

CVIČEBNÍ ŘÁD SK KARATE OUTLAW SHOTOKAN

Pravidla chování v DOJÓ (tělocvičně)

Obecná ustanovení

- 1) Každý karatista se zúčastňuje cvičení dobrovolně, na vlastní odpovědnost a nebezpečí.
- 2) Každý karatista musí mít platný průkaz Českého svazu karate a uhrazeny oddílové příspěvky.
- 3) Každý karatista je povinen nosit pás barvy nejvyššího dosaženého technického stupně vyspělosti (KYU nebo DAN) a čisté karate gi (kimono). (*Výjimka: nábor - do prvních zkoušek, nutný však cvičební úbor*)
- 4) Trénovat lze pouze s krátce ostříhanými nehty, bez prstenů, řetízků, náušnic, šňůrek a ostatních předmětů, které by mohly způsobit zranění.
- 5) Každý karatista je povinen respektovat mezinárodní etiku karate, a to především "shomen ni rei"(pozdraz při příchodu a odchodu z Dojo), "sensei ni rei"(pozdraz při zahájení a ukončení tréninku) a "otagai ni rei"(pozdraz při cvičení nebo rozhovoru se senseiem-instruktořem-spolučvičencem apod.).
- 6) Cvičení se zahajuje vždy v přesně stanovenou dobu. Kdo se nezúčastní zahajovacího sensei ni rei může být vyloučen z tréninkové jednotky.
- 7) Cvičení vede a za jeho průběh zodpovídá sensei nebo určený vedoucí tréninkové jednotky (dále jen vedoucí). V případě nepřítomnosti přebírá cvičení automaticky plnoletý nositel nejvyššího technického stupně.
- 8) Během cvičení mezi zahajovacím sensei ni rei a konečným sensei ni rei je zakázáno bez výzvy senseie (vedoucího) mluvit. Každý je povinen bezpodmínečně uposlechnout jeho pokynů.
- 9) Chce-li karatista během cvičení promluvit se senseiem (vedoucím), úvodem pozdraví a rozhovor opět ukončí pozdravem.
- 10) Bez svolení senseie (vedoucího) nesmí žádný karatista opustit Dojo.
- 11) Každý karatista je povinen platit oddílové příspěvky podle termínu, který je stanoven. Při nezaplacení je vykázán z Dojo. Oddílové příspěvky se nevracejí, ani nepromíjejí z důvodů nemoci či jiných důvodů nepřítomnosti na trénincích.
- 12) Sensei (vedoucí) má právo toho, kdo poruší řád Dojo potrestat napomenutím, vyloučením z tréninkové jednotky, v závažných případech, v souladu se stanovami, i vyloučením z SK. Za vážné porušení pravidel Dojo se např. považuje požívání alkoholických nápojů, omamných látek před tréninkem nebo při tréninku a nerespektování pokynů senseie (vedoucího).
- 13) Nečlenové Dojo mohou být přítomni cvičení pouze se souhlasem senseie (vedoucího). V tom případě jsou povinni respektovat jeho pokyny.
- 14) SK KARATE OUTLAW SHOTOKAN nenese odpovědnost za případnou ztrátu nebo záměnu osobních věcí odložených cvičenci v šatně nebo v tréninkovém prostoru. Není dovoleno nosit do tréninkové jednotky cennosti nebo větší částky peněz. V případě, že se tak z nezbytných důvodů stane, je cvičenec povinen je předat do úschovy senseiovi (vedoucímu).

Specifická ustanovení

- Karatista provádí pouze takové cviky a techniky, ke kterým sensei vydal pokyn. Pokud karatista cvik dokončí, zůstane stát na místě a v postoji v kterém techniku prováděl a to do té doby než sensei vydá další povel.
 - Je výslovně zakázáno, aby karatista bez svolení a povelu senseie zkoušel jakékoliv údery, kopy a další techniky proti svým kolegům. Porušení tohoto pravidla je považováno jako hrubé porušení řádu Dojo (viz. bod 12 Obecných ustanovení)
 - Je výslovně zakázáno, aby karatista bez svolení a povelu senseie používal cvičební nářadí a vybavení v Dojo. Porušení tohoto pravidla je považováno jako hrubé porušení řádu Dojo (viz. bod 12 Obecných ustanovení)
 - Karatista je povinen neprodleně hlásit sensei jakéhokoliv poranění, bolesti či nevolnost.
 - V průběhu tréninku vyhlašuje sensei minimálně dvě přestávky. Tyto přestávky jsou určeny pouze pro občerstvení a k návštěvě toalety. V době přestávky platí všechna ustanovení tohoto cvičebního řádu.
- Karatisté vzájemně mezi sebou dodržují etiku karate. Např. karatista s nižším stupněm technické vyspělosti projevuje patřičnou úctu karatistovi s vyšším stupněm technické vyspělosti.

Vedení SK

V Tachlovicích dne 02.04.2012