

Règlement intérieur

Protocoles d'hygiène au dojo

- Interdit d'aller aux toilettes pieds nus (risque bactérien).
- En cas de maladie ou d'infection (virus, bactéries, etc.), merci de ne pas participer aux entraînements → Pour favoriser votre guérison et éviter tout risque de contagion.
- Les ongles doivent être coupés et les tenues doivent être propres et en bon état.
- Toute blessure doit être signalée à un encadrant et traitée hors du tatami.
- Tout déchet (pansement, strap...) doit être jeté avant de quitter le dojo.

Tenue & Équipement requis

Gants MMA et boxe | Protège-dents (obligatoire) | Kimono (pour le JJB) | Casque pour la boxe (très recommandé) | Short et tee-shirt / rashguard | mitaine | protège tibia

Respect & comportement

Respect de l'entraîneur, des partenaires et du matériel : obligatoire.

Tout comportement violent, dangereux ou irrespectueux sera sanctionné.

Présence & Horaires

Les horaires doivent être strictement respectés.

En cas de retard, attendre l'autorisation de l'entraîneur pour rejoindre la séance.

Sécurité

- En cas de blessure ou malaise : prévenir immédiatement l'entraîneur.
- L'entraîneur dispose en permanence d'un téléphone chargé et d'une trousse de 1er secours.
- Un défibrillateur est présent dans chaque salle (Merlet, Diderot, Bonnet).
- Les adhérents peuvent, à leurs frais, souscrire une assurance individuelle complémentaire.
- Il est recommandé de signaler toute pathologie ou traitement médical en cours à l'équipe encadrante de manière confidentielle.

Séance d'essai

- Trois séances d'essai offertes, afin de découvrir les différentes disciplines proposées par le club.
- Le certificat médical de non contre-indication à la pratique des sports de combat est obligatoire.
- En l'absence de certificat médical pendant la période d'essai, le pratiquant (ou son représentant légal s'il est mineur) reconnaît participer aux activités du club sous sa propre responsabilité. Le club ne pourra être tenu responsable de toute conséquence liée à un état de santé non signalé.

Sanctions possibles

Avertissement, suspension, exclusion définitive en cas de non-respect du règlement.

Cotisation

La cotisation de 175 € (comprenant la licence FMMAF) doit être réglée à l'issue des trois séances d'essai. Toute interruption, quel qu'en soit le motif, ne donne lieu à aucun remboursement de la cotisation.

Numéros d'urgence : SAMU : 15 | Police : 17 | Pompiers : 18