

Clubreglement

Algemeen:

- Ieder lid van onze club wordt verondersteld dit reglement te kennen en er zich aan te houden
- Dit reglement is samengesteld door het clubbestuur en kan ten allen tijde worden bijgewerkt. Wijzigingen of aanvullingen zullen via de website en het clubblad meegedeeld worden
- Karate wordt enkel in de dojo beoefend en niet erbuiten, tenzij in geval van zelfverdediging
- De waarden die je tijdens de trainingen worden meegegeven zijn ook toepasselijk buiten de trainingen (nederigheid, hoffelijkheid, beheersing, respect,...)
- Pesten of discriminatie (op welke basis dan ook) worden niet toegelaten
- Blijf uit de buurt van de scheidingswanden wanneer deze op- of neergelaten worden.
- De scheidingswanden dienen alleen om de zaal te verdelen en niet om aan te hangen, op te kruipen, tegen te duwen, tegen te leunen,...
- Bij veelvuldig overtreden van dit reglement kan een lid gedurende een bepaalde periode worden geschorst of uitgesloten

Voor de training:

- Ouders zijn verantwoordelijk voor hun kinderen tot wanneer de training begint
- Zorg ervoor dat je in de sporthal andere sporters niet stoort
- Gebruik alleen de kleedkamers die ons toegewezen zijn
- Hou de kleedkamers netjes. Kleren ophangen aan de kapstokken en niet op de banken laten rondslingeren
- De kleedkamers dienen om zich om te kleden, niet om te spelen
- Laat geen waardevolle voorwerpen achter in de kleedkamers (GSM, portefeuille, sleutels, juwelen,...)
- Kids mogen de dojo niet betreden zonder de toestemming van de trainer
- Als je wacht in de gang voor je de dojo betreedt, zorg dan dat je de doorgang voor anderen niet belemmert
- De gang is geen speelruimte

Tijdens de training:

- Altijd groeten bij het betreden van de dojo
- Als je binnenkomt in de dojo en er is een andere groep aan het trainen, zorg dan dat je deze groep niet stoort
- De sporttassen worden netjes naast de muur of de netten van de ingang geplaatst
- Iedereen heeft zijn lidboekje met ondertekende vergunning elke training bij
- Zet je GSM op stil of uit tijdens de training
- Zorg ervoor dat je de les op geen enkele manier stoort
- Voor je iets zegt (of vraagt) wacht tot je hiervoor de toestemming krijgt
- “Yoi” is aandacht, “Yame” is rust
- Let op wanneer de trainer(s) iets uitleggen/tonen
- Tijdens de oefeningen wordt er met inzet getraind
- Tussen de oefeningen door is er ruimte om iets tegen mekaar te zeggen, maar zorg dat het niet storend wordt voor andere groepen
- Heb respect voor de trainers en voor mekaar
- Tijdens oefeningen met partner, verbeteren de hogere gordels de lagere

- Toestellen worden enkel gebruikt wanneer de trainers hiervoor de toestemming geven
- Wanneer je kijkt naar een andere groep, ga dan niet tegen de muur hangen of ga niet op de grond liggen. Sta of zit recht en kijk aandachtig naar diegenen die bezig zijn
- Eten of drinken wordt niet toegelaten in de dojo, tenzij de trainer hiervoor toestemming geeft
- Als je te laat bent, dan groet je de dojo en stap je binnen, zet je in seiza en wacht tot de trainer je toestemming geeft om verder te komen. Voor je bij de groep voegt voer je eerst de opgelegde strafoefening¹ uit en neem dan plaats achteraan de groep.
- Indien je tijdens de training naar het toilet moet, vraag hiervoor dan de toestemming aan de trainer. Wanneer je terug in de dojo komt, voer dan eerst de opgelegde strafoefening¹ uit voor je terug met je groep verdertraint
- Verlaat de dojo nooit zonder toestemming van de trainer(s)
- Altijd groeten bij het verlaten van de dojo

Lichaam en kledij:

- Draag steeds een propere witte kimono
- Voor de dames is het toegestaan om onder de kimonovest een wit T-shirt te dragen. De heren dragen niets onder de kimonovest
- Het oprollen van de mouwen of de pijpen van de kimono wordt vermeden. Indien het toch nodig zou zijn, rol ze dan op naar binnen zodat er niemand kan blijven in haken
- Tijdens de trainingen worden geen juwelen (ringen, oorbellen, armbanden, piercings,...) gedragen om jezelf of eventuele partner niet te kwetsen
- Leden met lang haar gebruiken bij voorkeur een elastiek om het op een staart te binden. Indien het gebruik van haarspelden toch nodig is, bij voorkeur plastic haarspelden zonder scherpe kanten of punten
- Algemene lichaamshygiëne en –verzorging
- Een karateka heeft kort geknipte nagels
- Kauwgom is verboden tijdens de training

Na de training:

- Ouders zijn verantwoordelijk voor hun kinderen eens de training afgelopen is
- Zorg ervoor dat je in de sporthal andere sporters niet stoort
- Gebruik alleen de kleedkamers die ons toegewezen zijn
- Hou de kleedkamers en de douches netjes
- De kleedkamers dienen om zich om te kleden en om te douchen, niet om te spelen
- De gang is geen speelruimte

Examens:

- Er zal 3 maal per seizoen een clubexamen georganiseerd worden
- Een examencommissie (bestaande uit de lesgevers) zal bepalen wie er mag deelnemen en zal de desbetreffende personen hiervan op de hoogte brengen
- Enkel wie voldoende trainingen en wachttijd heeft zal in aanmerking komen om deel te nemen
- De inzet en houding tijdens de trainingen alsook de regelmaat van trainen zullen mee bepalen of iemand al dan niet in aanmerking komt om examen af te leggen

¹ Indien geen oefening wordt opgelegd, pomp dan 20x