

柔術



BUDO CLUB  
COURTETELLE

JU-JITSU

## REGLEMENT DU BUDO CLUB COURTETELLE ET COMPORTEMENT DANS LE DOJO

*On n'oubliera jamais que le Dojo est un lieu d'entraînement technique mais également une préparation mentale. Les règles et la politesse sont également de mise.*

### Budo Club :

- Dans le Dojo, on se comporte de façon calme.
- On respecte le matériel mis à disposition ainsi que les locaux.
- La propreté est un devoir (propreté du corps et propreté du kimono).
- Les ongles des doigts de pieds et des mains sont coupés courts.
- Le tatami sera utilisé uniquement à pieds nus.
- Les colliers, les anneaux et autres objets métalliques sont à enlever avant l'entraînement pour la sécurité de chacun.
- On ne fume pas dans les locaux.
- En cas d'empêchement on s'excuse auparavant pour la leçon.
- On respecte les instructions de l'entraîneur. En cas de comportement inadapté celui-ci peut ordonner le renvoi à la maison, voire l'exclusion du club.
- On veille à aller régulièrement et à l'heure aux entraînements.
- Dans le Dojo, le respect et la tolérance doivent être accordés à chacun.
- Chaque membre s'assure personnellement pour les accidents.
- Le club décline toute responsabilité en cas d'accident.
- Les enfants en 9<sup>e</sup> année peuvent suivre les entraînements du soir, avec l'autorisation des parents.
- Une demande d'admission doit être remplie par écrit après le mois d'essai et être remis à la caissière ou à un entraîneur.
- Les photos des membres sont utilisées uniquement pour le site internet du club et à aucune autre fin (sauf accord).

### Jujitsu :

- Lors de l'entrée et de la sortie sur le tatami, on salue (RITSUREI), le salut debout.
- Au début et à la fin de la leçon, l'entraîneur et les élèves se saluent (ZAREI), salut à genoux.
- Une démission doit être faite par écrit au plus tard au 30 novembre de l'année en cours afin de pouvoir l'annoncer à l'ASJJ.
- Une demande de congé doit être faite par écrit ou oralement au plus tard au 30 novembre de l'année en cours afin de pouvoir l'annoncer à l'ASJJ.
- Lorsque l'adversaire signale un abandon, il faut relâcher immédiatement toutes les prises.
- Il est illégal d'utiliser les techniques apprises en dehors du Dojo, exception faite de la légitime défense.
- Pour les enfants pas d'entraînement pendant les vacances scolaires.

**MMA :**

- *En début et en fin d'entraînement le salut est obligatoire*
- *Lorsque l'adversaire signale un abandon, il faut relâcher immédiatement toutes les prises.*
- *Il est illégal d'utiliser les techniques apprises en dehors du Dojo, exception faite de la légitime défense.*
- *Les sparrings se font avec bienveillance. Si deux participants veulent combattre à un niveau d'intensité élevé. Ils se mettent d'accord sur le niveau avant le sparring.*
- *Les adhérents prennent soin du matériel mis à disposition et sont invités à acheter le matériel nécessaire s'ils souhaitent s'entraîner sur la durée.*

*Courtételle le 07 décembre 2024*