

Ogni Associato, dopo una lettura attenta del regolamento dell'Associazione deve rispettare con scrupolo le normative riportate; ciò è sinonimo di rispetto verso coloro che con molti sacrifici collaborano giornalmente, per il buon funzionamento del centro e per mantenere decorosa, pulita e accogliente la sede sociale. L'Associazione oltre che Palestra Sportiva e Dojo, è Scuola Morale e Culturale: mantenere di conseguenza un comportamento idoneo che s'ispiri a valori di correttezza e lealtà, assimilando come stile di vita gli insegnamenti sportivi e culturali che sono gli ideali dell'Associazione.

1 Possono frequentare le attività soltanto coloro che sono iscritti ed in possesso della tessera associativa essendo la Palestra un'Associazione. La tessera associativa è strettamente personale ed è obbligatoria per tutti i Soci, ha durata annuale, dal 1 Settembre al 31 Agosto, ed alla scadenza dev'essere puntualmente rinnovata, pena la sospensione da ogni attività associativa e il decadimento da ogni diritto di Socio. Se richiesta, all'ingresso esibire la tessera associativa; per alcune attività depositare la tessera associativa sul banco della segreteria ad inizio corso e ritirarla a fine corso. In tutte le attività associative non sono previsti rimborsi o recuperi per periodi non frequentati. I corsi nelle attività sportive si svolgono dal 15 Settembre al 30 Giugno; è prevista la sospensione dalle attività per vacanze Natalizie e Pasquali come da calendario scolastico. Gli orari dei corsi possono subire variazioni. Versare con puntualità le quote associative di tesseramento e di frequenza. La quota di frequenza annuale nelle diverse attività, anche se rateizzata, impegna il socio a versare comunque tutta la somma entro e non oltre 60 giorni dall'iscrizione o dal rinnovo. Il Socio è ugualmente tenuto al pagamento delle rate anche nel caso di non frequenza o altro motivo che gli impedisca la frequenza.

2 Per svolgere le attività sportive è obbligo consegnare, in originale, all'atto dell'iscrizione il certificato medico di idoneità all'attività sportiva, *non agonistica o agonistica*, validità 1 anno dalla data del rilascio; alla scadenza della validità dello stesso, consegnare puntualmente un nuovo certificato medico in segreteria.

3 Rispettare le strutture, le attrezzature e gli oggetti di proprietà dell'Associazione. Chi arreca danni volontari o involontari è soggetto al risarcimento immediato del danno causato.

4 Non lasciare oggetti di valore o che comunque possano danneggiarsi negli spogliatoi, ma depositarli presso la segreteria. L'Associazione non risponde di furti o danni subiti.

5 Mantenere un comportamento corretto e di rispetto verso gli altri Associati, evitando discussioni ad alta voce, aiutando con gentilezza e cordialità i nuovi iscritti a migliorarsi nell'attività svolta. Osservare il massimo silenzio, o comunque parlare a bassa voce, in modo da non disturbare le attività in corso, *evitare discussioni ad alta voce*. Agli Insegnanti, *specialmente durante le spiegazioni o in momenti di particolare concentrazione*, da molto fastidio sentire discussioni tra Accompagnatori, che avvengono ad alta voce. Tra l'altro tutto ciò è estremamente negativo e danneggia gli Atleti stessi. Limitare altresì al necessario il passaggio di Accompagnatori e di Atleti negli spogliatoi *sia prima che dopo aver svolto l'allenamento*. È assolutamente deplorabile disturbare l'Insegnante e l'Atleta durante l'ora di lezione; nel caso di una particolare e urgente necessità evitare momenti in cui sono in corso spiegazioni o momenti di concentrazione dell'allenamento. Rivolgersi all'insegnante a bassa voce ed in una circostanza in cui lo si veda disimpegnato dall'allenamento.

6 I Genitori e Accompagnatori devono accompagnare i Minori all'interno della Palestra e accertarsi che l'Insegnante sia presente per l'inizio dei corsi.

