

Règles de "bonne conduite"

Au-delà de son côté sportif, le karaté est un art de vivre, il est dans tout ce que nous sommes, il nous emmène vers la maîtrise du corps mais aussi de l'esprit.

Le Dojo est l'endroit où l'on doit apprendre à museler son "Ego", il faut donc laisser son "Moi" à l'extérieur.

Lors des exercices, je dois aller au-delà du confortable et pousser sans cesse mes limites. L'entrée et la sortie du dōjō sont précédées du salut au Shōmen.

En cas de retard saluez le dojo et attendez que le Sensei vous donne la permission de rejoindre les rangs.

Les positions assises acceptables sont "Seiza" (agenouillée) et "Anza" (jambes croisées).

Les postures négligées ou nonchalantes ne sont pas tolérées.

Les ongles des pieds et mains doivent être coupés court.

Outre l'hygiène corporelle, le karaté-gi doit être propre, en parfait état et correctement ajusté.

Il est impératif de rajuster son karaté-gi avant chaque salut et de le faire de temps à autre au cours de l'entraînement.

La tenue vestimentaire ne doit jamais être négligée.

Les bijoux doivent être retirés et les cheveux attachés en arrière avant que la pratique commence.

Pour les filles le port du tee-shirt sous la veste du karaté-gi doit être blanc.

Le nœud de ceinture doit être fait correctement.

Ces principes indispensables sont à respecter par tous sans exception. Le Senseï, le Sempaï ainsi que les anciens seront là pour les rappeler et se doivent d'intervenir en cas de manquement à ces règles.

Le Senseï se réserve le droit de ne pas accepter un élève en cours si une de ces règles n'est pas respectée et s'il y a récidive de comportement négligé.

Mantes la Jolie, le :

Signature du pratiquant, parent(s) ou responsable légal :
(Avec la mention "lu et approuvé")