



# AKADEMIA SPORTU I KARATE W WARSZAWIE

ul. Kajakowa 12b, 02-838 Warszawa, biuro@ekarate.pl, ekarate.pl

## REGULAMIN KLUBU

### I. Regulamin zajęć i członkostwa w Akademii Sportu i Karate Tradycyjnego w Warszawie:

- Członkiem Akademii Sportu i Karate Tradycyjnego w Warszawie, zwanej dalej Akademią lub ASiK, może zostać każda osoba, która wypełni deklarację i w pełni zaakceptuje regulamin.
- Kandydat składa Deklarację Członkowską bezpośrednio u instruktora w ciągu 2 tyg. od pierwszego treningu. Deklaracja musi być dokładnie, czytelnie wypełniona i podpisana przez os. pełnoletnią lub rodzica/prawnego opiekuna, który bierze odpowiedzialność za przestrzeganie regulaminu Akademii i potwierdza posiadanie zaświadczenia od lekarza o braku przeciwwskazań do uprawiania sportu oraz NNW.
- Członek klubu ma prawo uczestniczyć w zajęciach, brać udział we wszelkich aktywnościach organizowanych przez Akademię, godnie reprezentować ją na zawodach sportowych i pokazach karate.
- Dokumentem potwierdzającym przynależność do Akademii Sportu i Karate oraz uprawniającym do korzystania z usług ASiK jest deklaracja członkowska. Klub może zarządzić zmianę godzin grup lub w uzasadnionym przypadku - regulować opłatę członkowską oraz odrabiać treningi (święta, ferie).
- Wszelkie aktywności karate (treningi, treningi indywidualne, zawody, szkolenia itp.) spoza kalendarza klubowego lub nie oferowane przez Klub muszą być **zaakceptowane** przez Klub i powinny być zgłoszone na podstawie prośby o uczestnictwo na adres e-mail Klubu z min. 2 tyg. wyprzedzeniem.
- Wszelkie wnioski indywidualne należy wносить na podstawie pisma e-mailem. Klub 3 tyg. na odpowiedź.
- Osoby biorące udział w treningach ASiK muszą posiadać **ubezpieczenie NNW** we własnym zakresie.

### II. Komunikacja z Klubem:

- Podstawowym sposobem pozyskiwania informacji przez Klubowicza są: strona internetowa Klubu [www.ekarate.pl](http://www.ekarate.pl), Facebook Akademii: "Akademia Sportu i Karate w Warszawie" oraz Grupa na Facebooku "ASiK Family" czy Instagram "karate\_warszawa". Preferowany kontakt bezpośredni poprzez e-mail: [biuro@ekarate.pl](mailto:biuro@ekarate.pl). Biuro przesyła komunikaty Klubowe za pośrednictwem mailingu Klubowego. Członek Klubu ma obowiązek systematycznie sprawdzać swoje konto (lub pocztę e-mail) i dokonywać zapisów na poszczególne aktywności w określonych przez Klub terminach.

