



Code d'éthique et tenue vestimentaire

Dojo de l'Académie des arts martiaux de l'Outaouais



Dojo	Tenue vestimentaire	Hygiène				
<ul style="list-style-type: none">• Respect du lieu de la pratique• Aucune drogue ou substance illicite• Aucune boisson alcoolisée• Si un (e) élève se présente à son cours sous l'effet de drogues ou de boissons alcoolisées, il sera verbalement interdit l'accès au dojo. S'il y a récurrence, il pourrait être suspendu ou radié de façon définitive.• Salut à l'entrée et à la sortie du dojo (kamiza)• Arrivé à l'heure au cours• S'échauffer avant l'entraînement et pratiquer• Retard ou empêchement/prévenir ou avvertir votre professeur• Seiza ou en tailleur sont autorisés/ debout ne pas obstruer la vue• Si retard : attendre en seiza l'autorisation du sensei ou de son remplaçant pour rejoindre le groupe• Les frais doivent être acquittés dans un délai raisonnable (cours et affiliation), après deux semaines refus à l'entraînement à moins d'une entente• Régularité au cours (assiduité)• Entretien des lieux (propreté et sécurité) à la fin des pratiques (nettoyer tatamis, vidanges des poubelles, époussetage). Tous les pratiquants participent à la corvée.• Respect des lieux et des pratiquants• Discrétion• Ne pas quitter les lieux sans autorisation• La perte et le vol ne sont pas de la responsabilité du dojo• Vestiaire pour se changer• Enlever et mettre les chaussures aux endroits désignés• Signaler toute blessure, maladie sérieuse, infection, opération ou toute situation pouvant compromettre votre sécurité, santé, ou aggravation de votre condition personnelle• Les pauses et les périodes pour se réhydrater sont autorisées par le sensei ou son remplaçant.• Randori ou kumité sont interdits sans l'autorisation ou en l'absence du sensei• Aucun tirailage <p>M.A.J. : 2015-08-13</p>	<ul style="list-style-type: none">• Gi blanc• Hakama noir ou bleu foncé à compter du shodan• Aucun bijoux, piercings, barrettes ou objets pouvant causer une blessure à soi ou autrui• Les cheveux longs doivent être attachés• T-shirt blanc obligatoire pour les femmes <table border="1" data-bbox="751 884 1430 1219"><thead><tr><th>Attitudes-comportements et valeurs</th></tr></thead><tbody><tr><td>Attitude juste (Shisei), un comportement juste (Seiki).</td></tr><tr><td>Amitié, courage, sincérité, honneur, modestie, respect, contrôle de soi, politesse (JUDO)</td></tr><tr><td>Honneur, fidélité, loyauté, droiture, courage, empathie (bonté et bienveillance), sincérité, respect et politesse, modestie et humilité, contrôle de soi (BUSHIDO).</td></tr></tbody></table>	Attitudes-comportements et valeurs	Attitude juste (Shisei), un comportement juste (Seiki).	Amitié, courage, sincérité, honneur, modestie, respect, contrôle de soi, politesse (JUDO)	Honneur, fidélité, loyauté, droiture, courage, empathie (bonté et bienveillance), sincérité, respect et politesse, modestie et humilité, contrôle de soi (BUSHIDO).	<ul style="list-style-type: none">• Gi propre et en bon état• Ongles des pieds et mains doivent être courts afin de ne pas causer de blessures à soi ou à autrui• Bonne hygiène corporelle• Aucun parfum• Toutes plaies, saignements ou autres infections doivent être recouverts solidement• Maladie contagieuse, s'abstenir de faire le cours• Verrue plantaire : soignée et couvrir• Interdit de manger et de boire sur les tatamis sans autorisation
Attitudes-comportements et valeurs						
Attitude juste (Shisei), un comportement juste (Seiki).						
Amitié, courage, sincérité, honneur, modestie, respect, contrôle de soi, politesse (JUDO)						
Honneur, fidélité, loyauté, droiture, courage, empathie (bonté et bienveillance), sincérité, respect et politesse, modestie et humilité, contrôle de soi (BUSHIDO).						