



Judo

Sportreglement 2020

**Special
Olympics**
Nederland





1 Inhoud

1.	Officiële reglementen	3
2.	Officiële onderdelen.....	3
3.	Divisioning	3
3.1	Toegangsformulier	3
3.2	Plaatsing.....	3
3.3	Individuele vaardigheden.....	3
3.4	De vaardigheidslevels.....	4
3.5	Verdere divisioning criteria.....	5
4.	Wedstrijdregels.....	5
4.1	Scheidsrechter beslissingen	5
4.2	Wedstrijdtijd	5
4.3	Assistentie van de coach	6
4.4	Startposities.....	6
4.5	Verboden technieken	6
4.6	Wedstrijdsysteem	7
5.	Uniform en uitrusting.....	7
5.1	Judogi.....	7
5.2	Tatami (mat).....	8
6.	Penalty's.....	8
6.1	Verboden handelingen	8
6.2	Blessures	8
7.	Wedstrijd terrein	8
7.1	Tatami (wedstrijdmat)	8
7.2	Veiligheidsgebied.....	8
7.3	Media beperkingen.....	8
7.4	Benodigd personeel	8
8.	Coaching.....	9
8.1	Coaching.....	9
9.	Unified kata.....	9
9.1	Unified kata: Tori Special Olympics deelnemer, Uke Unified Partner.....	9
9.2	In Unified kata wedstrijden houdt de Joseki rekening met het volgende bij het beoordelen van de prestaties van de deelnemers:	9



1. Officiële reglementen

De officiële Special Olympics sportreglementen voor judo zijn geldig voor alle Special Olympics wedstrijden. Special Olympics heeft deze reglementen gebaseerd op basis van de reglementen van de International Judo Federation (IJF). Je kunt deze vinden op www.ijf.org. De IJF of National Governing Body (NGB) reglementen dienen te worden gevolgd, tenzij deze in strijd zijn met de officiële Special Olympics sportreglementen voor judo of Artikel 1. In dat geval zijn de officiële Special Olympics sportreglementen voor judo van kracht.

Doe een beroep op Artikel 1, https://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/Sports-Rules-Article-1-2017.pdf?_ga=2.132227532.316525934.1568279111-859348365.1487247740, voor meer informatie m.b.t. gedragscodes, trainingsstandaarden, medische en veiligheidsvereisten, divisioning, prijsuitreikingen en criteria voor doorgroei naar hogere competitie levels.

2. Officiële onderdelen

De verscheidenheid aan onderdelen is bedoeld om sporters op elk niveau in staat te stellen het in competitieverband tegen elkaar op te nemen. De Nationale Special Olympics programma's mogen zelf beslissen welke onderdelen ze aanbieden. Coaches zijn verantwoordelijk voor de training en de keuze van onderdelen die de sporter leuk vindt en het beste bij de sporter past. Op de Special Olympics World Summer Games wordt er maar één onderdeel aangeboden: individuele competities voor mannen en vrouwen.

3. Divisioning

3.1 Toegangsformulier

3.1.1 Alle sporters die meedoen aan een Special Olympics Judo Evenement worden aanvankelijk ingedeeld aan de hand van gegevens die verplicht zijn op het toegangsformulier van het evenement:

3.1.1.1 Vaardigheidsniveau

3.1.1.2 Exact gewicht

3.1.1.3 Leeftijd

3.2 Plaatsing

3.2.1 Iedere sporter zal in een geschikte divisie worden geplaatst; samen met andere sporters met dezelfde vaardigheden en eigenschappen, waarbij voldaan wordt aan de criteria van het IJF alsook aan die van de veiligheid. Dat is de eerste stap van divisioning. Zie de details hieronder.

3.3 Individuele vaardigheden

3.3.1 Een volgend divisioning proces zal plaatsvinden op het evenement. Hierbij wordt gelet op individuele vaardigheden wat het divisioning proces verbetert. Iedere sporter in zijn/haar geschikte pool moet een individuele vaardigheidstest afleggen in zowel tachi-waza en ne-waza of alleen in ne-waza, wanneer hij/zij zo is aangegeven door zijn/haar coach (in het laatste geval zal de sporter alleen concurreren in ne-waza tijdens de spelen die volgen).