### III. Składki członkowskie i wpisowe:

- Składka członkowska miesięczna płatna do 10-tego dnia każdego miesiąca w roku szkoleniowym 2022/2023 określona na podstawie miejsca treningowego w przesłanym odrębnie regulaminie płatności,
- Kandydat wpłaca na konto bankowe, roczną składkę członkowską, płatną w miesięcznych lub określonych kwartalnych ratach oraz jednorazowe wpisowe w wysokości 60zł, przed pierwszymi zajęciami,
- Przy rezygnacji z zajęć/3miesięcznej absencji i ponownym zapisie, wpisowe należy uiścić ponownie,
- Składka członkowska potwierdza przynależność do ASiK, nie jest to opłata za poszczególne treningi.** 3-miesięczny brak wpłaty składki skutkuje skreśleniem z listy członków klubu. Zajęcia opuszczone można odrabiać w równorzędnych grupach w innej placówce, w tej samej w "młodszych" lub na treningach dodatkowych. Klub zastrzega sobie możliwość organizacji ok. tygodniowej "przerwy" od treningów w okresie świąt Bożego Narodzenia oraz pod koniec czerwca (zgodnie z zakończeniem roku szkolnego).
- Członkowie zobowiązani są do uiszczania składek za udział w treningach: w trybie, terminach i wysokości określonych przez Akademię. Składki wnoszone są z góry za dany m-c, bez względu na ilość treningów wykorzystanych w miesiącu. W przypadku absencji wynoszącej 3 tygodnie lub dłużej (choroba, wyjazd lub inne przypadki losowe) na wcześniejszą prośbę członka obowiązuje ulga w wys. 50% składki. Zniżka rodzinna: składka dla drugiej i każdej następnej osoby z najbliższej rodziny jest obniżona zgodnie z regulaminem płatności (przy różnych wysokościach składek, zniżki są uwzględniane dla niższej składki).
- W okresie wakacji Akademia zapewnia członkom zajęcia przynajmniej raz w tyg. – wysokość składki określa Klub. W przypadku braku uczestnictwa w zajęciach, członek ma obowiązek uiścić składkę "postojową" w wys. 60zł./m-c. Część placówek decyzyją Akademii może zostać zwolniona ze składki. Składka "postojowa" w danym nie dotyczy osób, które w danym miesiącu biorą udział w obozie.
- W uzasadnionych przypadkach Prezes może zwolnić członka z obowiązku uiszczenia części lub całości składki w danym m-cu, po złożeniu pisemnego wniosku (np.: prace na rzecz Akademii, sytuacja rodzinna).
- Chęć uzyskania rachunku należy zgłosić e-mailowo przesyłając potwierdzenie wpłaty. Klub ma miesiąc na wystawienie rachunku od daty przesłania prośby.

- IV. **Rezygnacja z członkostwa:** można zrezygnować z członkostwa na własny, pisemny wniosek min. na 2 tygodnie przed nowym m-cem. **Inaczej uiszcza opłatę za kolejny miesiąc.** Należy mieć uregulowane sprawy Klubowe.

data..... czytelny podpis.....

## V. Regulamin uczestnictwa w zajęciach:

- a) Uczestnicy zajęć przebywają na sali treningowej wyłącznie w obecności instruktora. Rodzic ma obowiązek punktualnie przyprowadzić i odebrać dziecko. W czasie treningu ćwiczący muszą być zdyscyplinowani. Nie można samowolnie wykonywać żadnych ćwiczeń. Klub nie bierze odpowiedzialności za osoby, które samodzielnie wykonują ćwiczenia nie przestrzegając podstawowych zasad bezpieczeństwa w stosunku do siebie lub innych. Na sali przebywają wyłącznie uczestnicy.
- b) O niedyspozycjach, złym stanie zdrowia, kontuzjach, dolegliwościach chorobowych, przypadłościach, syndromach itp. Instruktor/Klub musi być poinformowany przed zajęciami lub przy zapisie dziecka!!!
- c) Osoby które nagminnie nie przestrzegają poleceń instruktora, nie wykonują poleceń, odciągają uwagę instruktora i innych uczestników od zajęć, narażają ich na uszczerbek na zdrowiu, nagminnie przerywają atmosferę treningową, łamią zasady wzajemnego szacunku, po uprzednim poinformowaniu rodziców przez instruktora i powtórkach, mogą zostać przeniesione na listę oczekujących na wyznaczony okres.
- d) W czasie zajęć zabronione jest noszenie biżuterii, zegarków itp.- dopuszcza się jedynie okulary lecznicze.
- e) Ćwiczący korzystający z przyrządów treningowych ASiK lub wyposażenia sali, ponosi odpowiedzialność za używanie sprzętu. Po zakończeniu sprzęt należy odłożyć na miejsce. W razie zauważenia zepsutego sprzętu, należy niezwłocznie poinformować o tym instruktora. W razie umyślnego uszkodzenia sali lub sprzętu, spowodowanego niewłaściwym użytkowaniem, trenujący pokrywa straty finansowe.
- f) Osoby podejrzane o bycie pod wpływem środków dopingujących/ odurzających, nie zostaną wpuszczone na salę.
- g) Przedmioty wartościowe ćwiczący może oddać prowadzącemu w depozyt na czas treningu. ASiK nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe, pozostawione lub zgubione podczas treningu.
- h) W przypadku podjęcia decyzji przez uczestnika treningu karate, o udziale w ćwiczeniu z partnerem lub w sparingu, ponosi on pełne ryzyko odniesienia urazu (kontuzji) w przypadku naruszenia postanowień tego Regulaminu lub umyślnego, przypadkowego, zastosowania danej techniki karate przez siebie lub partnera w pełni zrzeka się ewentualnych roszczeń wobec ASiK, Związku, Zarządu, Instruktorów, pracowników, wolontariuszy, w związku z ewentualnie zaistniałym wypadkiem.
- i) Obowiązkiem trenera jest realizacja ustalonego programu edukacyjno-szkoleniowego, omówienie i przestrzeganie zasad panujących na Dojo, wdrażanie etykiety, dbanie o zdrowie i bezpieczeństwo ćwiczących, przygotowywanie ich do egzaminów na stopnie uczniowskie i do startów w zawodach.
- j) Statut, regulamin i zarządzenia ASiK są dostępne dla wszystkich zainteresowanych do pobrania u instruktora. Kandydat składa uzupełnione: deklarację członkowską wraz z regulaminem u instruktora.
- k) Sprawy nie ujęte w regulaminie reguluje statut lub decyzja Zarządu.

