

REGULAMIN UCZESTNICTWA W TRENINGU LEWANDOWSKI DOJO FIGHT CLUB

I. Postanowienia ogólne

§ 1

1. Regulamin uczestnictwa w treningach zwany dalej „Regulaminem”, obowiązuje wszystkich członków Lewandowski Dojo Fight Club, zwanego dalej „Klubem” w tym m.in.: uczestników zajęć rekreacyjnych lub sportowych, trenerów, instruktorów, sędziów i działaczy.

II. Warunki przyjęcia na treningi

§ 2

Kandydat do uczestnictwa w zajęciach rekreacyjnych lub sportowych zwanych dalej „treningami”, zgłasza prowadzącemu treningi zwanemu dalej „instruktorem” chęć swojego udziału w treningach określonej grupy.

§ 3

Kandydat do uczestnictwa w treningach, zwany dalej „kandydatem” zostaje zapisany na listę kandydatów przez instruktora. Rodzaj grupy dostosowany jest do wieku, stażu członkowskiego i poziomu zaawansowania kandydata.

§ 4

Kandydat zostaje poinformowany przez instruktora, o warunkach organizacyjno-finansowych uczestnictwa w treningach oraz o rodzaju i charakterze treningów.

§ 5

Na pierwszych zajęciach organizacyjno-informacyjnych, kandydat zostaje poinformowany przez instruktora o treści Regulaminu, o organizacji zajęć, oraz o prawach i obowiązkach uczestnika treningów. Zostaje szczegółowo zapoznany z obowiązującymi regułami i zasadami organizacyjnymi, szkoleniowymi i dyscyplinarnymi, obowiązującymi na treningach oraz o przysługujących mu prawach i obowiązkach, określonych w statucie, regulaminach i zarządzeniach Klubu. Otrzymuje do wypełnienia deklarację członkowską Klubu. Statut, regulaminy i zarządzenia Klubu są dostępne dla wszystkich zainteresowanych u instruktora prowadzącego treningi.

§ 6

Kandydat składa deklarację członkowską Klubu za pośrednictwem instruktora, prowadzącego treningi.

1. Deklaracja musi być dokładnie i czytelnie wypełniona i podpisana przez kandydata.
2. W przypadku kiedy kandydat jest niepełnoletni, deklarację musi podpisać jeden z rodziców lub opiekun prawny kandydata.
3. Kandydat wpłaca na konto Klubu lub za pośrednictwem instruktora opłatę wpisową określoną w odpowiednim Zarządzeniu Klubu.
4. Warunkiem udziału kandydata w zajęciach treningowych jest uzyskanie orzeczenia lekarza, potwierdzającego dobry stan zdrowia kandydata i dopuszczające go do udziału w zajęciach sportowych organizowanych przez Klub.
5. Kandydat do udziału w treningach grup zaawansowanych i wyczynowych dołącza kartę zdrowia sportowca lub orzeczenie medyczne wydane przez właściwego lekarza, potwierdzające jego dobry stan zdrowia i dopuszczające go do treningów specjalistycznych oraz zawodów sportowych.
6. Uczestnik treningów lub w przypadku osób niepełnoletnich jego rodzic albo opiekun prawny, zobowiązany jest do wykonania okresowych badań lekarskich i uaktualniania karty zdrowia sportowca w przychodni medycyny sportowej, zgodnie z obowiązującymi przepisami.
7. Uczestnik treningów zobowiązany jest do posiadania odpowiednich licencji uprawniających go do udziału w zajęciach treningowych organizowanych przez Klub oraz odpowiednich licencji do uczestnictwa we współzawodnictwie sportowym.

§ 7

Kandydat zostaje dopuszczony przez organizatora do uczestnictwa w treningach po spełnieniu wymagań określonych w paragrafach §3, §4, §5, §6, oraz §8, §9 i §13 lub §14 tego Regulaminu.

§8

Uczestnik zajęć treningowych ma obowiązek posiadać indywidualne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków i kosztów leczenia z tytułu udziału w: treningach, zawodach sportowych, seminariach szkoleniowych, egzaminach uczniowskich, egzaminach mistrzowskich.

§ 9

Uczestnik jest zobowiązany do uiszczenia rocznej Klubowej składki członkowskiej w trybie, terminach i wysokości określonych w zarządzeniu Klubu.