3.3.2 Deze test zal afgenomen worden tijdens een trainingssessie, waar een 'divisioning official' samen met een tatami-opzichter na zal gaan of de pre-divisioning correct is. De genoemde trainingssessie zal de vorm hebben van een leuke tijd waarin de sporters een gevoel delen van ontspanning en genieten van het ontmoeten van andere sporters.

3.3.3 De trainingssessie zou de volgende technieken (waza) moeten bevatten:

3.3.3.1 Spelvormen om actie-reactie, judo, gevoel en vechtlust te testen

3.3.3.2 Kantelen van de tegenstander (uke) in grond positie tot een houdgreep (Osae komi-waza)



3.3.3.3 Een combinatie van werptechnieken (Nage-waza)

3.3.3.4 Valbreken (ukemi-waza) wanneer hij/zij wordt geworpen door de tegenstander (Tori)

- 3.3.4 De beoordeling van de vaardigheden zal gebaseerd zijn op de volgende criteria:
 - 3.3.4.1 Judo gevoel
 - 3.3.4.2 Begrip van de wedstrijd
 - 3.3.4.3 Voorspellen van bewegingen van de tegenstander
 - 3.3.4.4 Voorspellen van gevaar
 - 3.3.4.5 Gevoel van oorzaak-gevolg
 - 3.3.4.6 Techniek
 - 3.3.4.7 Prestatie van de sporter
 - 3.3.4.8 Snelheid van de technieken
 - 3.3.4.9 Reactie van de sporter
 - 3.3.4.10 Begrip van strategie
- 3.3.5 De genoemde vaardigheidslevels worden gevormd op basis van een vergelijking van iedere sporter met een alledaagse sporter die niet wedstrijdgericht is, recreatief of educatief aan judo doet en die zijn als volgt:

3.4 De vaardigheidslevels

- 3.4.1 Vaardigheidslevel 1
 - 3.4.1.1 Een judoka van level 1 kan concurreren in shiai vorm, zo goed als gelijk aan een hierboven genoemde 'recreatieve' judoka, heeft een perfect judogevoel, hij/zij is snel en krachtig in zijn/haar bewegingen, heeft een snelle reactie en is in staat om een strategie te bedenken tijdens de wedstrijd. Hij/zij voldoet maximaal aan de hierboven genoemde criteria
 - 3.4.1.2 Een sporter van level 1 heeft minimale begeleiding nodig van zijn/haar coach of de scheidsrechter om te concurreren.
- 3.4.2 Vaardigheidslevel 2
 - 3.4.2.1 Een judoka van level 2 kan concurreren in randori vorm, zo goed als gelijk aan een hierboven genoemde 'recreatieve' judoka, heeft een goed judogevoel, is enigszins langzaam en niet heel krachtig in zijn/haar bewegingen, heeft een redelijke snelle reactie en enig begrip van het concept strategie. Hij/zij voldoet aan de hierboven genoemde criteria tot op zekere hoogte.
 - 3.4.2.2 Een sporter van level 2 heeft matige begeleiding nodig van zijn/haar coach of de scheidsrechter om te concurreren.
- 3.4.3 Vaardigheidslevel 3
 - 3.4.3.1 Een judoka van level 3 kan alleen een speelse randori delen met een 'recreatieve judoka', heeft een redelijk judogevoel, is enigszins snel en krachtig in zijn/haar bewegingen, maar heeft geen besef van strategie. Hij/zij voldoet aan de hierboven genoemde criteria tot op matige hoogte.
 - 3.4.3.2 Een sporter van level 3 heeft veel begeleiding nodig van zijn/haar coach of de scheidsrechter om te concurreren.
- 3.4.4 Vaardigheidslevel 4
 - 3.4.4.1 Een judoka van level 4 kan alleen een speelse randori delen met een 'recreatieve judoka', maar hij/zij heeft daarvoor een beetje hulp nodig van de tegenstander. Hij/zij heeft een klein beetje een judogevoel en hij/zij is niet snel in zijn/haar bewegingen en reacties. Geen besef van strategie. Hij/zij voldoet matig aan de bovenstaande criteria.
 - 3.4.4.2 Een sporter van level 4 heeft veel begeleiding nodig van zijn/haar coach of de scheidsrechter om te concurreren.
- 3.4.5 Vaardigheidslevel 5
 - 3.4.5.1 Een judoka van level 5 kan alleen een speelse randori delen met een 'recreatieve judoka', maar hij/zij heeft daarvoor veel hulp nodig van de tegenstander. Hij/zij heeft geen judogevoel, hij/zij is erg passief en heeft volledige begeleiding nodig van zijn/haar coach en van de scheidsrechter om de kunnen concurreren.



