



**JETSET ULTIMATE FRISBEE CLUB
LEUVEN**



INFORMATIEBROCHURE

Welkom bij JetSet VZW

Dag sportieveling,

Fijn dat je vandaag op onze training aanwezig was. We hopen dat je ervan genoten hebt en dat we je binnenkort opnieuw kunnen begroeten. Als toekomstig lid van onze club geven je we graag al wat informatie mee over onze club en de gang van zaken binnen de club.

JetSet Ultimate is de enige frisbeeclub in Leuven en één van de dertien clubs die België telt. Binnen JetSet Ultimate zijn er **drie teams**: JetSet (high level), Propellers (advanced level) en Zeppelins (beginners). Normaalgezien start je je eerste jaar als nieuw lid bij de **Zeppelins** en krijg je dus **elke maandag training van 20u tot 22u aan de Abdij Van Park** in Heverlee. Uitzonderlijk kan je als speler bij de Propellers starten mits je al over enige ervaring beschikt en de werptechnieken beheerst. Dat laatste zal bepaald worden door de trainers.

De eerste drie trainingen kan je vrijblijvend komen proeven van de sport en je teamgenoten leren kennen. **Vanaf de vierde training** echter verwachten we dat je je inschrijft in de club zodat wij samen een jaar lang kunnen voortbouwen met een team en je klaarstomen voor eventuele wedstrijden. Daartoe dien je €75 over te schrijven op rekeningnummer 230-0029059-76 met vermelding van je naam. Na je betaling ben je ook **verzekerd** via de club bij eventuele ongevallen of blessures opgelopen tijdens de training. Wie zijn lidgeld niet betaald, kan helaas ook niet langer deelnemen aan de trainingen. Je inschrijving is pas definitief na storting van het **lidgeld én registratie op onze 'Members-area'** op onze **website** www.jetsetultimate.be

Meer praktische en gedetailleerde informatie over onze club en ultimate frisbee in het algemeen, vind je in de hier bijgevoegde informatiebrochure. Lees deze aandachtig door! Heb je nog meer vragen, ga dan voor of na de training gerust eens naar één van je trainers of stuur hen een mailtje.

We wensen je alvast veel plezier in onze club!

Sportieve groeten,

JetSet Ultimate

Welkom bij JetSet VZW

Zepelins Players Package

Dit document gaat voornamelijk over het functioneren van de Zepelins en de activiteiten van de club.

Dit “players package” omvat onderstaande documenten:

- Wie of wat is JetSet?
- Introductie tot ultimate frisbee
- 10 basisregels met betrekking tot Ultimate
- Wat moet je weten over de Zepelins
- Betrokkenheid van ouders
- Zepelins: trainingen en kalender
- Verwachte kosten
- Registratieformulier
- Medisch attest

Wie of wat is JetSet?

JetSet VZW is de Leuvense ultimate Frisbee Club, die intussen bijna 20 jaar bestaat. Binnen JetSet zijn er drie teams.

JetSet

Team bestaande uit een 40-tal ervaren spelers (zowel mannen als vrouwen) met twee jaar of meer ervaring. Dit team traint op woensdag op de sportvelden van Kessel-Lo van 20u30 tot 22u30.

Propellers

Team van een 20-tal gevorderde spelers (zowel mannen als vrouwen) met één jaar of meer ervaring. Dit team traint op donderdag op het sportveld aan de rolschaatspiste in het Provinciaal Domein van Kessel-Lo van 19u tot 21u.

Zepelins

Team van beginnende spelers (zowel mannen als vrouwen) met weinig of geen ervaring. Dit team traint op maandag aan de Abdij van 't Park in Heverlee van 20u tot 22u.

Welkom bij JetSet VZW

Introductie tot Ultimate Frisbee

Frisbee kennen we vooral van reclame of van het strand. Uit dit speelse gooien met een plasticen schijf is echter een volwaardige sportdiscipline ontstaan, namelijk Ultimate Frisbee.

