



REGLEMENT INTERIEUR

I/ HORAIRES :

- Il est préférable d'arrivée quelques minutes avant le début de la séance.
- Les retards rares et excusés seront acceptés.
- Les retards répétitifs et sans excuses ne seront pas tolérés et le moniteur se réserve le droit de refuser l'accès à la séance qu'il anime.
- Durant les vacances scolaires, les horaires des séances seront communiqués par courriel.

II/ ADHESIONS :

- Adultes et enfants à partir de 6 ans, sont acceptés.
- **Il est possible de pratiquer 2 séances d'essai avant l'inscription définitive.**
- **Le club dégage toute responsabilité en cas d'accident lors de cette séance.**
- A l'issue de ces séances, chaque pratiquant devra être obligatoirement inscrit pour assister aux entraînements. Aucune inscription ne pourra être validée avant retour du dossier complet (formulaire d'inscription et certificat médical intégralement remplis, documents et règlement du montant de l'adhésion annuelle, photos d'identité).
- Les compétiteurs devront également faire compléter leur passeport sportif par les médecins concernés.
- L'adhésion annuelle comprend uniquement la cotisation au club et pas la licence fédérale.
- L'adhésion permet l'accès à toutes les activités proposées par l'Association.
- Il est possible de régler en plusieurs fois. Les différents tarifs sont consultables sur le tableau joint en annexe.
- Toute cotisation versée est définitivement acquise. Aucun remboursement en cours d'année ne sera effectué en cas de démission, exclusion (sauf cas d'obligation professionnelle, de grossesse ou de déménagement).

III/ MATERIEL :

L'équipement spécifique à la pratique de chaque activité proposée par l'Association (propre à chaque adhérent) est nécessaire :

Pour la boxe :

- 1 paire de gants de boxe (le club peut en prêter pour les premières séances).
- Le port de bandes ou de mitaines est conseillé. Il est obligatoire dans les gants prêtés par le club, pour raison d'hygiène.
- 1 protège-dents (obligatoire).
- 1 coquille (obligatoire pour les hommes, comme pour les femmes).
- 1 protège poitrine (fortement conseillé pour les femmes).
- 1 paire de protège-tibias (modèle spécifique aux sports de combat), 1 paire de chausson de full contact ou de « chaussettes » protège-tibias pieds.
- 1 tenue de sport **sans poches et sans fermeture éclair** au choix du pratiquant, qui devra toujours rester correcte.

Les tee-shirts longs ou amples sont interdits (risques d'accrochages)

- En full contact, le port de la ceinture (grade officiel) est obligatoire à l'entraînement et obligatoire pour toutes compétitions.

Pour le JJB & LUTA LIVRE :

- 1 kimono propre avec ceinture.
- le port d'1 t-shirt sous le kimono est autorisé pendant les cours.
Les tee-shirts longs ou amples sont interdits (risques d'accrochages)
- 1 protège dents.
- Pas de shorts avec poches et/ou fermeture éclair !

Pour le PANCRACE/MMA/GRAPLING :

- 1 paire de mitaine (le club peut en prêter pour la première séance).
- 1 protège-dents (obligatoire).
- 1 coquille (obligatoire pour les hommes, comme pour les femmes).
- 1 protège poitrine (fortement conseillé pour les femmes).
- 1 paire de protège-tibias (modèle spécifique aux sports de combat), 1 paire de chausson de full contact ou de « chaussettes » protège tibias/pieds.
- 1 fightshort ou un short sans poche et sans fermeture éclair ou un collant de type running.
- 1 rash ou un t-shirt collant.

Les tee-shirts longs ou amples sont interdits (risques d'accrochages)

- Le club décline toute responsabilité en cas de défaut de port des protections obligatoires durant les entraînements de toutes les activités de l'Association.

- Le matériel appartenant au club (gants, cordes, sacs, tapis...) est à la disposition de chacun, mais doit être rangé correctement dans le local après chaque utilisation.

IV/ USAGE DE LA SALLE :

- Chacun s'engage à maintenir dans un parfait état de propreté les locaux gracieusement mis à notre disposition par les municipalités.
- Pour les activités nécessitant le port de chaussures (ex. cardio training, aérobic...) et afin de conserver en bon état le revêtement de sol de la salle, les chaussures utilisées devront être spécifiques à la pratique de ces activités et ne doivent pas être portées à l'extérieur.
- Un vestiaire et des douches sont à la disposition de chacun. Il est conseillé de n'y laisser aucun objet de valeur, le club déclinant toute responsabilité en cas de vol.
- La pratique des activités de l'Association, notamment les sports de combats, ne s'exerce qu'au sein du club durant les entraînements, démonstrations ou compétitions et en présence d'un moniteur. Le club n'est responsable de ses adhérents qu'à compter de leur entrée dans la salle et dans la limite des horaires de cours. Toute personne pratiquant hors de ce cadre engage sa responsabilité personnelle pour tous incidents pouvant survenir.

V/ HYGIENE ET SECURITE

- Chaque pratiquant doit surveiller son hygiène corporelle (arriver propre aux cours...), les ongles des mains et des pieds doivent être coupés courts.
- Les équipements doivent être propres (tenues lavées, matériels nettoyés...).
- Le port de bijoux, montres ... est strictement interdit.
- Les piercings et boucles d'oreilles doivent être retirés avant le début du cours, si pour une raison quelconque ils ne peuvent être retirés, ils devront être protégés par un strap.
- Il est interdit de ni voler ni abimer les affaires d'autrui.
- Il est interdit de se présenter au groupe, alcoolisé ou sous l'effet d'une drogue douce ou dure.
- Il est interdit de pratiquer du business illégal entre les murs de l'association.

VI/ DISCIPLINE :

- Chaque membre de l'Association est tenu de respecter le présent règlement, aucun manque de respect envers les enseignants et les pratiquants ne sera accepté.
- Le moniteur peut décider de l'exclusion temporaire ou définitive de la séance qu'il anime, de tout pratiquant ne respectant pas le présent règlement ou qui par sa tenue, son attitude, ses paroles ou ses gestes empêcherait le déroulement de la séance dans de bonnes conditions d'apprentissage et de sécurité.
- Lorsque les manquements précités perdurent ou entraînent un préjudice pour le club ou l'un de ses adhérents, le Conseil d'Administration, après avoir entendu les explications du fautif, peut décider de son exclusion temporaire ou définitive du club.

VII/ COMPETITIONS :

- Chaque compétiteur doit avoir sur lui, le jour de la compétition, tous les documents préalables nécessaires à l'entrée en compétition (certificats médicaux, électrocardiogramme, fond d'œil ...).
- Sauf cas exceptionnels (maladie, raison professionnelle...), les désistements aux compétitions moins de 10 jours avant le départ ne donnent pas lieu au remboursement des frais engagés par le compétiteur se désistant.
- L'ascension d'un niveau supérieur dans les sports de percussion passera obligatoirement par 10 victoires dans le niveau inférieur ou 20 combats réalisés. Cette ascension peut être réduite dans le temps uniquement par la décision de l'ensemble du cadre enseignant après consultation.

