

# Règlement Intérieur Kung-Fu:

## 1. Le comportement :

Chaque personne doit respecter les règles de savoir-vivre et de savoir-être en collectivité. Le respect des autres personnes et du matériel est exigé de la part de tous les pratiquants. Aussi, toute personne dont le comportement ou les propos seraient non conformes à l'éthique du club se verra exclu du cours. Sont considéré comme motifs d'exclusion toute injure, insulte ou comportement agressif, dangereux ou d'incivilité.

Pour les élèves qui débutent à 16h45 les jours d'école, un petit goûté équilibré (pas trop sucré) est toléré avant de commencer le cours. Les élèves sujets aux hypoglycémies devront avoir avec eux de quoi se resucrer si besoin. En dehors de cela aucune nourriture ne sera acceptée en cours.

Les retards pourront être refusés par le professeur. Dans tous les cas l'élève devra suivre les conseils de ce dernier (échauffement, etc.) si il est autorisé à prendre le cours en route.

Sauf autorisation ou demande du professeur, les parents ou accompagnants ne sont pas admis pendant les cours (ni à regarder derrière les fenêtres). Cela entraînant une déconcentration des élèves pouvant s'avérer dangereuse.

## 2. Tenue vestimentaire :

Chaque élève devra se présenter en cours avec :

### **Kung-Fu :**

- **La tenue du club propre** (celle ci est à achetée auprès du professeur).
- Cette tenue comprend un **pantalon de kimono de kung-fu noir**, le **tee-shirt du club de l'année** (si disponible, à défaut un tee shirt blanc uni), la ceinture du club.
- Un haut de kung-fu pourra s'ajouter si le professeur pense cela nécessaire (salle non chauffée) ou si l'élève en éprouve le besoin.

### **Self Defense et Longevity System:**

- Une **tenue propre réservée à l'activité uniquement**. Des vêtements souples et respirants (pas de jupes ou de robes). Une tenue spécifique pourra être imposée (ce n'est pas le cas au moment de la rédaction).
- En Self Defense les tenues amples sont proscrites pour des raisons de sécurité. Elles sont encouragées en Longevity System.
- Les shorts échancrés, les hauts courts ou décolletés ne seront pas acceptés pendant les cours.

### **Pour tous**

- Sur tapis, des **chaussettes ou chaussons propres** sont **obligatoires** (sauf décision du professeur). Les chaussons devront être validé par le professeur (demander son avis avant de les acheter).
- Sur carrelage et parquet des **chaussures de kung-fu** à usage dédié à la salle (sauf tapis)..

- Les **bijoux ne sont pas autorisés** et le professeur pourra les faire retirer, mais ne prendra pas de responsabilité en cas de perte. Ce dernier ne pouvant surveiller systématiquement le respect de cette consigne, l'élève (ou ses parents) prendra l'entière responsabilité des dommages causés (à soi ou à autrui) du fait de leur port. Il en est de même pour le port des lunettes.

## 3. Matériel :

Chaque élève devra avoir son **matériel personnel** (gants de boxe, protège dents, etc.) suivant les indications du professeur.

Pour des raisons d'hygiène, ceux ci ne pourront être prêtés.

Le matériel appartenant à l'association et mis à disposition (tapis, lests, miroir, etc...) doit être utiliser à bon escient et chacun s'engage à respecter les consignes données par les animateurs et à le restituer à la fin de chaque séance en bon état.

## 4. Responsabilité :

Bien que veillant à la sécurité maximale nos activités présentent un certain risque. Y adhérer c'est en prendre la responsabilité et accepter de ne pas remettre la faute sur le club ou le professeur en cas de blessure.

Il est également de la responsabilité de l'adhérent (ou de ses parents) de veiller à sa bonne disposition physique. Il convient de demander l'avis d'un médecin même si un certificat médical n'est pas demandé. En cas de doute sur sa capacité à faire un exercice l'élève devra le signaler au professeur.

## 5. Hygiène :

Pour votre confort et celui de chacun, des règles d'hygiène et de sécurité devront être respectées.

Outre le port d'une tenue propres réservée uniquement à l'usage du cours, l'élève devra :

- Se munir d'une **serviette** à déposer en cas d'utilisation de tapis de sol.
- Avoir une **gourde personnelle** remplie d'eau (pas de sodas).
- Se nettoyer les mains en entrant dans la salle (gel désinfectant, si mis en place).
- Respecter les règles d'hygiènes en vigueur et pouvant être mises à jours (pandémie, etc.).
- Nettoyer le matériel qu'il aura utilisé à chaque fin de séance avec un désinfectant mis à sa disposition. L'élève a aussi la possibilité d'amener son propre matériel (avec accord du professeur).
- Le matériel ne doit être déplacé ou utilisé que si le professeur en a donné l'ordre.

Le **Club Omnisport de Tanneron** et ses professeurs comptent sur chacun de vous quant à l'application et le respect de ce règlement intérieur.

En vous remerciant.