



АИКИДО БОНТОН



Клуба за борилачке вештине и рекреацију „Земун“

- 1) Ако желим да почнем да тренирам потребно је да учиним следеће:
 - Прочитам овај Аикидо бонтон;
 - Упознам и представим се тренеру како би ме примио у Клуб и одредио екипу и термин у коме ћу тренирати;
 - Прочитам „План и програм рада“ клуба за текућу сезону и потрудим се да се њега придржавам;
 - Попуним „Уписницу“ Клуба веродостојним подацима;
 - Отворим „Здравствени картон“ у ординацији Клуба;
 - Уплатим чланарину за текући месец;
- 2) Редовно плаћам месечну чланарину и то најкасније до **2.** тренинга у месецу;
- 3) Не долазим болестан на тренинг. Правдам евентуалне изостанке тако што се јављам у Клуб и наговештавам датум када ћу се вратити на тренинге;
- 4) Ако не долазим дуже од **15** на тренинге због случаја више силе или цео месец из било ког разлога плаћам **50%** износа месечне чланарине како бих сачувао место у екипи и статус активног члана Клуба;
- 5) Пазим инвентар у свим просторијама и дворишту Клуба. Ако направим неку штету дужан сам је накондодати;
- 6) Не бацам отпатке и водим рачуна о биљном свету и осталим реквизитима у дворишту Клуба;
- 7) Не улазим у салу уколико се у њој не налази тренер;
- 8) Ако доводим на тренинг некога са собом (родитеља, пријатеља, рођака), ту особу претстављам тренеру или другом овлашћеном лицу Клуба и тражим дозволу за његов боравак у Клубу;
- 9) Не задржавам се у ходнику Клуба, испред сале и пулта за наплату чланарине уколико то не захтева неопходна припрема за тренинг или измирење административних обавеза. Задржавам се у чекаоници Клуба тј. кафе клубу или у дворишту;
- 10) Не ометам тренинг који је у току, ако је неопходно-говорим тихо, не додајуем ученицима или тренерима који су у сали;
- 11) Водим рачуна о хигијени. У Клуб не улазим у прљавој обући и гардероби, а у салу за тренирање улазим босоног (без чарапа и сл.) у кимону или одговарајућој гардероби коју тренер одобри;
- 12) Одржавам личну хигијену, подрезујем нокте, носим ошишану или уредно везану косу, перем ноге, носим чист и испеглан кимоно или другу гардеробу коју користим за тренинг, и након коришћења просторија Клуба за собом остављам све у уредном стању;
- 13) На тренинг доносим папуче које назувам у свлачионици и користим их свуда по клубу;
- 14) На тренинге долазим на време тј. 15 минута пре почетка тренинга. У свлачионици након завршетка тренинга задржавам се најдуже до 15 минута;
- 15) Уколико морам у току тренинга да изађем из сале, тражим дозволу тренера;
- 16) Пре уласка у салу одлажем наочаре, сат, накит, мобилни телефон и друге предмете у гардероби, а вредне ствари ев. остављам на за то предвиђено место. Мобилни телефон за време тренинга искључујем или стишавам;
- 17) Поседујем чланску карту односно Пасош Интернационалне аикидо академије и редовно измирујем годишњу чланарину;
- 18) За време тренинга слушам инструкције тренера како бих успешно напредовао и учио аикидо технике. Тако смањујем ризик од могуће своје повреде или повреде онога са киме радим. Свестан сам да уколико на било који начин ометам рад тренинга могу бити удаљен или кажњен на неки други начин;
- 19) Ако се на тренингу не осећам добро или сам задобио неку повреду дужан сам да о томе обавестим тренера пре почетка тренинга, или одмах, у случају евентуалне повреде настале у току тренинга;
- 20) У Клуб не остављам опрему за тренинг и друге личне ствари. Заборављене или изгубљене ствари одмах пријављујем тренеру или другом овлашћеном лицу. Клуб не сноси одговорност;
- 21) У Клубу не уносим никаква неприкладна средства (алкохол, оштре или запаљиве предмете и сл.);
- 22) Не уносим храну и пиће у Клуб;
- 23) Редовно долазим на тренинге и придржавам се овог бонтонa;
- 24) Трудим се да посећујем аикидо Семинаре, додатни тренирам и асистирам у екипама потреби;
- 25) Уколико желим да престанем са тренинзима обавештавам о томе тренера;
- 26) Добровољно учествујем у свим активностима Клуба и достојно га представљам, као и аикидо вештину не омаловажавајући друге;

Осећам се пријатно и добродошао јер сам овде доша својом вољом, чиста срца и душе!

У Земуну, **01.09.2012.** године