

REGLEMENT INTERIEUR

1) GENERALITES

- a) Statutairement, l'association ABCC s'est fixé une méthode d'enseignement en continuité avec ce qui a été transmis du Japon, pays d'origine des Arts Martiaux.
- b) Règle de base : Il ne peut y avoir de progrès sans discipline et respect.

2) CONDUITE ET DISCIPLINE

- a) Les membres ont à l'esprit que la pratique des Arts Martiaux est une méthode d'éducation physique et morale destinée à assurer le développement maximum de leurs possibilités.
- b) Chaque membre s'engage au respect des traditions, des professeurs, des partenaires ou adversaires aussi bien au Dojo qu'en compétition. Des observations que l'on peut avoir à formuler se font avec courtoisie et surtout sans y faire participer des personnes non concernées ; elles sont en tout cas à proscrire sur le tatami.
- c) Tout pratiquant s'engage à respecter les méthodes d'enseignement et le contenu du programme établi par le Directeur des cours, aucune contestation n'étant tolérée.
- d) Aucun trouble ne sera toléré à l'intérieur du Club. Tous les membres doivent montrer par leur attitude et leur comportement qu'ils ont complètement compris et assimilé le Mental propre aux Arts Martiaux.
- e) Il n'est fait entre les membres aucune distinction suivant leur nationalité ou leur position sociale. Seul est pris en considération le grade.
- f) Tout pratiquant désirant s'entraîner, faire des compétitions ou rendre visite ç un autre club demandera l'autorisation à son professeur. Il en est de même pour les Instructeurs qui devront en avvertir le Président de l'association.
- g) Les professeurs se respectent mutuellement et les discordances qui pourraient exister dans leurs conceptions d'enseignement doivent être réglée hors de la présence des élèves, avec l'arbitrage du Directeur Technique.
- h) L'assistance aux diverses activités organisées par le Club oit concrétiser l'existence de liens amicaux entre les membres de l'association.
- i) Les démissionnaires voudront bien adresser une lettre au Président indiquant le motif de leur départ.
- j) En cas d'infractions répétées au présent règlement, et après avertissement, les membres fautifs seront exclus de l'association.

3) HYGIENE

- a) Chaque membre doit se présenter dans un état de propreté corporel et vestimentaire rigoureux.
- b) Les ongles des doigts et des orteils seront coupés ras afin d'éviter des coupures infectueuses.
- c) Le port de bijoux (bagues, montres, boucles d'oreilles, piercings, bracelets...) sont rigoureusement interdits, car ils représentent un danger pour le partenaire et pour soi-même.
- d) Chaque membre devra participer au maintien de l'ordre et de la propreté dans le club, et plus spécialement sur le tatami, les vestiaires et les toilettes.

4) COTISATIONS

- a) Les cotisations sont payables avant le 5^{ème} jour de la période de cours choisis.
- b) Tout trimestre commencé est dû en entier. Aucun remboursement ne pourra être effectué.
- c) La licence assurance sera réglée dès le début de chaque année sportive.
- d) Le certificat médical sera fournit dans les 8 jours suivant d'inscription.

Ce présent règlement est remis chaque année à tous les membres de l'association, chacun s'engageant à le respecter.

ATTITUDE AU DOJO

**Texte du Maître Ishiro ABE 9^{ème} DAN
Directeur du KODOKAN de TOKYO**

- Il ne faut jamais oublier que le Dojo est un lieu de culture spirituelle aussi bien que d'entraînement technique.
- Il faut saluer (Ritsu/Rei) quand on arrive et quand on s'en va.
- Il faut respecter scrupuleusement les règles de la politesse et les règles particulières aux Arts Martiaux :
 - s'efforcer en toutes circonstances d'aider ses partenaires et de n'être jamais pour eux, une cause de gêne ou de désagrément
 - respecter les ceintures supérieures et accepter leurs conseils sans discuter. De leur côté, les ceintures supérieures doivent aider la progression de ceux qui sont moins avancés, avec sollicitude et cordialité.
- Lorsqu'on ne travaille pas, on doit avoir une tenue correcte, ne jamais se permettre des attitudes négligentes, même si l'on est fatigué.
- On doit rester silencieux et, si l'on a à parler, seulement pour la pratique, ne le faire qu'à voix basse.
- On ne doit pas retirer son Kimono dans le Dojo, sauf sur invitation du professeur. Il faut donc aller au vestiaire.
- On doit apporter un soin constant à la propreté de sa tenue, propreté du Kimono, propreté corporelle, ordonnance du Kimono qui doit être remis en place aussi souvent qu'il sera nécessaire. Il est interdit de porter un vêtement sous le kimono, sauf avec autorisation du professeur.
- Les ongles des mains et des pieds doivent être coupés très courts. Il faut enlever, pour pratiquer, chaînes et bagues qui peuvent entraîner des accidents pour le porteur ou le partenaire.
- On doit respecter exactement l'horaire des cours (sauf autorisation particulière). On ne doit pas quitter le Dojo avant la fin de la leçon du professeur.
- Au début et à la fin de la leçon, le professeur et les élèves se saluent mutuellement.
- Avant et après avoir pratiqué ensemble, on doit se saluer, chacun veille à ce que son Kimono soit en ordre.
- Lorsqu'on arrête de travailler, ou que l'on vient au Dojo sans pouvoir pratiquer, on doit suivre attentivement ce qui se passe sur le tapis, profiter des explications données et tirer un enseignement du travail en cours.
- Lorsqu'on rentre au Dojo, avant de se mettre en Kimono, on doit d'abstenir de fumer, et se comporter avec la plus grande discrétion, évitant toute conversation bruyante ou étrangère au judo.