

MARTIAL GYM

Règlement cours Enfants / Ados

Le Martial Gym est différent d'une salle de sport classique, le respect et l'esprit martial y sont une obligation et une priorité. Chaque adhérent représente et véhicule les valeurs de notre école, au sein du gym comme en dehors!

RESPECT - MAITRISE - TRAVAIL - FAIR PLAY - HONNEUR - LOYAUTÉ - HUMILITÉ

1. En entrant dans le gym, **dire bonjour aux professeurs et faire le salut thaïlandais.**
2. **Avoir son matériel (OBLIGATOIRE)** : gants, protège-tibias, protège-dents moulé, coquille (pour les garçons), t-shirt, short, bouteille d'eau et sandales.
3. **Se changer d'abord dans les vestiaires et ensuite emmener les affaires de boxe sur les tatamis.**
4. **Une fois le cours commencé, on ne retourne plus aux vestiaires. On peut sortir juste pour aller aux toilettes ou remplir sa gourde, en demandant l'autorisation d'abord.**
5. **Sur les tatamis, on marche pieds nus. Dans le reste de la salle, on marche en sandales.**
6. **Être à l'heure.** En cas de retard, se présenter au professeur en faisant le salut thaï et s'excuser du retard.
7. **Quand le professeur parle, écouter ses consignes et ne pas parler en même temps que lui.**
8. **Lever la main** pour demander la parole pendant le cours.
9. Demander l'autorisation pour utiliser le matériel du club.
10. **Faire de son mieux pendant la séance,** en respectant les consignes du professeur.
11. **Avoir une bonne hygiène** : être propre, avoir les ongles coupés, et du matériel qui ne sent pas mauvais.

Les élèves qui ne respectent pas les règles ou perturbent le cours seront punis par des séries de burpees et en étant exclus temporairement du cours.

Les comportements irrespectueux (insultes, coups, dégradation du matériel) entraîneront l'exclusion temporaire voire définitive du club, sans remboursement possible.

Signature :

