

REGLES DE L'ETIQUETTE DU PRATIQUANT **Kung Fu**

Bienvenue au sein des AMC !

Vous avez rejoint notre famille de pratiquant(e)s d'arts martiaux chinois. Nous vous souhaitons une excellente saison sportive !

Comme dans toute « famille », un minimum de règles de vie commune sont à respecter pour le bien de tou(te)s. En voici un résumé (on pourra aussi se référer au règlement intérieur de la section AMC, disponible sur notre site web).

Cours du mercredi midi

Compte tenu de la grande diversité d'emplois du temps des pratiquants, les arrivées tardives et départs anticipés sont tolérés à la condition d'autonomie des pratiquant(e)s concerné(e)s (salut & échauffements obligatoires avant de rejoindre les ateliers ; étirements & salut obligatoires avant de quitter la salle ; les enseignants déclinent toute responsabilité en cas de négligence).

Cours du vendredi soir (et stages exceptionnels)

- être prêt(e) à commencer le cours (présent et en tenue) à l'heure (19h le vendredi soir) ;
- en cas de retard : attendre la permission de l'enseignant avant de monter sur le tapis ; saluer l'enseignant et le groupe (mais pas le tapis) ;
- en cas de départ anticipé : informer l'enseignant du départ ; prévoir le temps nécessaire à un étirement minimum ; saluer.

Dispositions martiales générales

Tou(te)s les pratiquant(e)s devront faire preuve de :

- **bonté** : charité envers le démuné, bienveillance envers « quiconque n'est plus ou pas ou pas encore capable » ;
- **politesse** : humilité envers ses cadets, respect envers ses aînés, courtoisie envers son prochain (et les pratiquants d'autres arts) ;
- **honnêteté** : sincérité dans la pensée, courage dans la parole, justice dans la décision ;
- **intelligence** : réfléchir avant de parler, s'adapter à l'environnement et aux événements, être maître de soi ;
- **fidélité** : volonté dans l'acte, persévérance dans la difficulté, confiance envers son enseignant, loyauté envers sa famille.

Dispositions sportives générales

Tou(te)s les pratiquant(e)s devront :

- avoir une **tenue correcte**
 - propre, ample et légère, absorbante ; forme et couleur au libre choix ; la ceinture est utile mais pas obligatoire ;
 - ne pas pratiquer en chaussettes ! être pieds nus ou porter des chaussons ou chaussures souples, non abrasives et propres ;
 - retirer tout bijou ou accessoire ; seules les lunettes attachées ou lentilles sont autorisées ;
- assurer leur **hygiène** personnelle (propreté générale, cheveux courts ou attachés, ongles courts ...)
- apporter leur matériel minimum :
 - bouteille d'eau, éventuellement sucrée ou aromatisée (mais éviter les boissons acides) (0,5 litre minimum par heure !!! boire par petites gorgées fréquentes avant, pendant et après le cours) ;
 - **serviette** (c'est toujours utile même si on ne prend pas sa douche au gymnase ... ne pas négliger la douche cependant !!!) ;
 - protections et/ou armes personnelles, le cas échéant.

Dispositions associatives générales

Tou(te)s les pratiquant(e)s devront respecter les caractères associatifs (« loi 1901 ») de notre activité :

- non commerciale,
- non politique et non syndicale,
- non religieuse.

Rappels

	Droits	Devoirs
cotisation annuelle FFW (licence fédérale)	* bénéficier d'une extension d'assurance « responsabilité civile » et « individuelle accident » ; * préparer votre éventuelle évolution future (grade et/ou diplôme fédéral) ; * profiter des événements fédéraux.	* cotiser = marquer votre engagement dans votre activité ; * cotiser = contribuer au développement de votre activité ; * élire vos représentants aux divers comités (nationaux, régionaux, départementaux).
cotisation annuelle ASESCO ou PSUC (carte de membre)	accéder à : * tous les autres sports (moyennant éventuels « suppléments ») ; * l'ensemble des activités, stages et événements, mais aussi aux subventions (formations ...).	* participer à la vie de l'association, qui est (devrait être !) gérée par ses membres (= vous !) ; * exprimer démocratiquement vos envies (voire besoins) quant à vos activités (horaires, coûts, enseignants, enseignements, matériels, infrastructures ...)
cotisation annuelle section AMC (supplément)	* accéder à toutes les activités de la section (Taiji Quan, Lutte Chinoise, Kung Fu ... stages ... démos et autres événements ...) ; <i>remarque : chacun a droit à 2 cours d'essai gratuits</i>	* aider à l'organisation des activités et événements ; (ne pas hésiter à en proposer de nouvelles !!!...)