3.5 Verdere divisioning criteria

3.5.1 Geslacht

3.5.1.1. Man/vrouw

3.5.2 Leeftijd

3.5.2.1. De organisatoren, afhankelijk van de situatie, hebben het recht om de leeftijdscategorieën te maken zodat, in combinatie met alle andere parameters van vaardigheidsniveau (levels, gewicht), zij de juiste pools kunnen verdelen die eerlijk en veilig zijn voor alle sporters.

3.5.3 Gewicht

3.5.3.1 Als er voldoende deelnemers zijn, is het mogelijk om op alle niveaus de officiële gewicht categorieën als richtlijn te gebruiken.

3.5.3.2 Mannen: <60kg, -66kg, -73kg, -81kg, -90kg, -100kg, +100kg

3.5.3.3 Vrouwen: <48kg, -52kg, -57kg, -63kg, -70kg, -78kg, +78kg

3.5.3.4. De organisator heeft de verantwoordelijkheid en daardoor ook de vrijheid om de gewichtsklasse zodanig op te bouwen in ieder evenement dat, in combinatie met alle andere parameters van het vaardigheidsniveau, er goede pools gecreëerd worden.

Girls 8 – 11 years	Girls 12 – 15 years	Girls 16 years	Ladies	Boys 8 – 11 years	Boys 12 – 15 years	Boys 16 years	Men
-24 kg				-24 kg			
24-26 kg				24-26 kg			
26-28 kg				26-28 kg			
28-31 kg				28-31 kg	-31 kg		
31-34 kg	-34 kg			31-34 kg	31-34 kg		
34-37 kg	34-37 kg			34-37 kg	34-37 kg		
41-45 kg	37-40 kg	-40 kg		37-41 kg	37-41 kg		
45-50 kg	40-44 kg	40-44 kg		41-45 kg	41-45 kg	-46 kg	
+50 kg	44-48 kg	44-48 kg	-48 kg	45-50 kg	45-50 kg	46-50 kg	
	48-52 kg	48-52 kg	48-52 kg	+50 kg	50-55 kg	50-55 kg	
	52-57 kg	52-57 kg	52-57 kg		55-60 kg	55-60 kg	-55 kg
	57-63 kg	57-63 kg	57-63 kg		60-66 kg	60-66 kg	60-66 kg
	+63 kg	63-70 kg	63-70 kg		66-73 kg	66-73 kg	66-73 kg
		+70 kg	70-78 kg		+73 kg	73-81 kg	73-81 kg
			+78 kg			+81 kg	81-90 kg
							90-100 kg
							+100 kg

3.5.4 Andere factoren

3.5.4.1 Wanneer een sporter niet in een geplaatst kan worden tijdens het eerste of het tweede divisioning proces, zal een volgend divisioning proces bepaald worden bij goeddunken van de respectievelijke coach en wedstrijdorganisatoren.

3.5.4.2 Criteria zullen dan zijn: veiligheid voor leeftijd, gewicht en ability van alle sporters in de pool.

3.5.4.3 Als niet alle niveaus kunnen worden aangeboden op een toernooi, kunnen niveaus worden samengevoegd. Opgemerkt dient te worden dat de registratie van deelnemers met een handicap die niet waren uitgenodigd geen reden is om correct geregistreerde deelnemers te herverdelen.

4. Wedstrijdregels

4.1 Scheidsrechter beslissingen

4.1.1 In alle gevallen waarin de voorgeschreven regels niet specifiek bepalen, maar waar de scheidsrechter van mening is dat de veiligheid van één of beide sporters op het spel staan, mag de scheidsrechter de wedstrijd direct staken en de nodige maatregelen nemen die hij/zij noodzakelijk acht. Hierbij is hij/zij bevoegd om straffende maatregelen te treffen.

4.2 Wedstrijdtijd

4.2.1 De duur van de wedstrijd is 3 minuten en zo nodig een 'Golden Score' van 1 minuut.



4.3 Assistentie van de coach

- 4.3.1 Als een sporter hulp nodig heeft met het betreden van de mat, dan is het toegestaan dat de coach de sporter assisteert wanneer de scheidsrechter hier toestemming voor geeft.