§ 10

1. Klub wskazuje, że dane osobowe uczestnika pełnoletniego i niepełnoletniego takie jak imię, nazwisko, przynależność klubowa i wizerunek może być przetwarzane (tj. zbierane, utrwalane, udostępniane, upubliczniane) przez Klub oraz Związek sportowy do którego Klub należy w celach informacyjnych, reklamowych i sprawozdawczych. Wizerunek uczestnika może być użyty do różnego rodzaju form elektronicznego przetwarzania, kadrowania i kompozycji, a także zestawiony z wizerunkami innych osób, może być uzupełniony towarzyszącym komentarzem, natomiast nagranie filmowe i dźwiękowe z jego udziałem mogą być cięte, montowane, modyfikowane, dodawane do innych materiałów powstających na potrzeby promocyjne Klubu i Związku do którego należy.
2. Klub jest administratorem danych osobowych uczestników treningów, zawodników, sędziów, instruktorów i trenerów w zakresie w jakim przetwarza ich dane osobowe

III. Odpowiedzialność za osoby niepełnoletnie

§ 11

Rodzic lub opiekun prawny ponosi pełną odpowiedzialność za zdrowie i bezpieczeństwo osoby niepełnoletniej przed lub po treningu a także w drodze na i z zajęć prowadzonych przez Klub oraz za wszelkie szkody przez nią wyrządzone na wszelkich dobrach osobistych lub materialnych.

§12

Klub nie ponosi odpowiedzialności za mienie pozostawione w szatni przez uczestnika zajęć. Wszelkie przedmioty uważane za cenne uczestnik zajęć treningowych może wnieść ze sobą na salę.

IV. Strój treningowy i ochraniacze

§ 13

Uczestnik treningów grup początkujących, zobowiązany jest do posiadania czystego i schludnego sportowego stroju (dres, getry, podkoszulki bawełniane lub karate-gi), kłapek, rękawiczek i osobistych środków czystości.

§ 14

Uczestnik treningów grup średnio-zaawansowanych, zaawansowanych lub wyczynowych, zobowiązany jest do posiadania czystego i kompletnego stroju do ćwiczeń – Karate (karate-gi) lub koszulki i spodni do kickboxingu (Kickboxing), kłapek, rękawiczek i osobistych środków czystości.

§ 15

1. Na karate-gi mogą być naszyte tylko emblematy zgodne z zarządzeniem Związku do którego należy Klub. Posiadanie innych znaków na karate-gi jest niedozwolone.
2. Na koszulce lub spodniach do kickboxingu mogą się znajdować logo Klubu oraz inne grafiki związane z tematyką kickboxingu.
3. Zakazane jest aby na stroju sportowym znajdowały się zdjęcia, napisy lub inne treści o tematyce obraźliwej w szerokim znaczeniu tego słowa.

§ 16

1. Pas do karate-gi, stroju do kickboxingu, wolno nosić tylko zgodny z nadanym stopniem.

§ 17

1. Noszenie na treningu biżuterii i ozdób jest surowo wzbronione.

2. Uczestnik treningów ma zadbać o bezpieczeństwo swoje i innych ćwiczących poprzez posiadanie stroju bez zamków, guzików i innych twardych lub ostrych wykończeń a także poprzez kontrolowanie długości paznokci u rąk i nóg.

§ 18

Uczestnik treningów w określonym przez instruktora czasie jest zobowiązany do zaopatrzenia się w komplet osobistych ochraniaczy oraz ich posiadania i używania w czasie treningów.

§ 19

W skład obowiązkowego kompletu osobistych ochraniaczy wchodzi: dwa ochraniacze na stopę i gołeń, dwa napiętniki, rękawice bokserskie, kask chroniący głowę, wkładka do ust (chroniąca zęby), w przypadku chłopców i mężczyzn - ochraniacz na genitalia czyli „suspensorium”, a w przypadku dziewcząt i kobiet ochraniacz na klatkę piersiową.

§ 20

Uczestnicy treningów grup zaawansowanych lub wyczynowych są zobowiązani do zaopatrzenia się w dwa rodzaje drewnianej broni oraz jej posiadania i używania w czasie treningów:

- a. Bo (kija)
- b. Tonfy (dwóch pałek z trzonkiem)

V. Warunki udziału w ćwiczeniach z partnerem i walce sportowej

§ 21

Uczestnik treningów grup średnio-zaawansowanych, zaawansowanych lub wyczynowych, musi być świadomy ryzyka, wynikającego z brania udziału w ćwiczeniach z partnerem lub kontaktowych walkach sparingowych. Powinien znać reguły, zasady i przepisy odnoszące się do tych ćwiczeń oraz walki sparingowej zwanej dalej „sparingiem”.

