds de keuze van zijn trainer bij de opstelling van ploegen (bv. Beker van Vlaanderen, estafetten);
- Onderlinge competitie moet **sportief**, gezond en constructief zijn. **Aanmoedigen** en **motiveren** van andere atleten wordt toegejuicht, ontmoedigen en demotiveren ten zeerste afgekeurd.

#### 4.1.2 Trainingen

- De atleet toont **duidelijke motivatie en engagement** naar de trainingen toe;
- Bij afwezigheid op training (bv. door ziekte, verlof, blessure) verwittigt de atleet zo snel mogelijk de trainer zodat deze zijn huidige en volgende trainingen hierop kan afstellen;
- Op training vormen we steeds **een team**, en laten we niemand achter;
- **Veiligheid** komt op de eerste plaats. Houd rekening met atleten van andere groepen.;
- Wees hoffelijk op de piste. Op woensdag en vrijdag heeft de **jeugd voorrang tot 20u00**.

#### 4.1.3 Wedstrijden

- Wees blij met een goede prestatie, maar laat je niet ontmoedigen door een tegenslag;
- Wees steeds **sportief**, ook ten opzichte van je concurrenten;
- Spreek over **wedstrijdstress** met je trainer. Probeer negatieve gedachten om te buigen naar positieve, waarbij je steeds teruggrijpt naar je goede voorbereiding.

#### 4.1.4 Materiaal

- Het clubmateriaal is van hoge kwaliteit en brengt daardoor de nodige aankoop- en onderhoudskost met zich mee. Draag hier dus steeds zorg voor en zet gebruikt materiaal proper en ordelijk terug op zijn plaats;
- Meld eventueel ontstane schade zo spoedig mogelijk aan je trainer;
- Neem geen dingen mee naar huis, tenzij je trainer je daar expliciet toestemming voor geeft.

#### 4.1.5 Gezondheid

- **Gezondheid** en **welzijn** van de atleet primeren steeds op prestaties. Hard trainen mag, maar je lichaam moet hier wel toe in staat zijn. Bij ziekte en zeker bij koorts is het doorgaans veel verstandiger om te rusten dan om alsnog te komen trainen. Het zal je lichaam enkel verder verzwakken;
- Meld blessures zo snel mogelijk aan je trainer en omschrijf de pijn/blessure zo goed mogelijk. Volg in eerste plaats het advies van je trainer, die je vanaf een bepaalde ernst zal doorverwijzen naar een specialist;
- Eet gezond en **drink voldoende**. Een gevarieerde voeding draagt bij aan een goed herstel;
- Vanaf de leeftijd van 13 jaar wordt een **jaarlijks bloedonderzoek** en **hartcontrole** (=medische keuring) ten zeerste aangeraden.

#### 4.1.6 Communicatie

- Communiceer zo vaak als mogelijk met je trainer. Tijdens de training is dit soms moeilijk, maar laat dan verstaan dat je even een kort contactmoment na je training wenst;
- Bespreek situationele omstandigheden (examens, stress, ...) met je trainer, zodat deze hiermee rekening kan houden;
- Neem zelf initiatief om na je training/wedstrijd even te melden welk gevoel je zelf had;
- De trainer is geen helderziende en kan niet elke atleet constant observeren. Durf op een gepaste manier te zeggen wat je denkt en voelt. Doe dit wel steeds op een beleefde manier.

### 4.2. Trainers

#### 4.2.1 Deontologische clubcode

- De **persoonlijkheid** van de atleet blijft steeds belangrijker dan zijn geleverde prestaties;
- **Gezondheid** en **welzijn** van de atleet dienen steeds centraal te staan;
- De clubtrainer denkt vooral op **groepsvlak**, dan wel op individueel vlak.

#### 4.2.2 Attitude

- Elke trainer dient ten allen tijde **respect** te tonen voor zijn atleten, collega trainers en bestuursleden;
- Elke trainer in de club is **evenwaardig** en heeft ongeacht het niveau van zijn atleten dezelfde inspraak in het clubgebeuren;
- Elke discipline is een volwaardige deel van de atletiek, en geen enkele discipline kan als superieur of inferieur aanzien worden;
- Bij onvoorziene afwezigheid van een trainer, proberen de andere trainers diens atleten zo goed mogelijk op te vangen;
- **Stimuleer positief gedrag** van je atleten en ondermijn een negatieve houding tegenover anderen.

### 4.2.3 Trainingen

- Elke trainer is verantwoordelijk voor zijn eigen discipline en geeft **training conform de visie van de club**;
- De trainer verzorgt de training voor elke atleet waarvoor hij de verantwoordelijkheid krijgt;
- De trainer  **motiveert**  en stuurt atleten, ongeacht hun niveau. Er moet evenwel engagement en motivatie tentoongesteld worden door de atleten zelf;
- Wees hoffelijk op de piste en leer dit je atleten ook aan. Op woensdag en vrijdag heeft de **jeugd voorrang tot 20u00**.