## VI. Etykieta Dojo – zapoznaj się lub wprowadź swoje dziecko, jak zachowywać się na Dojo.

- a) Kiedy wchodzisz do Dojo lub je opuszczasz, stań w wejściu, przodem do sali, wykonaj ukłon i powiedz "OSS". Jest to wyraz szacunku dla Dojo i osób znajdujących się w nim, są zewnętrzną oznaką dyscypliny.
- b) Na sali przed treningiem, ćwiczący ustawiają się w jednym szeregu na zbiórkę.
- c) Jeśli spóźniłeś się na trening, usiądź blisko wejścia w ZAZEN (ceremonialna pozycja klęcząca). Na komendę instruktora, wstań, wykonaj ukłon i powiedz "OSS", a następnie szybko dołącz.
- d) Szybko i sprawnie wykonuj polecenia instruktora. Nie spaceruj po Dojo, bądź skoncentrowany.
- e) Nie praktykuj KUMITE (walk) bez polecenia instruktora, nie bądź agresywny lecz przyjazny.
- f) Nie wychodź z szeregu bez zapytania instruktora o pozwolenie. Jeśli musisz opuścić swoje miejsce, nie przechodź między instruktorem a ćwiczącymi. Poruszaj się z tyłu – nie przeszkadzaj pozostałym.
- g) W Dojo do instruktora i starszych, zwracaj się używając należnego im tytułu (SENSEI/ SENPAJ). Gdy zwracają się do Ciebie, zrozumienie polecenia wyraż zdecydowanym, głośnym: "OSS".
- h) Poważnie podchodź do treningu. Nie śmiej się, nie chichotaj, nie rozmawiaj ani nie powoduj przerw.
- i) Wszystkie polecenia instruktora powinny być wykonywane bez zbędnych pytań. Twój instruktor nie poprosi Cię o wykonanie czegośkolwiek, czego sam nie wykonywałby wcześniej. Jeżeli nie jesteś w stanie poprawnie wykonać jakiegoś polecenia, wykonaj je najlepiej, jak potrafisz. :)
- j) Paznokcie u dłoni i stóp muszą być czyste i krótko obcięte. Strój sportowy lub karate-gi (starsi).
- k) Wszyscy ćwiczący są odpowiedzialni za czystość, porządek i bezpieczeństwo w Dojo.
- l) Twoja karate-ga lub strój sportowy muszą być zawsze schludne i czyste.
- m) Na trening przynieś wodę niegazowaną. Możesz ją pić w trakcie przerwy treningowej.

**Udział w treningach jest jednoznaczny z akceptacją regulaminu. Należy dostarczyć instruktorowi ORYGINAŁ Regulaminu podpisany na obu stronach wraz z Deklaracją. Źle wypełnione dokumenty nie zostaną przyjęte.**

Data ..... Czytelny podpis kandydata/ rodzica.....