§ 22

Każdy uczestnik treningów bierze dobrowolnie udział w ćwiczeniach z innym partnerem lub w sparingu.

§ 23

Każdy uczestnik zobowiązany jest do znajomości i przestrzegania zasad bezpieczeństwa, związanych z prowadzeniem ćwiczeń z partnerem.

§ 24

W przypadku podjęcia decyzji przez uczestnika treningu o udziale w ćwiczeniu z partnerem lub w sparingu, ponosi on pełne ryzyko odniesienia urazu (kontuzji) w przypadku naruszenia postanowień tego Regulaminu lub umyślnego, przypadkowego, normalnego, nienormalnego zastosowania danej techniki karate/kickboxing przez siebie lub partnera i w pełni zrzeka się ewentualnych roszczeń wobec Klubu, Związku, ich Zarządów, właścicieli, sędziów, trenerów, instruktorów, pracowników, wolontariuszy, przedstawicieli, członków, autoryzowanych i zaproszonych gości, w związku z ewentualnie zaistniałym wypadkiem.

§ 25

1. Na wezwanie instruktora do ubrania ochraniaczy, każdy uczestnik treningu ma obowiązek ubrać komplet ochraniaczy.
2. Warunkiem przystąpienia do ćwiczenia z partnerem jest posiadanie kompletu osobistych ochraniaczy.
3. W przypadku braku posiadania kompletu osobistych ochraniaczy, lub braku jednej z jego części, uczestnik jest zobowiązany zgłosić ten fakt instruktorowi i ćwiczyć indywidualnie.
4. Za rozmiar ochraniaczy, ich stan techniczny, niekompletność oraz czystość - pełną odpowiedzialność ponosi ich użytkownik.

§ 26

1. Warunkiem przystąpienia do sparingów, uczestnika treningu jest dodatkowe posiadanie przez niego kasku ochronnego na głowie.
2. Uczestnik treningu na polecenie instruktora ma obowiązek ubrać na głowę kask ochronny do

udziału w sparingu.

3. W przypadku odmowy ubrania kasku na głowę lub ochraniacza na korpus (hogo) uczestnik nie może zostać dopuszczony do udziału w sparingu.

§ 27

Każdy uczestnik treningów grup średnio-zaawansowanych, zaawansowanych lub wyczynowych, może odmówić udziału w ćwiczeniu z partnerem lub w sparingu.

§ 28

Każdy uczestnik treningów grup średnio-zaawansowanych, zaawansowanych lub wyczynowych może w dowolnym momencie przerwać ćwiczenie z partnerem lub sparing.

§ 29

1. W przypadku odniesienia urazu, kontuzji lub złego samopoczucia, uczestnik treningu powinien natychmiast zgłosić się do instruktora i poinformować go o swojej dolegliwości. Instruktor ma obowiązek udzielić pierwszej pomocy uczestnikowi, zgodnie z obowiązującymi przepisami.

2. W przypadku bolesnych dolegliwości, odczuwanych po wyjściu z treningu, jego uczestnik powinien pilnie zgłosić się do lekarza. Powinien też pilnie poinformować instruktora lub organizatora o tym fakcie, celem uzyskania pomocy i sporządzenia stosownego protokołu.

VI. Etykieta Dojo

§30

1. Etykieta "Dojo" (miejsca treningu) jest zbiorem zasad, regulujących zachowanie się uczestnika w miejscu treningu karate i poza nim. Zawiera przysięgę, zasady etyczne oraz ceremoniał, charakterystyczny dla treningów karate.

2. Uczestnik treningu jest zobowiązany do przestrzegania etykiety Dojo.

3. Wejście do Dojo -to nie tylko wejście do budynku czy na salę, ale także wejście do miejsca, gdzie obowiązuje dyscyplina i idea doskonalenia się w aspekcie psychicznym i fizycznym

4. Wchodząc do Dojo należy wykonać ukłon w pozycji stojącej, (nogi połączone są piętami, wyprostowane dłonie przy udach, pochylamy głowę w milczeniu)

5. Następnie należy pozdrowić będących w środku uczestników głośnym okrzykiem "Osu", przyjmując pozycję zasadniczą "fudo-dachi".