4.4 Startposities

- 4.4.1 Bij het inschrijven van een wedstrijd moet, op het aanmeldformulier, vermeld worden of de sporter in 'tachi-waza' (staande start) of 'ne-waza' (knielende of zittende start) zal concurreren.
- 4.4.2 Er zijn twee posities in 'ne-waza' waarin de sporter de wedstrijd kan starten.
- 4.4.2.1 Vanuit een knielende positie
- 4.4.2.2 Zitten naast elkaar met beide handen in basis 'kumi-kata' (pakking) en de benen voorwaarts uitgestrekt.
- 4.4.3 Als een sporter, vanwege zijn/haar handicap, vanuit 'ne-waza' moet starten, moet de tegenstander zijn/haar normale staande positie aanpassen naar de gekozen 'ne-waza' positie.
- 4.4.4 **Als de scheidsrechter, voor veiligheidsredenen, het niet eens is met de start van de wedstrijd in 'tachi-waza', kan hij/zij op ieder moment besluiten om na 'Mate' verder te gaan in 'ne-waza'.**
- 4.4.5 Een wedstrijd die is gestart in 'ne-waza', moet vervolgd worden in 'ne-waza'.
- 4.4.6 Op ieder moment is het mogelijk om punten te scoren met een werptechniek vanuit 'ne-waza' wanneer de wedstrijd is begonnen in 'ne-waza' of wanneer de startpositie tijdens de wedstrijd is veranderd naar 'ne-waza'.
- 4.4.7 Als sporters concurreren in 'ne-waza', is het niet toegestaan om de tegenstander recht achteruit te duwen.
- 4.4.8 In zowel 'tachi-waza' als in 'ne-waza' zorgt de scheidsrechter ervoor dat de nek van de sporter niet geklemd wordt op een manier dat er een kans is op blessures. Verder dan de ruggengraat in de nek pakken zorgt voor 'mate'.

4.5 Verboden technieken

- 4.5.1 Technieken die een offerworp lijken te zijn (sutemi-waza)
- 4.5.2 Armklemmen (ude-kansetsu-waza)
- 4.5.3 Verwurgingen/verstrengelingen (shime-waza)
- 4.5.4 Sankaku-waza (driehoektechnieken)
- 4.5.5 **Een voorwaartse en achterwaartse worp op één of twee knieën**
- 4.5.6 Boven op de tegenstander landen na een toegestane techniek
- 4.5.7 Iedere techniek die de nek van de tegenstander in gevaar brengt
- 4.5.8 In 'tachi-waza' zijn de volgende technieken verboden:
- 4.5.8.1 Koshi guruma
- 4.5.8.2 Kubi nage
- 4.5.9 In 'ne-waza' zijn de volgende technieken verboden:
- 4.5.9.1 Hon kesa gatame
- 4.5.9.2 Makura kesa gatame
- 4.5.9.3 Kata gatame
- 4.5.9.4 Tate shiho gatame (behalve variaties met maar één arm ingesloten)
- 4.5.10 Iedere techniek waarbij het hoofd van Uke wordt gecontroleerd is toegestaan mits Tori tegelijkertijd een arm van Uke controleert met zijn/haar eigen arm.



