



RÈGLEMENT INTÉRIEUR

PRÉAMBULE - LE CODE MORAL DU JUDO

Avant tout, chaque judoka est encouragé à comprendre et à intégrer le code moral du judo dans sa pratique et dans sa vie quotidienne :

CODE MORAL JUDO LANSARGUES

Valeurs expliquées aux **adolescents** et **adultes**

Valeurs expliquées aux **enfants**

LA POLITESSE

C'est le respect d'autrui.

Je parle avec respect à ma famille, à mes amis, à nos aînés.

C'est dire **bonjour** et **au revoir**.

C'est dire les **mots magiques**

LE COURAGE

C'est de faire ce qui est juste.

Je fais ce qui est juste. Je n'ai pas peur de dire la vérité.
Affronter ma peur me rend plus fort.

C'est oser faire.

C'est dépasser sa peur.

LA SINCÉRITÉ

C'est s'exprimer sans déguiser sa pensée.

Je dis ce que je pense sans transformer la vérité. Je reste moi-même quelle que soit la situation.

C'est prendre la parole pour dire ce que l'on préfère ou ce que l'on aimerait faire.
C'est aussi de dire la vérité.

L'HONNEUR

C'est d'être fidèle à la parole donnée.

Je suis fidèle à la parole que je fais à moi-même et aux autres sans jamais la trahir.

C'est faire ce que l'on dit.

C'est penser aux autres avant soi.

LA MODESTIE

C'est de parler de soi-même sans orgueil.

Je parle de moi sans orgueil. Je sais d'où je viens, ce que j'ai fait, ce qu'il me reste à faire.

Quand on a gagné, on félicite le perdant, car il a bien joué.

LE RESPECT

Sans respect, aucune confiance ne peut naître.

Sans respect, personne ne me fera confiance.
Grâce à lui, je ne serai pas sanctionné.

C'est écouter ce que disent les autres.

C'est de ne pas faire mal aux autres enfants.



CODE MORAL JUDO LANSARGUES

LE CONTRÔLE DE SOI

C'est de savoir se taire lorsque monte la colère.

Je garde mon calme à tout moment. Je sais rester calme lorsque la colère me gagne.

C'est garder son calme.

L'AMITIÉ

C'est le plus pur des sentiments humains.

Grâce à lui, je ne reste plus seul.

Quand on a un ami, on l'aide.

C'est partager avec les copains et les copines.

ARTICLE 1 - RESPECT ET POLITESSE :

- Le salut est le premier geste de respect du judoka ; il est donc obligatoire en entrant et en sortant du tatami.
- Chaque membre se doit de traiter les autres avec respect, quel que soit leur grade ou leur niveau, le respect des enseignants et des autres judokas est primordial.
- Il est interdit de crier, courir ou jouer de manière désordonnée dans le dojo.
- Les locaux et équipements sportifs, tels que tatamis, ceintures, et autres matériels, doivent être traités avec soin.
- Les échanges sur les groupes WhatsApp ou les réseaux sociaux sont soumis aux mêmes règles de respect que dans le dojo. Aucun propos injurieux, discriminatoire ou diffamatoire ne sera toléré.

ARTICLE 2 - TENUE ET HYGIÈNE :

- Le judogi doit être propre, en bon état et correctement porté, avec la ceinture bien attachée.
- Les ongles des mains et des pieds doivent être courts pour éviter les blessures.
- Aucun bijou, montre, ou objet métallique ne doit être porté pendant la pratique.
- Pour plus de confort dans la pratique, les cheveux longs doivent être attachés permettant la saisie du col du judogi.
- L'utilisation de claquettes est obligatoire en dehors du tatami.
- Pour éviter les passages aux toilettes durant la séance, le judoka aura pris soin d'être passé aux toilettes avant le cours et se présentera au dojo avec une gourde ou une bouteille d'eau.

ARTICLE 3 - PONCTUALITÉ :

- Arriver en retard perturbe le cours. Si un retard est inévitable, le judoka doit attendre l'autorisation de l'enseignant avant de rejoindre le tatami.
- Après trois retards non justifiés, le judoka peut être sanctionné.



JUDO CLUB LANSARGUES

ARTICLE 4 - PRÉSENCE :

- Une feuille de présence sera complétée à chaque cours.
- En cas d'absence prolongée, veuillez en informer l'enseignant ou le secrétariat du club.
- Une absence prolongée sans justification pourra remettre en question la participation à certaines compétitions ou démonstrations.

ARTICLE 5 - SÉCURITÉ :

- Le respect des consignes données par l'enseignant est essentiel pour assurer la sécurité de tous.
- Les techniques dangereuses ou non autorisées sont interdites.
- Tout accident ou blessure doit être immédiatement signalé à l'enseignant.
- En cas de malaise ou de maladie, le judoka doit en informer l'enseignant avant le début du cours.

ARTICLE 6 - PARENTS :

- Les parents ne sont pas autorisés dans le dojo et sur le tatami, sauf invitation de l'enseignant.
- Il est demandé aux parents de respecter les horaires pour déposer et récupérer leurs enfants.
- Les parents doivent s'assurer que les judokas sont bien entrés dans le dojo (salle de pratique) avant le début du cours.
- Les judokas dans les vestiaires avant et après le début du cours sont sous la responsabilité de leurs parents.
- Les échanges avec l'enseignant doivent se faire avant ou après le cours, pas pendant.

ARTICLE 7 - RÈGLEMENT DES COTISATIONS :

- Les modalités de paiement sont flexibles, mais tout retard doit être signalé au bureau pour trouver une solution.
- Un judoka dont la cotisation n'est pas à jour peut se voir refuser l'accès au tatami.

ARTICLE 8 - INFORMATIONS :

- Il est de la responsabilité de chaque membre et parent de se tenir informé des événements, stages et modifications de planning.
- Une communication régulière sera assurée par le biais de différents supports, SMS, Mails et WhatsApp.

ARTICLE 9 - PARTICIPATION AUX ÉVÉNEMENTS :

- Les événements externes, comme les compétitions, représentent le club. Une bonne conduite est donc attendue de chaque participant.
- Les judokas sont également encouragés à participer aux événements internes, tels que les stages ou les démonstrations.



JUDO CLUB LANSARGUES

- Le club valorise l'engagement de tous. Les parents et membres sont encouragés à rejoindre une ou plusieurs commissions (technique, événementiel, communication, etc.).

ARTICLE 10 - RESPONSABILITÉ :

- Bien que le club fasse tout son possible pour sécuriser les lieux, la responsabilité du club ne peut être engagée en cas de perte ou de vol.

ARTICLE 11 - ENGAGEMENT :

- L'adhésion au club implique l'acceptation et le respect de ce règlement.
- Toute infraction selon sa gravité peut entraîner un rappel au règlement au judoka concerné et aux parents et/ou une convocation devant le conseil disciplinaire du club.
- En cas de comportement grave ou répété contraire aux règles, une commission disciplinaire peut être convoquée. Elle est composée de 3 membres du bureau et/ou du conseil d'administration, hors parent de l'enfant concerné.

ARTICLE 12 - MODIFICATION DU RÈGLEMENT :

- Ce document peut être révisé chaque année lors de l'Assemblée Générale, sur proposition du Bureau ou des membres.

L'équipe du Judo Club de Lansargues

