



A SIGNER ET A NOUS TRANSMETTRE OBLIGATOIREMENT

La salle étant utilisée par plusieurs sections (Judo, Jujitsu, Chanbara, Karaté...), il convient de respecter un minimum de règles de sécurité, d'hygiène et d'utilisation de la salle, des aménagements ainsi que des appareils mis à disposition.

1. Le Dojo

Il n'est accessible par les sportifs qu'en présence d'un responsable (professeur, animateur, cadre responsable, membre du bureau).

2. Issues de secours

Les issues d'accès et de secours ne seront en aucun cas encombrées et resteront impérativement libre d'accès et utilisables à tous moments.

3. Téléphone

Le téléphone de la salle ne doit être utilisé qu'en cas d'urgence (incident, accident).

4. Les dispositifs de lutte contre l'incendie

Les extincteurs ne seront utilisés qu'en cas d'incendie. Ils ne doivent pas être manipulés, déplacés ou dissimulés.

5. Utilisation du tatami

L'accès sur le tapis se fera pieds nus. En aucun cas en chaussures de ville, baskets, ou tongs.

6. Matériel

L'utilisation des appareils de musculation, du matériel mis à disposition (élastiques, médecine ball, bâton, pèse personne...) ne doit se faire qu'en présence et avec l'autorisation d'un cadre responsable. Après utilisation chaque appareil sera soigneusement remis à sa place.

7. Accès à la salle :

- **Les mineurs devront être récupérés dans le dojo par les parents ou un adulte autorisé. En cas d'attente, ils devront rester dans l'enceinte du dojo.**
- **Les pratiquants doivent être en possession d'un certificat médical de « non contre - indication à la pratique du Judo, du Jujitsu, du Chanbara et/ou du Karaté.**
- Ne pas apporter d'objet de valeur au dojo, le club ne peut en aucun cas être tenu pour responsable en cas de perte ou de vol.
- Respecter le silence et parler à voix basse pour ne pas perturber les cours.
- Frotter vos chaussures sur le paillason de l'entrée par mauvais temps (pluie, neige...)
- Ne pas stationner devant la porte d'entrée à l'extérieur comme à l'intérieur.

8. Circulation dans la salle

Les pratiquants doivent, impérativement, être en possession de tongs ou zoori pour circuler dans la salle, et en aucun cas pieds nus, quelques soit la discipline. Il est interdit de courir aux environs du tatami et des appareils de musculation.

9. Utilisation des vestiaires et sanitaires

- Utiliser les portes manteaux pour déposer vos vêtements. Pas de vêtements au bord du tatamis ni à terre.
- Utiliser les poubelles mises à disposition pour jeter vos pansements, bouteilles, autres déchets.
- Laisser les sanitaires aussi propres que vous les avez trouvés.



10. Horaires

- Respecter les horaires affichés dans le dojo.
- **Les pratiquants mineurs restent sous la responsabilité de leurs parents jusqu'à la prise en charge par le professeur** (merci de vous assurer de sa présence).
- Les pratiquants doivent impérativement être en tenue au bord du tapis (assis sur les bancs mis à disposition et non sur les appareils de musculation) 5 minutes avant le début des cours. Tout retard répété et injustifié pourra entraîner une sanction.

11. Cotisations et adhésions

Tout trimestre débuté est dû en totalité. Tout abandon pendant la saison devra être justifié par certificat médical (ou déménagement ou raison personnelle) pour permettre le remboursement des trimestres non échus.

12. Pratique des activités proposées

- Les pratiquants s'engagent à apporter un soin constant à la correction et à la propreté de leur tenue.
- Les jeunes pratiquants doivent être passés aux toilettes avant la séance afin d'éviter de perturber le cours.
- Chewing gum, bonbons et autres nourritures sont interdits sur le tatami.
- Chaque pratiquant doit être en possession d'une bouteille d'eau pour les cours., de préférence une gourde au lieu d'une bouteille plastique.
- Prévenir le cadre responsable en cas de sortie du tatami, d'absence, maladies ou autres.
- Les ongles des mains et des pieds doivent être coupés très courts (pour éviter les blessures).
- Les cheveux longs doivent être noués par des élastiques sans fer (pas de barrette en fer).
- **Les pratiquants arrivent en vêtements civils et se changent dans le vestiaire en tenue kimono.**
- Tous les objets métalliques, bijoux, bracelets, percing, (...) sont proscrits.

13. Pratique féminine :

- Les pratiquantes porteront sous leur kimono un tee shirt long, blanc, à manches courtes.
- Le maquillage est à éviter et pour des raisons de sécurité, les bijoux, piercings sont interdits sur le tatami.
- Elles doivent se procurer des sous - vêtements adaptés à la pratique de l'activité (ex : soutien – gorge sans armature).

Tous les licenciés et leurs parents doivent s'engager à respecter le présent règlement intérieur, les règles de vie en société, le règlement FFJDA & FFKDA, ainsi qu'un Code Moral des Arts Martiaux.

Les membres du Bureau

Signature de l'adhérent :