

RAMBOUILLET AÏKIDO

cours adultes



Nom:

Prénom:

Adresse:

Numéros de téléphone

>
>
>
>
>

email:

Nom et numero de téléphone de la personne à prévenir en cas d'urgence:

>

problèmes médicaux connus (allergie asthme.....etc):

Pour tout accident important, il sera fait appel aux services d'urgence 18 ou 15.

rambouillet, le

Signature du licencié

(1) j'autorise

(1) je n'autorise pas

le club à me photographier lors de cours ou stages
pour des articles de journaux locaux ou le site internet de l'association

(1) j'autorise

(1) je n'autorise pas

le club à diffuser mon email auprès des adhérents du club, pour l'échange, l'organisation de
covoiturage lors de stage.

(1) rayer la mention inutile

L'inscription et la participation aux cours impliquent ipso facto l'acceptation de ces règles :

- 1-** Cours à tous les pratiquants obligatoirement licenciés dans une fédération et assurés pour la pratique de la discipline.
- 2-** Si blessure ou petit bobo, chaque pratiquant aura obligation d'un pansement correct pour la pratique.
- 3-** Le port des bijoux est proscrit pendant la pratique.
- 4-** Les cours commencent à l'heure précise : **Enfants : 17h 30 – 18h 30**
Adolescents : 18h 30 – 19h 30 **Adultes : 19h45 -21h45**
- 5-** Les parents ou responsables des jeunes pratiquants sont tenus de les accompagner jusqu'au DOJO, 15 minutes avant le début du cours et de les récupérer également au DOJO en fin de cours.
- 6-** Les incidents pouvant survenir à l'extérieur à partir du véhicule des parents ou responsables jusqu'au dojo sont sous l'entière responsabilité de ceux-ci.
- 7-** Les cours d'Aïkido sont l'enseignement d'une discipline martiale avec une étiquette, une philosophie, le respect de l'autre, de sa propre intégrité et de celle de ses partenaires.
- 8-** La façon correcte de s'asseoir sur le tatami est la position **seiza**.
- 9-** Lorsque le **Sensei** arrive sur le tatami tous les pratiquants sont en **seiza** sur une ligne ou plusieurs et prêts pour le salut formel .
- 10-** On dit habituellement << **Onegaï Simasu** >> au moment du salut du début du cours et << **Arigatoo Gozaimashita** >> (merci) en fin de cours.
- 11-** Il convient de faire son possible pour respecter l'harmonie du DOJO et de donner de la plénitude à la pratique.
- 12-** Pendant la pratique, il est interdit de quitter le tatami sauf en cas de blessure ou d'un vrai problème.
- 13-** Quand le **Sensei** vous montre un mouvement particulier pendant le cours, mettez- vous à genoux et regardez attentivement. Saluez- le lorsqu'il a terminé. Quand il corrige un autre pratiquant, vous pouvez arrêter de travailler pour regarder. Asseyez-vous en **seiza** et saluez de même.
- 14-** Dès que la fin d'une technique est annoncée, arrêtez immédiatement votre mouvement, saluez votre partenaire et rejoignez les autres pratiquants assis en ligne.
- 15-** Respectez les pratiquants les plus gradés. Ne discutez jamais à propos d'une technique.
- 16-** Parlez le moins possible sur le tatami.
- 17-** Les règles en vigueur sur le tatami doivent être respectées par tous.

Le club et L'enseignant dégagent toute responsabilité en cas de non respect des règles en vigueur pour la pratique

André Meunier 5^oDan-BE2 :

Le Pratiquant :