6. Ukłony (oddawanie honorów) są zewnętrzną oznaką dyscypliny, kultury osobistej i wzajemnego poszanowania.

7. Bezpośrednio przed rozpoczęciem treningu, uczestnicy (uczniowie), ustawiają się w szeregi według posiadanych stopni-od prawego, twarzą w kierunku instruktora.

W przypadku równych stopni obowiązuje zasada senioratu (decyduje data wcześniejszego zdania egzaminu na stopień kyu/dan, pełniona funkcja lub oczywista różnica wieku między uczestnikami).

8. W trakcie całego treningu, obowiązuje cisza i podporządkowanie uczestników komendom i poleceniom instruktora prowadzącego trening.

9. Na komendę "seiza" (usiąść) wszyscy siadają, przyklękując najpierw na lewe, a potem na prawe kolano, siadają pośladkami na piętach, a zaciśnięte pięści kładą na pachwinach, ręce mają lekko ugięte w łokciach. Plecy trzymają wyprostowane, kolana rozchylone na szerokość barków.

10. Prowadzący trening instruktor siada naprzeciw rzędu. Asystent instruktora lub najstarszy stopniem uczeń ("Sempai"), w ramach ceremonii, wydaje komendy, rozpoczynające lub kończące trening.

11. Na komendę "Mokuso" uczestnicy zamykają oczy i spokojnie oddychając, przygotowują się do udziału w treningu. Na komendę "Mokuso-yame" uczestnicy otwierają oczy. Następnie prowadzący ceremonię podaje komendę: "Shihan, Sensei lub Sempai-ni-rei" (ukłon dla instruktora z użyciem tytułu, posiadanego przez instruktora). Wtedy wszyscy kłaniają się instruktorowi, kładąc pięści, kostkami skierowanymi do ziemi, głośnym okrzykiem "Osu"!

12. Po ceremonii otwarcia, uczestnicy treningu czekają na polecenie instruktora.

13. Osoba spóźniona, po wejściu na salę, siada w pozycji "seiza" i czeka na decyzję instruktora. Siadać należy twarzą do ściany przy wejściu.

14. Do instruktora nie wolno zwracać się po imieniu. W zależności od posiadanego przez niego stopnia, zwracamy się do niego używając odpowiedniego tytułu w języku japońskim.

15. Instruktor posiadający stopień mistrzowski od 5 dana wzwyż, nosi tytuł "Shihan" (mistrz), od 1 do 4 dana "Sensei" (nauczyciel). Do posiadacza wyższego stopnia uczniowskiego należy zwracać się per "Sempai".

16. Rozmawiając z instruktorem lub posiadaczem starszego stopnia należy stać w pozycji zasadniczej ("fudo-dachi"). Przed i po każdej rozmowie należy uklonić się z użyciem słowa "Osu"!
17. Przed i po każdym wspólnym ćwiczeniu lub walce, należy uklonić się partnerowi.
18. W czasie treningu kategorycznie nie wolno opuszczać sali bez zezwolenia instruktora.
19. Po zakończeniu treningu, wychodząc z sali, należy przepuścić przodem instruktora i posiadaczy starszych stopni. Tą samą zasadę stosuje się w szatni, umywalni i na całym terenie Dojo.
20. W czasie treningu osobom w ubraniach cywilnych nie wolno przebywać na terenie Dojo, za wyjątkiem gości zaproszonych przez instruktora.
21. Nie należy przynosić na trening wartościowych rzeczy. Za pozostawienie ich w szatni, pełne ryzyko i konsekwencje ponosi ich właściciel.
22. Palenie tytoniu, picie alkoholu, zażywanie narkotyków, tzw. „dopalaczy” i środków dopingujących na terenie Dojo, jest surowo zabronione.

VII. Przysięga Dojo

§ 31

1. Będziemy ćwiczyć nasze serca i ciała dla osiągnięcia silnego ducha.
2. Będziemy dążyć do opanowania sztuki karate, aby nasze ciało i zmysły stały się doskonałe.
3. Będziemy przestrzegać zasad grzeczności, poszanowania starszych i powstrzymywać się od gwałtowności.
4. Z wyjątkiem koniecznej obrony zagrożonego życia lub zdrowia, nie będziemy stosować sztuki karate poza Dojo, OSU !

VII. Postanowienia końcowe

§ 32

1. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem mają zastosowanie postanowienia Zarządu Związku oraz Klubu.
2. Regulamin wchodzi w życie w dniu jego uchwalenia.