ENTENTE SPORTIVE DE BOURGUEIL

SECTION JUDO JUJITSU

14 Bis, Avenue de St Nicolas - 37140 BOURGUEIL

℡ 02 47 97 89 34

Président : esbourgueil.judo@free.fr

Secrétariat : secretariat.judo@hotmail.fr www.bourgueiljudoclub.jimdo.com

Règles de vie au dojo

Formalités administratives :

Le judoka ayant accès au dojo pour la pratique du judo, doit être en règle :

- Être titulaire d'une licence (réglée au club) et du passeport FFJDA (livret où sont enregistrées toutes les étapes de la vie du judoka : vignettes de licences, certificats médicaux, passage de grades, résultats en compétition …)
- Avoir réglé son adhésion et/ou sa cotisation au club
- Avoir son certificat médical à jour
  Celui-ci est valable 1 an. Il peut être apposé sur le passeport FFJDA (mais demander un certificat médical sur feuille libre, qui sera conservé au club).
  Si le judoka participe à des compétitions ou animations, le certificat médical doit porter la mention « pas de contre-indication à la pratique du judo en compétition ».

ATTENTION : il faut avoir signé le formulaire de licence avant de monter sur le tatami.

Rappel des règles d'hygiène et de sécurité :

L'hygiène est une marque de respect pour soi et pour son partenaire.

- En dehors du tatami, le judoka doit circuler avec des tongs (zoris),
- Il faut avoir un judogi toujours propre,
- Il convient d'avoir une hygiène corporelle impeccable,
- Il faut avoir les ongles propres et coupés courts,
- Le judoka ne peut monter sur le tatami qu'en judogi,
- Les judokas ne doivent pas arriver en judogi. Les vestiaires sont mis à disposition pour se changer.
- Pour les femmes judokas, un tee-shirt (de préférence blanc) doit être porté sous la veste de judogi,
- Les judokas doivent utiliser les vestiaires pour se changer ; les vêtements doivent être ramenés dans le dojo (veiller à ne rien oublier),
- Tous les bijoux doivent être enlevés (bagues, bracelets, montres, colliers, boucles d'oreilles…),
- Les cheveux longs doivent être attachés par un élastique sans partie métallique (les barrettes et les pinces sont interdites),
- On ne mâche pas de chewing-gum sur le tatami, et on n'y mange pas,
- Les zoris et bouteilles d'eau doivent être rangés au bord du tatami,
- Utilisez les poubelles pour un dojo propre : rien ne doit être laissé aux abords du tatami.

Comportement à adopter sur le tatami et en dehors :

- **Ponctualité**
  Les horaires doivent être respectés. Afin de pouvoir se changer, le judoka doit arriver au moins 10 minutes avant le cours. Le Professeur a toute autorité pour refuser un judoka en retard.
- **Responsabilités**
  Les parents sont responsables de leurs enfants avant et après les cours.
  Les parents sont également responsables du trajet parking-dojo : dans les couloirs et vestiaires, jusqu'à l'arrivée du Professeur.
  Les horaires doivent être respectés. Afin de pouvoir se changer, le judoka doit arriver au moins 10 minutes avant le cours.
  Les parents ou personnes habilitées doivent venir chercher les enfants à la fin du cours. En cas d'impossibilité ponctuelle d'être au dojo avant la fin du cours, il faut prévenir le professeur et l'enfant, pour que celui-ci reste dans le dojo jusqu'à l'arrivée de la personne qui vient le récupérer.
  Sur le tatami, le professeur est responsable de la sécurité des judokas.
  Rappelons que la licence fédérale comporte une assurance qui prend en charge les dommages subis par le judoka, ou ceux qu'il peut provoquer involontairement.
- **Présence des parents pendant le cours**
  La présence des parents n'est pas souhaitable pendant les cours (tout comme à l'école), notamment pour ne pas détourner l'attention des enfants.
  Si, cependant le professeur autorise les parents à assister aux cours, ils doivent observer le silence et ne pas intervenir sur le déroulement de la séance, même pour remettre une ceinture.
  En cas d'absence prolongée, les parents doivent prévenir le club.
- **Mixité et vie en groupe**
  La mixité est la règle. Pendant les cours, chacun travaille indifféremment avec un garçon ou une fille.
  Il convient de respecter le professeur et les autres judokas : une mauvaise conduite ou des propos incorrects lors des entraînements, en compétitions, sur les animations, peuvent donner lieu à l'exclusion temporaire ou définitive du judoka et/ou de son accompagnant.
- **Salut**
  Le respect envers les lieux et les autres se manifeste notamment au judo par le salut. Ce salut fait partie intégrante de la discipline et personne ne peut s'y soustraire pour quelque raison que ce soit.
  - Il faut saluer le tatami avant d'y monter
  - Il y a un salut collectif au début et la fin du cours
  - Avant et après tout travail avec un autre judoka, on le salue

Comportement des parents :

- Ne prenez ni la place ni le rôle du professeur,
- Respectez ses compétences, faites sa connaissance,
- Le plaisir de l'enfant doit guider l'investissement et les décisions du professeur (ex. : la ceinture est remise lorsque le niveau est atteint par rapport aux exigences de la couleur de la ceinture).
- Le club a besoin de votre soutien et de votre accompagnement pour que votre enfant s'affirme : votre présence le rassure et c'est une grande satisfaction pour les parents de voir leur enfant s'épanouir et progresser dans cette discipline en compagnie de ses camarades sur le tatami (apprendre à cultiver l'esprit d'équipe).
- Participez aux événements du club,
- Lors des compétitions, il est recommandé que les parents accompagnent les enfants,
- C'est votre enfant qui est sur le tatami, encouragez-le, ainsi que l'équipe du club,
- Soyez exemplaire pour vos enfants : respectez les décisions des arbitres (la compétition sera plus sereine),
- Dans la défaite, encouragez l'enfant et l'équipe. Les défaites servent d'expériences pour mieux appréhender les prochaines compétitions.
- Parents, mettez à profit vos compétences au service du club : devenez bénévole, partenaire ou dirigeant

Judo école de vie