4.6 Wedstrijdsysteem

- 4.6.1 Iedere categorie die na de laatste divisioning wordt gevormd, mag maximaal uit 8 deelnemers bestaan.
- 4.6.2 Maximaal 5 deelnemers van dezelfde categorie vormen één pool. In deze pool wordt er gestreden volgens het round robin system.
- 4.6.3 Zes, zeven, of acht deelnemers in dezelfde categorie zullen verdeeld worden in twee pools genaamd A en B (3+3, 3+4 of 4+4) en moeten in hun eigen pool strijden volgens het round robin system. Aan het eind van de wedstrijd van beide pools zullen de twee winnaars van iedere pool in het finaleblok strijden. Dit zal de vorm hebben van een elementary knock out. De halve finales worden dan gevormd door het x patroon (A1 vs. B2, B1 vs. A2). De winnaars van de halve finales zullen in de finale om de eerste en tweede plaats strijden. Wanneer twee A's of twee B's de halve finale winnen moeten zij wederom tegen elkaar. De winnaar van die wedstrijd zal eerste worden en de verliezer tweede ongeacht het resultaat in de poolfase.
- 4.6.4 In geval van een gelijke stand tussen twee sporters uit één pool (gelijk aantal overwinningen en een gelijk aantal punten) en als zij beide kans maken op een podiumplaats (eerste, tweede, of derde) zal het onderlinge resultaat tellen en zal de winnaar van hun eigen wedstrijd door mogen naar de halve finale.
- 4.6.5 In geval van een gelijke stand tussen drie sporters uit één pool (gelijk aantal overwinningen en een gelijk aantal punten) en ze allemaal kans maken op een podiumplaats (eerste, tweede, of derde) zullen deze drie sporters een tweede kans krijgen om tegen elkaar te strijden. Mocht hetzelfde fenomeen zich na deze tweede kans weer voordoen, dan zal een besluit genomen worden op basis van het gewicht van de sporters die op diezelfde dag bij aankomst gewogen zijn.
- 4.6.6 In het geval dat een deelnemer niet mee wil doen aan een wedstrijd in de pool, ongeacht de aard, zullen zijn/haar resultaten worden gewist en tellen niet voor hem/haar, noch voor de tegenstander. Er zijn twee posities in 'ne-waza' waarin de sporter de wedstrijd kan starten.

4.7 Medische beperkingen

- 4.7.1 Een sporter met Down syndroom die is gediagnostiseerd met Atlanto-axial instabiliteit mag misschien niet deelnemen aan de sport judo. Raadpleeg artikel 1 voor meer informatie en procedures voor verwerping van deze restrictie. Als een sporter, vanwege zijn/haar handicap, vanuit 'ne-waza' moet starten, moet de tegenstander zijn/haar normale staande positie aanpassen naar de gekozen 'ne-waza' positie.

5. Uniform en uitrusting

5.1 Judogi

- 5.1.1 De sporters zijn verplicht om tijdens de divisioning en de wedstrijden uitsluitend een witte judogi te dragen.
- 5.1.2 Het onderscheid tussen twee sporters zal gemaakt worden door het dragen van een blauwe of witte judoband om de middel. Deze band wordt door de organisatie verzorgd in verschillende maten. Tijdens de wedstrijden zullen de sporters enkel deze banden dragen en geen andere banden.
- 5.1.3 De judogi moet schoon en netjes zijn, vrij van enig advertentiemateriaal of andere tekens. De organisatoren moeten, wanneer aangevraagd, iedere sporter van een bib verzorgen om op het pak te naaien op de achterkant van de judogi. De sporter is verplicht dit te doen. De bib is bedoeld om sporters te onderscheiden zowel tijdens de divisioning als tijdens de wedstrijden.
- 5.1.4 Vrouwen moeten een effen wit T-shirt dragen onder hun judogi.



5.2 Tatami (mat)

- 5.2.1 Iedere mat moet met de volgende spullen uitgerust zijn:
 - 5.2.1.1 Een scoreboard
 - 5.2.1.2 Twee competitie timers (met een elektronisch scoreboard is er maar één timer nodig)
 - 5.2.1.3 Een jurytafel met drie stoelen voor personeel en genoeg voor officials van de organisatie.
 - 5.2.1.4 Twee stoelen voor de scheidsrechters
 - 5.2.1.5 Een blauwe band en een witte band voor de judoka's
 - 5.2.1.6 Twee stoelen, een voor iedere coach

6. Penalty's

6.1 Verboden handelingen

- 6.1.1 Bij level 1, 2 en 3 kan de scheidsrechter het herhaald gebruik van verboden technieken bestraffen door 'shidos' te geven. In het geval van een verboden handeling zal de scheidsrechter een waarschuwing geven en uitleggen wat de aard van de verboden handeling is. Wanneer de verboden handeling wordt herhaald, zal de scheidsrechter een straf toekennen.
Richtlijnen: Voor level 1 – na 1 waarschuwing. Voor level 2 – na 2 waarschuwingen. Voor level 3 – na 3 waarschuwingen. In geval van level 4 en 5 zal de scheidsrechter de coach vragen aanwezig te zijn bij de uitleg zodat de toegepaste verboden handeling aan de deelnemer kunnen worden uitgelegd in de moedertaal of op de manier die van toepassing is op de deelnemer. Eventuele 'shidos' worden bij deze levels pas gegeven na herhaaldelijk uitleggen. Ook bij level 1 en 2 wordt het sterk aanbevolen de coach te betrekken bij de uitleg van eventuele verboden handelingen.

