



REGLEMENT INTERIEUR

ASSOCIATION SHAOLIN WING CHUN

1- Licence et Certificat Médical

Les membres de l'école doivent être à jour de cotisation et être en possession de sa licence.

La licence ne sera délivrée qu'une fois que tous les documents nécessaires à l'inscription seront fournis.

Le certificat médical attestant l'aptitude à la pratique du Wing Chun (alternativement, du « Kung Fu » ou des « Arts Martiaux ») est obligatoire pour l'inscription au cours. Ce certificat doit être renouvelé chaque année et doit porter la mention « Apte à la pratique du Wing Chun ».

2- Respect et Comportement

Une bonne tenue, le respect des personnes et du matériel sont de règle au sein de l'école.

Toute personne se faisant remarquer par une mauvaise conduite ou par des propos incorrects lors des entraînements ou des déplacements, pourra être exclue temporairement ou définitivement.

Tout élève se doit de respecter un code de conduite et un code moral afin de maintenir un environnement optimal à l'apprentissage du Wing Chun :

- Saluer en entrant et sortant du Kwoon avec le salut de l'école ;
- Rester discipliné en toute circonstance, ne pas discuter ou se dissiper durant les cours ;
- Pratiquer la courtoisie et la droiture afin de servir le groupe ;
- Bien se comporter avec ses élèves et ses partenaires, préserver l'unité et éviter les conflits ;
- S'entraîner régulièrement et maintenir ses compétences ;
- Apprendre à développer une tranquillité spirituelle et s'abstenir de combattre ;
- Etre actif dans le groupe, rester mesuré, cultivé et amical dans ses manières ;
- Aider les plus faibles et les plus jeunes ;
- Ne pas employer de grossièreté au sein du Kwoon et durant les enseignements, il s'agit d'un signe de colère et d'un manque de contrôle de soi ;
- Discipliner votre corps en gardant le dos droit en position debout ou assise. Ne pas s'asseoir sauf autorisation de l'instructeur, auquel cas il conviendra de s'asseoir en tailleur ;
- Transmettre la tradition.



Ce code moral se traduit à travers **9 valeurs personnelles** qu'il convient de cultiver :

- Loyauté
- Obéissance
- Amabilité
- Coopération
- Respect
- Fidélité
- Honneur
- Discrétion
- Courage

Ces règles s'appliquent dans les rapports entre élèves et avec le professeur durant les cours et sur les plates-formes d'échanges et de communication spécifiques à l'école (groupes Facebook, WhatsApp, ...).

3- Relations avec l'Instructeur

Il convient de respecter son Instructeur en toute circonstance. Cela passe par une écoute attentive constante, prêter attention à son savoir et son expérience. Ne pas l'interrompre lorsqu'il parle et accepter ce qu'il dit avec respect.

Si vous avez des questions, les poser d'abord aux élèves gradés. Si la réponse n'est pas satisfaisante, l'élève avancé pourra alors solliciter l'instructeur.

Tenir une bonne posture lorsqu'on s'adresse à son instructeur : debout les pieds parallèles et les mains le long du corps. Les instructeurs niveau 6 et plus doivent être appelés Maître ou Sifu. Les autres instructeurs doivent être appelés selon leur titres respectifs : Mme, M., L'utilisation des titres s'applique également lors des échanges sur les réseaux sociaux.

Les élèves les plus gradés assument automatiquement les responsabilités quant au respect des règles en l'absence de l'Instructeur et des Assistants.

Lorsque le Sifu entre dans le Kwoon pendant un cours, C'est à l'Instructeur ou à l'élève le plus gradé d'annoncer sa présence. Il convient de le saluer et d'écouter en adoptant une posture appropriée.

Lors de présentation, toujours présenter le moins gradé au plus gradé, en utilisant les titres et noms de famille.



4- Ponctualité

Les pratiquants doivent arriver au moins dix minutes avant leur cours afin de pouvoir se préparer et ainsi commencer le cours à l'heure. Ils ne peuvent le quitter sans l'autorisation du professeur. Si les horaires ne sont pas respectés, le professeur à toute autorité pour refuser un élève en retard.

Tout élève arrivant en retard se doit de demander l'autorisation du professeur pour pouvoir participer au cours. Un élève qui arrive en retard doit se préparer et s'échauffer seul, et demeurer au fond du groupe jusqu'à avoir la permission de se joindre au groupe. Il devra alors réaliser **20 pompes** et rentrer dans la classe.

Les parents ou les représentants légaux des enfants doivent venir chercher les jeunes pratiquants à la fin du cours et avant le début du cours suivant.

