

ENFANTS POUSSINS PUPILLES 2017-2018-2019-2021:

LUNDI : 17h45 à 19h00 débutants Blanche + Blanche 1b + Blanche 2b et Blanche-Jaune

MARDI : 17h45 à 19h30 Jaune + Jaune 1b + Jaune 2b + Orange + Orange/Verte et Verte

VENDREDI : 17h45 à 19h00 débutants ceintures Blanche à Jaune-Orange

VENDREDI : 19h30 à 21h00 Orange + Orange/Verte et Verte

ENFANTS BENJAMINS (2016-2015) et MINIMES (2013-2014) :

MARDI : 17h45 à 19h30 Blanche à Marron

MERCREDI : 17h45 à 19h30 (Vertes à noires)

VENDREDI : 19h30 à 21h00 Blanche à Marron

CADETS (2012-2011) JUNIORS (2010-2009) SENIORS (2008 et avant)

LUNDI : 19h30 à 21h00 tous niveaux

MERCREDI : **18h/19h30 groupe compétition** - 19h45 à 21h30 cours tous niveaux

VENDREDI : 19h30 à 21h00 cours tous niveaux

Lieu des entraînements à GRADIGNAN – 2026-2027:

Dojo du Parc de La Tannerie, 141 rue Croix de Monjous (Sortie Rocade 17, face à GEDIMAT).

REGLEMENT INTERIEUR RESUME COURS ET STAGES SECTION KARATE-DO:

1. **CERTIFICAT MEDICAL** D'APTITUDE au KARATE-DO postérieur au 1/07/2026, **obligatoire dès la 1ère séance.**
2. **LICENCE FFK:** souscription dès votre première séance + assurance complémentaire proposée.
3. **Arriver 5 mn avant le début de chaque cours (En karategi si pas autorisation des vestiaires).**
4. Tenue obligatoire: **Karatégi blanc propre à l'exception de tout autre vêtement** (Survêtement, short, blouson, casquette, foulard...) +T-shirt blanc pour les féminines sous la veste du karatégi.
5. **hygiène corporelle parfaite,** ongles des pieds et des mains propres et coupés très courts.
6. Utilisation de pommades, huiles ou cosmétiques strictement interdite.
7. Entraînement interdit en cas de maladie contagieuse ou d'incapacité.
8. Défense de fumer, pas de chewing-gum, **pas de téléphone portable activé.**
9. Pas de montres, bijoux, chaînes, bagues, boucles d'oreilles, piercing...
10. Sandales réservées à cet usage autour des tatamis à l'intérieur Dojo.
11. Ne laisser aucun objet de valeur dans les vestiaires lorsqu'ils sont autorisés. LE CLUB DECLINE TOUTE RESPONSABILITE EN CAS DE VOL.
12. Ne pas quitter le Dojo durant le cours sans autorisation du professeur.
13. **Les spectateurs ne sont admis qu'exceptionnellement sur autorisation du professeur.**
14. **Le prix d'inscription est FORFAITAIRE et ANNUEL,** valable pour la saison sportive en cours de Septembre à Juin, quel que soit le nombre de cours effectués. **Aucun remboursement ni déduction ne sont possibles en cas de départ anticipé, d'exclusion ou d'arrêt pour force majeure.**
15. Le pratiquant s'engage à respecter les règles de courtoisie, de loyauté, d'hygiène et de sécurité enseignées par le professeur.
16. Le professeur reste libre du choix de ses élèves et peut exclure tout pratiquant auquel il ne souhaite pas livrer son enseignement.
17. Aucun entraînement autorisé dans un dojo hors la présence du professeur.
18. **Toute photo ou prise de vue est rigoureusement interdite durant les cours.**
19. **Une fiche vous est remise en cas de mesures de précautions sanitaires en vigueur.**
20. Les pratiquants inscrits à l'Ecole de Karaté-Do s'interdisent toute activité ou discussion d'ordre politique, syndical ou confessionnel au sein du club.
21. Un élève licencié d'un autre club et occasionnellement admis en stage par le professeur ne peut représenter le club dans une manifestation fédérale.
22. Pour les autres sections (Initiations ou autres Sports de combat), une licence fédérale ou une assurance personnelle sont obligatoires.

Fournir: photo d'identité + Certificat médical + Cotisation selon cours ou stages

Sauf indications contraires envoyées par courrier électronique ou stages supplémentaires, les stages indiqués « Groupe compétition » dans le tableau ci-dessus sont accessibles sur sélection des professeurs.