



# KARATÉ CLUB LA FERTÉ-MACÉ Shotokan - Contact

## 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 deux sections (Shotokan et Contact) et permet de pratiquer les deux 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 : 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 : 19 h 30 à 21 h.

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

***Les entraînements de Karaté Défense Training ne sont accessible uniquement qu'aux membres des sections Contact ou Shotokan***

### 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
- **Optionnel 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 - section enfant

Dès lors que vous vous inscrivez au Karaté Club Fertois Section Enfant, vous vous engagez à respecter le règlement intérieur de l'association. Le non-respect du règlement autorise le professeur ou tout membre du bureau à exclure immédiatement son auteur du dojo.

## 1 - ADMINISTRATIF

**1.1** - Des séances d'essais gratuites sont proposées aux nouveaux adhérents. Durant ces séances, le club considère que le pratiquant a consulté son médecin et est apte à la pratique du karaté. Le club se dégage de toute responsabilité en cas de contre indication à la pratique non déclarée par le pratiquant. Au moment de l'inscription, le certificat médical est obligatoirement joint au dossier.

**1.2** - 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 - LES COURS

**2.1** - Les pratiquants (enfants) sont sous la responsabilité du professeur uniquement pendant les cours et dans l'enceinte du dojo : le cours commence par le salut et finit par le salut.

**LES ENFANTS SONT DONC SOUS L'ENTIÈRE RESPONSABILITÉ DES PARENTS AVANT LE SALUT (SUR LE PARKING, DANS LES VESTIAIRES...) ET APRÈS LE SALUT.**

Pendant toute la durée du cours il est demandé au pratiquant **d'adopter un comportement respectueux vis-à-vis de toute personne présente dans le dojo**. C'est l'une des valeurs de base du karatéka. Tout écart de comportement sera sanctionné par une exclusion du cours et du club.

**2.2** - La ponctualité : les pratiquants doivent être en kimono pour le début de chaque cours. En cas de retard, le pratiquant devra s'asseoir sur le bord du tatami en attendant l'autorisation d'entrer de la part du professeur.

**2.3** - Nous conseillons aux parents de **n'assister qu'aux premières séances**. Par la suite nous préférons que les parents restent avec leurs enfants jusqu'au lancement du cours puis reviennent un peu avant la fin.

## 3 - LA TENUE

**3.1** - Le kimono n'est pas obligatoire lors des premières séances de découverte. Par la suite, il devra être porté à chaque cours

**3.2** - Accessoires Obligatoires pour les cours :

- une coquille

Obligatoires pour les compétiteurs (en compétition officielle) :

- le protège dents

- une paire de gants et une paire de protège pieds

**3.3** - Tous les bijoux (montres, chaînes..) sont interdits pendant la pratique.

## 4 - L'HYGIÈNE

**4.1** - Toute personne n'ayant pas une hygiène suffisante sera renvoyée aux vestiaires. Une attention particulière est demandée au soin des mains et des pieds.

**4.2** - Les ongles de mains et de pieds devront toujours être soigneusement coupés (ongles longs = danger)

**4.3** - Merci de veiller à porter un kimono propre et repassé en signe de respect les uns envers les autres.