6.2 Blessures

- 6.2.1 Wanneer een sporter geblesseerd raakt door een verboden handeling en de wedstrijd niet kan vervolgen, wordt de geblesseerde sporter uitgeroepen tot winnaar. Alle blessures mogen op de tatami behandeld worden door de eerst hulp, geassisteerd door de coach van de sporter, als daarom gevraagd wordt.

7. Wedstrijd terrein

7.1 Tatami (wedstrijdmat)

- 7.1.1 De tatami moet minimaal 6 meter breed en 6 meter lang zijn tot maximaal 10 meter breed en 10 meter lang.

7.2 Veiligheidsgebied

- 7.1.2 Het veiligheidsgebied moet de tatami omringen en een andere kleur hebben (minimaal 3 meter breed).

7.3 Media beperkingen

- 7.1.3 Geen enkele fotograaf is toegestaan op een afstand van de tatami die kleiner is dan 3 meter.

7.4 Benodigd personeel

- 7.4.1 Dit geldt alleen voor competities op nationaal level of hoger:
 - 7.4.1.1 Drie scheidsrechters
 - 7.4.1.2 Een wedstrijdrapporteur
 - 7.4.1.3 Een tijdswaarnemer



8. Coaching

8.1 Coaching

Coaching is een belangrijk element in de judo sport. Aanwijzingen van een coach tijdens een wedstrijd, passend bij het level van de deelnemer, verzekert de veiligheid van beide deelnemers. Bij deelnemers van level 1 en 2 mag coaching alleen gegeven worden tijdens 'Mate'. Bij deelnemers van level 3 mag de coach hun deelnemer tijdens de wedstrijd aanmoedigen. Technisch advies mag in dit geval alleen gegeven worden tijdens 'Mate'. Bij deelnemers van level 4 en 5 mag technisch advies en aanmoediging gedurende de hele wedstrijd worden gegeven.

9. Unified kata

9.1 Unified kata: Tori Special Olympics deelnemer, Uke Unified Partner

9.1.1 Voor alle vaardigheids levels mogelijk.

9.1.2 Voor alle kata vormen mogelijk.

9.1.2.1 Categorie A1 - nage no kata - 3 groepen voor level 1, 2 en 3-beginner

9.1.2.2 Categorie A2 - nage no kata - 3 groepen voor level 1, 2 en 3-gevorderd

9.1.2.3 Categorie B1 - nage no kata - 2 groepen voor level 2, 3 en 4-beginner

9.1.2.4 Categorie B2 - nage no kata - 2 groepen voor level 2, 3 en 4-gevorderd

9.1.2.5 Categorie C1 - nage no kata - 1 groep voor level 3, 4 en 5-beginner

9.1.2.6 Categorie C2 - nage no kata - 1 groep voor level 3, 4 en 5-gevorderd

9.1.3 (Zelfde schema voor andere kata vormen mogelijk)

9.2 In Unified kata wedstrijden houdt de Joseiki rekening met het volgende bij het beoordelen van de prestaties van de deelnemers:

9.2.1 De kata begint en eindigt met een groet.

9.2.2 Het moet zo normaal mogelijk zijn, zo nodig aangepast.

9.2.3 Elke kata moet gebaseerd zijn op een bestaande katavorm (bijv. 'nage-no-kata', 'katame-no-kata', 'gonosen-no-kata' etc.)

9.2.4 Aandacht voor verbanden, bijvoorbeeld tussen verschillende worpen en technieken, als deze worden vervangen door andere technieken.

9.2.5 Kwaliteit van de uitvoering.

9.2.6 De controle over 'tori'.

9.2.7 De opbouw van de uitgevoerde techniek in stappen.

9.2.8 Verboden technieken in Shiai (bijv. 'sutemi-waza', 'kansetsu-waza', 'Shime-waza') zijn niet toegestaan.

9.2.9 Elke vorm van aanpassing moet worden ingevuld op het kata-inschrijvingsformulier.

9.2.10 Hulpmiddelen kunnen worden gebruikt en leiden niet tot puntenaftrek.