



# KARATÉ CLUB LA FERTÉ-MACÉ

## FICHE DE RENSEIGNEMENTS

### INSCRIPTION

- L'inscription est de 70 € pour les enfants (jusqu'à 13 ans) et de 80 € pour les ados/adultes.
- Ce prix comprend la cotisation et la licence (37 € - reversé à la fédération).
- L'inscription est unique pour les trois sections (Shotokan Énergétique et Contact) et permet de pratiquer les trois disciplines, si vous le désirez, pour le même prix.

### HORAIRES

#### • **Entraînements Shotokan :**

- **Enfants (jusqu'à 13 ans) :** Tous les mercredis : 14 h à 15 h 30  
Un vendredi sur deux (pour les gradés) : 18 h à 19 h 30
- **Ados/Adultes (14 ans et plus) :** Tous les jeudis : 18 h 30 à 20 h 30  
Un Vendredi sur deux : 18 h à 19 h 30

#### • **Entraînements Énergétique :**

- **Ados/Adultes (15 ans et plus) :** Les vendredis de 19 h 30 à 21 h

#### • **Entraînements Contact :**

- **Ados/Adultes (15 ans et plus) :** Les samedis de 10 h à 12 h

#### • **Entraînements Karaté Défense Training (Karaté Contact adapté à la self défense) :**

- **Ados/Adultes (15 ans et plus) :** Un vendredi par mois : 18 h à 19 h 30

*La liste des jours pour la saison en cours est inscrite à la salle et sur le site.*

### LIEU

- Salle des Arts-Martiaux, rue des noisetiers, à La Ferté-Macé.

### MATÉRIELS

- Kimono, coquille pour les garçons
- Ceinture offerte par le club pour les débutants (blanche)
- **Optionnel Shotokan :** Gants de karaté et protège-tibias
- **Contact :** Gants de boxe et protège-tibias avec dessus de pieds

### INTERNET

- Vous trouverez tous les renseignements concernant le club ainsi que les news sur :

**KARATE-LA-FERTE-MACE.EKLABLOG.COM**

- Si vous voulez être informé des dernières news du site, inscrivez-vous à la newsletter :

1 - Depuis la page d'accueil, dans le menu «Rubriques», cliquer sur Newsletter...

2 - Sur la page Newsletter entrer votre adresse e-mail, et après confirmation vous recevrez par mail toutes les news postées sur le site.

# Règlement Intérieur

## 1 - ADMINISTRATIF

**1.1** - Toute personne désirant pratiquer le Karaté au sein du Club doit avoir, au préalable, réglé sa cotisation et fourni un certificat médical d'aptitude à la pratique du Karaté. En contrepartie, le club délivre une licence émise par la Fédération Française de Karaté (FFKDA).

**1.2** - Un passeport sportif est obligatoire pour participer aux compétitions et/ou se présenter à un passage de grade.

**1.3** - Chaque adhérent(e) a la possibilité de souscrire une assurance complémentaire pour le versement d'indemnités en cas d'accident sportif.

**1.4** - L'âge minimum d'inscription est de 6 ans au 1<sup>er</sup> septembre de l'année d'inscription (15 ans pour le Karaté contact).

**1.5** - Droit à l'image : le licencié du club autorise le KCF à le prendre en photo et utiliser celle-ci dans le cadre de la promotion de l'association sans réclamer la moindre indemnité financière.

## 2 - DISCIPLINE

**2.1** - Les adhérent(e)s doivent se présenter, en tenue de Karaté, aux séances d'entraînement à l'heure indiquée en début de saison. L'entraîneur se réserve le droit de ne pas accepter un(e) adhérent(e) qui arriverait en retard à l'entraînement.

**2.2**- Le respect est un élément indispensable à la pratique du karaté. L'adhérent(e) s'engage à respecter les maîtres vivants ou décédés, l'entraîneur, les autres adhérent(e)s, le Dojo et le matériel qui lui est confié. Si l'entraîneur estime que le comportement ou la tenue d'un(e) adhérent(e) lui est contraire, il interdira l'accès du Dojo à l'adhérent(e) sans que le fautif puisse se prévaloir du paiement de sa cotisation pour assister aux cours.

Toute dégradation de matériel sera à la charge du fautif.

**2.3** - En mémoire aux Maîtres Japonais qui ont codifié cet Art Martial et par respect envers eux, le Karaté se pratique dans la tenue suivante : veste et pantalon de kimono blanc, ceinture correspondant au grade, coquille pour les garçons et tee-shirt blanc et plastron pour les adhérentes. Les protections homologuées sont acceptées après avis de l'entraîneur. Est rigoureusement interdit le port de tous les accessoires supplémentaires suivants, sans que cette liste ne soit exhaustive : montres, percings, boucles d'oreilles, colliers, bagues, bracelets, bandeaux, poignets de cuirs, casquettes, etc ...

Seules les lentilles de contact prévues pour la pratique d'un sport sont autorisées.

**2.4** - Une hygiène corporelle rigoureuse devra être observée par chaque adhérent(e). En particulier les mains et les pieds qui devront être propres. Les ongles des mains et des pieds seront coupés.

**2.5** - La pratique du Karaté s'accompagne d'un comportement respectueux du civisme et des relations sociales. Il faut pratiquer le Karaté pour n'avoir jamais à s'en servir. A ce titre, la pratique du Karaté, en public, à l'extérieur du Dojo est rigoureusement interdite en dehors d'une situation de défense de soi ou d'autrui et ce dans le cadre strict de la loi sur la légitime défense. Le non respect de cette clause entraînera l'exclusion immédiate et définitive de l'adhérent(e).

**2.6** - Les spectateurs peuvent assister aux cours, aux passages de grade et aux compétitions, sous réserve de ne pas perturber la pratique ou la manifestation.

**2.7** - Le paiement de la cotisation entraîne l'adhésion, sans restriction, au présent règlement. Les membres du bureau et les entraîneurs sont chargés, chacun en ce qui les concerne, de le faire respecter.