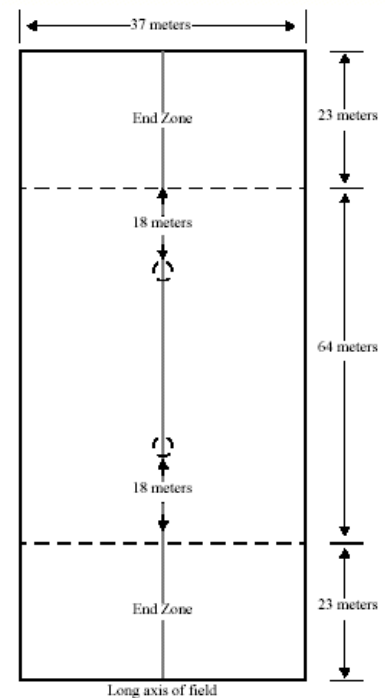
Ultimate Frisbee is in principe een buitensport maar kan toch - en zeker in Europa - gemakkelijk indoor gespeeld worden. Bij onze club ligt de focus op Outdoor.

Outdoor wordt er gespeeld op een ruim grasveld met twee ploegen van zeven spelers (met een zeer grote reservebank, er mag namelijk na elk punt onbeperkt gewisseld worden). Het officiële buitenveld meet 60 bij 40 meter met aan weerszijden een doelzone van nog eens 20 meter.

Doel van het spel is de frisbee (ook wel 'disc' genoemd) door te spelen naar een ploegmaat in de doelzone van de tegenpartij. Om die doelzone te bereiken is het verboden te lopen met de disc in de hand. Slechts door middel van een passenspel naar vrijstaande medespelers kan men een punt scoren door de disc ook werkelijk te vangen in die doelzone. Bij elke onnauwkeurige worp of wanneer de frisbee onderschept wordt door de tegenpartij kan een onmiddellijke tegenaanval resultaat opleveren. Dit brengt met zich mee dat de spelers over een flinke conditie en een goede werptechniek moeten beschikken.

Een van de grote verschillen met andere sporten is het ontbreken van een scheidsrechter of enige andere "official". Ultimate is een *self regulating* sport, gebaseerd op de principes van fair-play. Sportiviteit en respect voor de tegenstander van zeer groot belang. Deze gedachte wordt Spirit of the Game genoemd. Spelers lossen onderling eventuele problemen op en geven zelf aan wanneer er een fout begaan wordt. Er wordt ultimate frisbee op een competitief niveau gespeeld, er wordt gespeeld met volle overgave en om te winnen, maar dit mag nooit ten koste gaan van de Spirit of the Game.

Ultimate wordt in meer dan 42 landen gespeeld door 1000-en enthousiaste mannen en vrouwen. België telt 13 clubs met elk jaar een groeiend aantal leden.



Welkom bij JetSet VZW

10 Basisregels met betrekking tot Ultimate

1. He veld – Eenrechthoekig veld met een eindzone aan elke kant.
2. Start van het spel – Aan het begin van elk punt staan de zeven spelers van elk team aan het hun eindzone. De verdedigende ploeg gooit (deze worp wordt “pull” genoemd) de disc naar de aanvallende ploeg. Zodra de disc in de lucht is start het spel.
3. Scoring – Elke keer wanneer speler van de aanvallende ploeg de disc kan vangen in de zone van de tegenstander is er een punt gescoord. Het spel start na elk punt zoals hierboven beschreven.
4. De disc rondspelen – Met behulp van een passenspel benaderd de aanvallende ploeg de eindzone van de tegenstander. Spelers mogen niet met de disc lopen. De speler die de disc vangt (de werper) heeft 10 tellen om de disc te gooien. De verdediger “marks” de werper en telt tot tien (de “stall count”).
5. Aanval wordt verdedigen en visa versa—Wanneer een pas zijn einddoel niet bereikt (bv. De disc gaat buiten, iemand laat de disc vallen (een “drop”), de disc wordt onderschept door een verdedigende speler, ...) gaat de verdedigende ploeg aanvallen en visa versa.
6. Wisselers (“subs”) – Spelers mogen ongelimiteerd vervangen worden na elk punt.
7. Non-contact – Er is geen contact toegelaten tussen de spelers. Contact tussen spelers wordt gezien als een fout. Er is een onderscheid tussen “picks”, “fouls” en “violations”.
8. Fouten (“fouls”) – Wanneer een speler contact heeft met een andere speler is er sprake van een fout. Wanneer een fout er voor zorgt dat een speler het bezit van de disc verliest, gaat het spel verder. Als de speler die de fout begaat deze ontkent, wordt de actie overgespeeld en gaat de disc dus “back to thrower”.
9. Self-Refereeing – Spelers zijn verantwoordelijk voor het roepen van hun eigen fouten. Spelers lossen de conflicten onderling op.
10. Spirit of the Game – Spirit of the Game is een van de belangrijkste, zonet het belangrijkste, aspecten van de sport. “Competitive play is encouraged, but never at the expense of respect between players, adherence to the rules, and the basic joy of play.”



