



## REGULAMIN DOJO

1. Za bezpieczeństwo osób ćwiczących i przebywających w dojo odpowiada instruktor. Bez jego zgody lub w trakcie jego nieobecności zabronione jest przybywanie na tatami.
2. Przed zajęciami należy zdezynfekować ręce płynem odkażającym znajdującym się przed wejściem.
3. Wejściu i opuszczeniu sali zawsze powinien towarzyszyć ukłon (tachi-rei)
4. Wchodząc na salę należy bezwzględnie zdjąć wszelką biżuterię i zegarki, w szczególności łańcuszki, kolczyki i pierścionki. Paznokcie powinny być przycięte krótko, a dłuższe włosy związane miękką opaską lub gumką.
5. Na salę nie wolno wchodzić w butach. Aby zachować czystość konieczne jest posiadanie kłapek na zmianę. Z uwagi na bezpieczeństwo zabrania się ćwiczenia w skarpetkach.
6. Trening zaczyna się i kończy tradycyjnym ceremoniałem. W trakcie ćwiczeń należy zachować skupienie i powagę. Ćwiczenia zaczyna się i kończy na polecenie instruktora. Zabronione jest wykonywanie jakichkolwiek ćwiczeń z własnej inicjatywy. Na sali nie wolno jeść ani żuć gumy.
7. W czasie treningu obowiązuje zachowanie ciszy. Głośne rozmowy stanowią naruszenie dyscypliny, mają negatywny wpływ na koncentrację i bezpieczeństwo.
8. Opuszczenie danego ćwiczenia należy zgłosić instruktorowi wraz z podaniem przyczyny. Każdy uraz lub niedyspozycję bezwzględnie zgłaszamy instruktorowi.
9. Każde opuszczenie sali musi być zgłoszone i zaaprobowane przez prowadzącego zajęcia. Uczniowie nie mogą „znikać” z sali w trakcie zajęć. Ta sama zasada obowiązuje w przypadku wchodzenia na salę po rozpoczęciu zajęć. Spóźnialscy mogą się przebrać i usiąść przy wejściu, czekając na zgodę instruktora na dołączenie do reszty grupy.
10. Po zakończeniu zajęć dzieci są odbierane przez opiekunów, nie wolno im samym oddalać się od dojo. Jeżeli opiekun nie pojawił się po zakończeniu treningu, dziecko jest zobowiązane do poinformowania o tym fakcie instruktora.