

## **REGULAMIN Klubu Sportowego IPPON JUDO**

**1)** Celem zajęć jest krzewienie kultury fizycznej i sportu wśród dzieci, młodzieży i dorosłych oraz wychowywanie dzieci i młodzieży poprzez kulturę fizyczną i sport.

**2)** Zasady uczestniczenia w zajęciach:

- a) dostarczenie deklaracji członkowskiej wypełnionej przez rodzica/opiekuna prawnego dziecka,
- b) zgoda na opłacanie miesięcznej składki w wysokości 140zł, w przypadku rodzeństwa opłata członkowska wynosi 120zł miesięcznie od osoby,
- c) ważne badania, zaświadczenie o stanie zdrowia dziecka i braku przeciwwskazań do zajęć sportowo-rekreacyjnych,
- d) ważne opłacone ubezpieczenie NNW.

**3)** Członkowie zobowiązani są do opłacania składek członkowskich danego miesiąca w skład opłat wchodzi:

- a) opłata za wynajęcie sal treningowych,
- b) wynagrodzenie trenerów,
- c) zakup sprzętu sportowego niezbędnego do prowadzenia zajęć,
- d) opłaty biurowe i administrację.

**4)** Przygotowanie dzieci do zajęć:

- Gorąco prosimy o przebijanie dzieci w szatniach oraz zaprowadzenie ich do toalety.
- Na zajęciach dzieci ćwiczą w dresach, spodenkach i koszulkach.(Odzież powinna być pozbawiona suwaków, które mogą zranić zarówno samego ćwiczącego, jak i innych uczestników treningu oraz mogą powodować niszczenie maty).
- Uczestnicy zajęć drogę z szatni na matę pokonują (podobnie jak każde opuszczenie sali judo w trakcie treningu) w klapkach lub kapciach, butach na przebranie. Zapobiega to wnoszeniu brudu na matę, na której po chwili sami ćwiczą. Ćwiczą na bosaka.
- W czasie zajęć dzieci powinny mieć także minimum 0.5 litra napoju (najlepiej wodę).

**5)** W przypadku jakichkolwiek problemów zdrowotnych uczestnika mogących mieć wpływ na jego uczestnictwo w treningu prosimy informować trenera. Stawianie się dziecka na zajęciach sportowych jest równoznaczne z potwierdzeniem braku przeciwwskazań do podjęcia treningu.

**6)** Ze względu na przepisy ubezpieczeniowe (ubezpieczenie OC jest ważne tylko w czasie treningu -nie obejmuje ono czasu pomiędzy zajęciami) uprzejmie prosimy o nie wpuszczanie dzieci na matę, jeśli nie ma na niej trenera.

**7)** Uczestnik zajęć zobowiązany jest w szczególności do:

- a) przestrzegania zasad bezpieczeństwa określonych w sali ,
- b) kulturalnego zachowania się treningu,
- c) kulturalnego zachowania się wobec trenerów, kolegów i koleżanek ,
- e) wykonywania poleceń wydanych przez trenera;
- f) rzetelnego i sumiennego uczestnictwa w zajęciach;
- g) informowania trenera o problemach zdrowotnych (zawrotach, bólach głowy, itp.);
- h) uzyskania zgody trenera na każdorazowe opuszczenie sali treningowej judo (wyjście do łazienki, szatni itp.);
- i) dbania o sprzęt sportowy;
- j) posiadania podczas treningu odpowiedniego stroju sportowego (koszulki, spodenki, dresy bez suwaków).

**8)** Trenerzy sekcji mogą wyciągnąć konsekwencje wobec zawodników niestosujących się do zasad panujących na zajęciach:

- a) upomnienie,
- b) upomnienie przy całej grupie,
- c) upomnienie w obecności rodzica.

**9)** W przypadku gdy frekwencja na danych zajęciach wynosi poniżej 3 osób wówczas trening zostaje odwołany z powodu warunków uniemożliwiających sprawnie przeprowadzenia zajęć.