



# Règlement intérieur

Saison 2022-2023

## Avant ton cours :

- Sois à jour de ta cotisation club et de ta licence fédérale.
- Pense à éteindre ton téléphone pour éviter de perturber le cours.
- Pense à retirer tes bijoux : montre, barrettes, collier, afin d'éviter les blessures.
- Seules les filles sont autorisées à porter un t-shirt blanc sous leurs kimonos. Les chaussettes sont interdites sauf raisons médicales.
- Pense à boire. Tu ne pourras boire pendant le cours que si le professeur te le permet.
- S'il y a un cours avant le tien, ne parle pas pour ne pas déranger. Ne pénètre pas sur l'air de tatamis même pour y déposer tes affaires.
- Arrive à l'heure vêtu de ton Karate-Gi (Kimono) et de ta Ceinture ou de ta tenue de Body Karaté / Cross Training / Cardio Défense. Ta tenue vestimentaire ne doit jamais être négligée.

## Pendant ton cours :

- Salue (salut debout) avant d'entrer dans le Dojo. Sur les tatamis, reste discret, évite de parler ou de faire du bruit.
- Au moment de démarrer le cours, au signal du professeur, aligne toi par ordre de grade.
- Le salut collectif marque le début du cours et la fin du cours.
- En cas de retard, patiente à l'entrée du Dojo en attendant que le professeur te face signe d'entrer.
- Lors des cours, regarde bien les démonstrations, afin de reproduire les exercices qui sont demandés. Le silence doit être respecté. Tu peux poser toutes les questions nécessaires à la compréhension de l'exercice.
- Salue ton partenaire avant et après chaque exercice. Ne pose pas de questions et ne parle pas avec lui. Sois attentif aux corrections que t'apporte ton professeur. Il est le seul à pouvoir te conseiller pendant le cours.
- Les professeurs qui viennent s'entraîner/se former au Club doivent se comporter comme des élèves et en aucun cas, comme des professeurs. Seuls les professeurs du KCBO peuvent conseiller les élèves en suivant une certaine progressivité dans l'apprentissage et avec la pédagogie qui est la leur.
- Respecte ton professeur en écoutant ses conseils sans perturber les autres élèves.
- Demande l'accord du professeur pour sortir exceptionnellement du Dojo pendant le cours ou pour partir avant la fin du cours.

## Après ton cours :

- **Après le dernier salut, quitte le Dojo discrètement pour ne pas perturber le cours suivant.**

Le règlement sera relu et expliqué en début d'année

En cas de comportement inadapté, (retard permanent, bavardage intempestif, remarque inadaptée...)

le professeur se réserve le droit d'exclure l'élève du Club de manière temporaire ou définitive.