### 4.2.4 Wedstrijden

- Leer je atleten de **wedstrijdregels** van hun eigen discipline en deze die hieraan gerelateerd zijn. Tijdens wedstrijden is de plaats van de atleet en de trainer zéér strikt bepaald. Vermijd zeker en vast de mogelijkheid om een diskwalificatie op te lopen;
- Leer je atleten **omgaan met succes en tegenslag**, leer hen denken op lange termijn;
- Wees **sportief** en **vriendelijk** tegen andere trainers;
- Bij onderlinge onenigheden in verband met ploegopstellingen is de mening van de voorzitter doorslaggevend.

### 4.2.5 Materiaal

- Kijk er op toe dat atleten zorg dragen voor het clubmateriaal en wijs hen op orde;
- Elke mogelijke aankoop van extra materiaal dient in het bestuur besproken te worden en via de club te geschieden.

### 4.2.6 Communicatie

- Communiceer **positief** en **constructief**;
- Communiceer zo vaak als mogelijk met je atleten. Plan hiervoor regelmatig een **contactmoment**, hetzij individueel als met de gehele groep.

## 4.3. Ouders

### 4.3.1 Attitude

- Elke ouder dient ten allen tijde **respect** te tonen voor alle trainers, bestuursleden en clubatleten.
- De ouder **vertrouwt** de visie van de club en trainer om zijn kind optimaal te kunnen begeleiden en trekt deze niet in twijfel. Hij/zij gaat bijgevolg nooit in tegen zijn trainingsprincipes;
- De ouder respecteert steeds de keuze van de trainer bij de opstelling van ploegen (bv. Beker van Vlaanderen, estafetten);
- Kinderen sporten in de eerste plaats voor **hun plezier**, niet voor dat van jou. Beschouw jouw kind in de eerste plaats als jouw kind, dan pas als atleet. Ondersteun je kind vooral en moedig het aan;
- **Stimuleer positief gedrag** van je kind en ondermijn een negatieve houding tegenover anderen;
- Meer info op <http://www.val.be/?mnuid=542>.

#### 4.2.2 Trainingen

- Zorg dat je kind op tijd op de training aanwezig is, d.w.z. minstens 5 minuten voor aanvang;
- Tijdens trainingen **primeert de visie en mening van de trainer** onverbidlijk en heeft de ouder een louter observerende rol. Hij/zijn interfereert dan ook nooit tijdens een training. Een gesprek na de training met de trainer is uiteraard wel mogelijk;
- Onenigheden worden in eerste plaats besproken met de technisch directeur of iemand van de raad van bestuur.

#### 4.2.3 Wedstrijden

- Ook op wedstrijden **primeert de visie, mening en wedstrijd tactiek van de trainer** ten allen tijde. De ouder heeft een loutere supporterende/ondersteunende rol;
- De ouder **moedigt positief en constructief aan**. Een wedstrijd legt al voldoende druk op een atleet en zeker op een jong individu. Laat hem/haar hier zoveel mogelijk van genieten;
- Wens je kind steeds proficiat en kijk altijd eerst naar het positieve, ook bij een mindere prestatie. Het feit dat je kind al aan wedstrijden deelneemt, is al knap op zich. Een minder goede wedstrijd komt waarschijnlijk al zwaar genoeg aan. Doe er dus zeker geen schepje bovenop, maar relativeer;
- Leer je kind **omgaan met succes en tegenslag**, leer het denken op lange termijn.

#### 4.2.4 Gezondheid

- Zorg dat je kind voldoende rust en een gevarieerde voeding krijgt. Probeer hierin zelf een voorbeeld te zijn;
- Zie er op toe dat je kind voldoende drinkt, dit zowel tijdens de dag, als tijdens het sporten. Geef hem dus steeds overal drinken (bij voorkeur water) mee.
- Laat je kind ontwikkelen volgens zijn eigen groeicurve. Sommige kinderen worden sneller/minder snel volwassen dan anderen. Dit proces overhaasten moeten ten allen tijde afgeraden worden. Prestaties zijn bij de jeugd categorieën van inferieur belang.





## 5. Klachten en onenigheden

- Klachten en onenigheden worden altijd besproken **buiten de trainingssuren** en in een **discrete omgeving**.
- De aangewezen aanspreekpersoon is de **vertrouwenspersoon**. Hij/zij is een neutrale persoon die **vertrouwelijk** omgaat met informatie en op basis van zijn/haar bevindingen **advies** overbrengt aan de Raad van Bestuur of de verantwoordelijke in kwestie.
- In geval van sportieve problemen wordt bij voorkeur **de technisch directeur** aangesproken worden en in het algemeen ook de **Raad van Bestuur**.

Namens het bestuur van A.C. Lyra,



**Voorzitter**  
Simon Chovau



**Ondervoorzitter**  
Kris Dirix



**Secretaris**  
Gery Follens



**Penningmeester**  
Rita Bongers



**Ondervoorzitter  
jeugd**  
Miranda Van  
Roosenbroek



**Secretaris  
G-team**  
Katia Kasteels



**Technisch  
Directeur**  
Jean Vanherck



**Recreatie-  
verantwoordelijke**  
Ronny Bequet



**Athleten-  
vertegenwoordiger**  
Yves Seutin



**Ervarings-  
deskundige**  
Danny Martin



**Vertrouwenspersoon**  
Ingrid Naenen