Welkom bij JetSet VZW

Wat je moet weten over de Zeppelins

Zeppelins is het beginnersteam van JetSet. Spelers maken kennis met de sport, leren werpen en leren er de basis van Ultimate Frisbee. Elk jaar gaan spelers van de Zeppelins over naar Propellers. Deze selectie gebeurt door de trainers.

Het seizoen start in september en loopt het hele jaar door. Spelers moeten een minimumleeftijd hebben van 15 jaar. Indien je jonger bent, contacteer de trainers en dan bekijken we of er een uitzondering gemaakt kan worden.

Het doel van de Zeppelins voor dit seizoen zijn de Belgian Ultimate Outdoor Championships (BUOC). Dit is een toernooi dat op twee weekends doorgaat, op 20 en 21 maart en op 17 en 18 april. We spelen zo goed als we kunnen en hopen vooral de Spirit hoog te houden en veel fun te maken.

Alle spelers zijn verzekerd in geval van ongelukken of blessures. De verzekeringsformulieren kunnen opgevraagd worden bij Rik De Vos (Penningmeester) +32 476 365 013.

Contactgegevens Zeppelins

Kasper Van Rompay

+32 486 357 230 / kasperrompay@hotmail.com

Rik Delafotrie

Contactpersoon in het bestuur van JetSet (<http://www.jetsetultimate.be>)

Mieke Deschodt: +32 494 158 982 / miekescottie@hotmail.com

Wil je graag wat meer te weten komen over Ultimate Frisbee op Belgisch niveau, neem dan zeker een kijkje op:

<http://www.gethorizontal.blogspot.com/>

Dit is de blog van Bommie, een frisbeespeler van Gentle, het frisbeeteam van Gent. Je kan er onder andere verslagen vinden van nationale en internationale toernooien waaraan Belgische teams deelnemen en je vindt er ook heel veel foto's en enkele video's over ultimate frisbee. Wordt er iets gepubliceerd in een krant of tijdschrift over frisbee, dan zal je het daar ook altijd terugvinden. Veel leesplezier.

Welkom bij JetSet VZW

Betrokkenheid van ouders

We willen het komende seizoen de betrokkenheid van ouders binnen het Leuvense frisbee-gebeuren verhogen.

In tussentijd zijn alle ouders meer dan welkom om eens een kijkje te komen nemen op de training. Er wordt elke maandagavond van 20:00 t.e.m. 22:00 getraind op het voetbalveld aan de Abdij van 't Park, Heverlee.

Naast trainingen speelt het hele Frisbee-gebeuren zich af op diverse tornooien (o.a. de belgische outdoor kampioenschappen). Deze tornooien gaan voornamelijk door vanaf maart tot en met september. Tornooien hebben plaats tijdens het weekend en soms zelfs 3 tot 4 dagen in binnen- en buitenland. Gezien de gemiddelde leeftijd van de Zeppelins zou het een grote hulp zijn moesten er ouders bereid zijn spelers van en naar een tornooi te brengen/halen.

Indien je geïnteresseerd bent om mee te helpen, geef Kasper een seintje.