5- Tenue

Les élèves doivent venir au cours avec une tenue propre et adaptée à la pratique du Wing Chun.

La tenue doit être composée de :

- Un T-shirt (blanc, vert, jaune, rouge ou noir selon le niveau du pratiquant), ne comportant aucun autre motif que les logos de l'école (les logos des marques sont acceptés si discrets);
- Un pantalon noir ;
- Une paire de chaussure de sport (sauf pour les cours sur tatamis) ;
- Les logos sur le T-shirt et le pantalon.

Les élèves doivent avoir les mains et les pieds propres ainsi que les ongles coupés courts.

Les cheveux longs doivent être attachés.

Tous les bijoux sont interdits pendant les cours (montres, bracelets, boucles d'oreilles, etc.).

L'école ne saurait être tenue responsable en cas de casse ou de vol.

6- Sécurité et Hygiène

6.1 Sécurité

L'accès au Kwoon est interdit aux non-pratiquants sauf autorisation expresse du professeur.



Les techniques martiales peuvent blesser ou tuer. Il est important de pratiquer avec sérieux et ne jamais quitter son adversaire du regard.

Il ne faut jamais frapper quelqu'un délibérément. Si vous blessez un élève par accident, s'excuser immédiatement et l'aider à se remettre. Si la blessure semble sérieuse, prévenir l'instructeur.

Il ne faut jamais s'amuser ou se comporter de façon légère au sein de l'école. Ce type de comportement montre un manque de discipline personnelle et une attitude négligente pouvant conduire à des blessures.

Ne jamais toucher ni s'amuser avec des armes, sauf demande expresse de l'instructeur. Ne pas laisser un autre élève manipuler ou jouer avec des armes.

Il est recommandé de ne pas laisser les enfants se déplacer seuls jusqu'au Kwoon. Les parents doivent s'assurer de la présence du professeur ou d'un membre du comité directeur avant le début du cours.

6.2 Hygiène

Il est interdit de consommer chewing-gums, bonbons et autres denrées au sein du Kwoon. Seules les boissons sont autorisées pendant les cours.

Le Kwoon n'est pas la propriété privée de l'école, il est destiné à la pratique des arts martiaux et est placé sous la sauvegarde des élèves. En conséquence tous les membres, parents et visiteurs, sont tenus de veiller à la propreté générale du Kwoon :

- La surface doit être indemne de toute souillure. Les tâches de sang devront être nettoyées (alcool à 70 degré) ;
- Utiliser les poubelles ;
- Ne pas circuler pieds nus dans les couloirs aux abords des tatamis ;
- Ne pas fumer dans les vestiaires et dans le Kwoon ;
- Ne pas introduire de denrée (bonbons, gâteaux) sur les tatamis.

L'hygiène concerne tous les pratiquants, des plus jeunes aux plus âgés. Les plus âgés se doivent de montrer l'exemple.

L'hygiène est une marque de respect que chaque pratiquant doit témoigner à son partenaire ou à son adversaire, le respect étant une valeur fondamentale du Wing Chun.

- L'hygiène c'est d'avoir les ongles propres et coupés courts ;
- L'hygiène c'est d'avoir une tenue toujours propre et adaptée ;



- L'hygiène c'est d'avoir un corps propre ;
- l'hygiène c'est d'avoir une alimentation saine et équilibrée ;
- Ne pas mâcher de chewing-gum ;
- Enlever tous ses bijoux (Montre, bracelet, boucles d'oreilles, collier...).

Par l'hygiène, le pratiquant se respecte en tant que personne et fait preuve de respect envers son partenaire ou son adversaire !

7- Absences

L'inscription est annuelle, l'absence aux cours ne dispense pas du paiement de la cotisation sauf cas exceptionnel en accord avec le comité de direction.

Il appartient aux élèves absent de se maintenir à niveau afin de ne pas perturber l'entraînement des autres élèves. Un élève ne pourra demander de cours de rattrapage en cas d'absence.

8- Fonctionnement Interne de l'école

Les cours sont assurés pendant toute la saison sportive de Septembre à Juin.

Les cours sont partiellement ou totalement assurés pendant les vacances scolaires et jours fériés, en fonction des disponibilités des salles d'entraînement. Il revient au professeur ou un membre du comité directeur de prévenir les élèves du maintien des cours pendant les vacances.

En signant ce document, je certifie l'avoir lu, compris et accepter le règlement intérieur de l'école

Je comprends qu'en cas de non-respect de ce règlement et du code de conduite je m'expose à une exclusion de l'association.

Nom :

Date :

Signature précédé de la mention « Lu et Approuvé »