Ouders zouden kunnen helpen met:

- Geldinzamelacties: Wafelbak, car wash, ... Fun stuff!
- Outfit: shirts, shorts, ...
- Vervoer
- ...

Wil je graag wat meer te weten komen over Ultimate Frisbee op Belgisch niveau, neem dan zeker een kijkje op:

<http://www.gethorizontal.blogspot.com/>

Dit is de blog van Bommie, een frisbeespeler van Gentle, het

Welkom bij JetSet VZW

Zeppelins: Trainingen en Kalender

Trainingen gaan elke maandagavond door op het voetbalveld aan de Abdij van 't Park, van 20:00 tot 22:00. Iedereen wordt op elke training verwacht. **Als je niet naar de training kan komen stuur een sms of email naar Kasper of Rik.** De trainingen worden voorbereid met een bepaald aantal spelers in het achterhoofd. Als dan plots blijkt dat maar 5 mensen op training zijn is dat niet alleen voor de trainers vervelend, maar ook voor je medespelers.

Er zijn een aantal maandagen waarop de training niet doorgaat. Dit wordt op voorhand meegedeeld via email.

Kom op tijd! De training start om 20:00. Er wordt verwacht dat iedereen om 20:00 op het plein staat en niet in de kleedkamer. De kleedkamers gaan normaalgezien om 19:50 open. Omkleden en douchen inbegrepen zijn we meestal tegen 22:30 klaar.

Welkom bij JetSet VZW

Emailgroep

Heel veel communicatie omtrent de ploeg gebeurt via email!

Wij gebruiken een Google group.

propellers-ultimate@googlegroups.com

Om in te schrijven, stuur je een email naar:

propellers-ultimate-subscribe@googlegroups.com

Om vorige berichten te zien en deel te nemen in de groep:

<http://groups.google.com/group/propellers-ultimate>



Kalender

De volgende evenementen zijn belangrijk voor de Zeppelins:

4 – 5 december 2009

JetSet trainingsweekend in de Hoge Rielen (inschrijven via membersarea website)

20 – 21 maart 2010

Belgian Ultimate Outdoor Championships Weekend 1

17 – 18 april 2010

Belgian Ultimate Outdoor Championships Weekend 2

3e of 4e weekend van juni 2010

Huyultimate toernooi in Namen

4^e weekend juli of 1^e weekend augustus 2010

Brussels Beach Hat Tournament

1e weekend van september 2010

Belgian Beach Championships

Er komt normaalgezien ook nog een beachtoernooi georganiseerd door onze eigen club, namelijk 'JetSet Goes Beach'. De datum waarop dit zal doorgaan is nog niet bekend.

Welkom bij JetSet VZW

Verwachte kosten

Frisbee is over het algemeen een goedkope sport.

Onderstaand een opsomming van de (mogelijke) kosten.

JetSet bankrekening:

Acct: 230-0029059-76
IBAN: BE91230002905976
SWIFT: GEBABEBB

JetSet VZW lidgeld

75 Euro lidgeld.

Tornooien

De meeste tornooien vragen een players fee die kan variëren van 20 tot 80 euro. Deze players fee kan kosten voor eten, slapen, ... dekken, maar dit verschilt zeer erg van tornooi tot tornooi.

T-Shirt en uniform

Elke speler wordt gevraagd een t-shirt van de club te kopen voor gebruik op tornooien. Een t-shirt kost 15 euro.

Frisbees

Leden kunnen Frisbees van de club kopen bij Freek Jansens (spitsvogel1@hotmail.com) aan 10 euro/stuk. Je schrijft best altijd je naam en eventueel ook telefoonnummer of emailadres in je disc.

Schoenen en kledij

Ultimate frisbee speel je met voetbalschoenen (geen metalen toppen!). Voor een koopje kan je terecht in de D-Store in Bierbeek.

Voor de trainingen draag je best sportieve kledij. Zorg dat je in de winter warm genoeg gekleed bent. We trainen namelijk het hele jaar door buiten. Ook in wind, regen, sneeuw, ...