7 Assistere alle lezioni dei Bimbi e dei Ragazzi è negativo per gli stessi. Gli insegnanti saranno lieti di spiegare le conseguenze dannose della presenza costante di Genitori e Accompagnatori, durante tutta la lezione. Limitare di conseguenza la presenza a casi particolari, *Bimbi piccoli*, o a qualche sporadica circostanza, *dove per altro può essere positivo*. Per uscire durante lo svolgimento di corsi o lezioni avvisare l'Insegnante o nel caso di minori chiedere l'autorizzazione, allo stesso. È assolutamente vietato da parte di Genitori e Accompagnatori nel corso della lezione prodigarsi in consigli e suggerimenti o aiutare gli Atleti a sistemarsi il Kimono o ad allacciarsi la cintura. È estremamente importante che i Bimbi imparino al più presto ad allacciarsi la cintura e a sistemarsi il Kimono, Karategi, Judogi da soli, *eventualmente allenandosi a casa o facendosi spiegare dalle cinture superiori prima o dopo l'allenamento*.

8 È assolutamente vietato alle Mamme o accompagnatrici entrare nello spogliatoio maschile, e viceversa ai maschi entrare in quello femminile, per evitare ovvie situazioni di imbarazzo. I Bimbi fino al compimento del 5° anno possono, se hanno bisogno di assistenza delle Mamme o delle accompagnatrici, cambiarsi nello spogliatoio femminile.

9 È assolutamente vietato agli Atleti entrare in materassina prima dell'insegnante. Aspettare in silenzio l'inizio della propria lezione. Disporre in ordine le ciabatte a bordo materassina nello spazio predisposto.

10 Entrare in Palestra con le scarpe pulite. È vietato sporcare, *con cibi, cicche di sigarette, cartacce o altro*, sia dentro che fuori della palestra; è altresì vietato consumare cibi all'interno degli spogliatoi, sulla materassina o nella sala pesi. È importante capire che la sala d'attesa va tenuta pulita ed in ordine perché è di prima impressione sulle persone che vengono a chiedere informazioni per le iscrizioni; il disordine, l'eccessiva confusione e la sporcizia non giovano certamente all'immagine dell'Associazione.

11 Per non disturbare gli inquilini e per un rapporto di buon vicinato, in qualsiasi ora del giorno ed in special modo la sera, non raggrupparsi fuori dalla Palestra parlando ad alta voce, giocare e/o urlare. È vietato posteggiare l'auto sui marciapiedi o in modo fastidioso per gli inquilini del condominio.

12 Negli spogliatoi rimanere il tempo necessario per cambiarsi. È assolutamente vietato giocare; è necessario mantenere l'ordine in modo da non smarrire o dimenticare i propri oggetti. Non toccare o spostare, *neanche e soprattutto per scherzo*, gli indumenti o le borse degli altri associati; si raccomanda inoltre la massima igiene personale.

13 È vietato assolutamente giocare sulle scale all'interno o sulle rampe d'ingresso all'esterno; prestare molta attenzione nell'uscire dalla Palestra alla rampa esterna, perché transitano auto e moto; in tali situazioni si raccomanda ai genitori ed accompagnatori di vigilare particolarmente sui minori. L'Associazione è estranea a responsabilità dovuta a eventuali dette inadempienze.

14 È vietato fumare, all'interno della sede sociale e di conseguenza aprire le finestre degli spogliatoi e dei bagni per buttare cenere e cicche.

15 Astenersi dalla frequenza delle attività se consapevoli di avere malattie infettive contagiose per gli altri associati. Per svolgere attività sportiva nel decorso delle malattie, specialmente quelle dell'infanzia, consultare sempre il Medico per consigli ed eventuali precauzioni necessarie.

16 Nella Sala Pesi Chiudere sempre la porta d'ingresso. È assolutamente vietato toccare lo stereo, *anche per regolare il volume*, o il computer. Mettere sempre a posto le attrezzature utilizzate, pesi, panche e schede personali. Non sbattere forte i pesi quando ci si allena, specialmente per terra. Transitare in silenzio e con il massimo rispetto dalle scale condominiali. Le scarpe devono essere pulite e diverse da quelle usate per camminare per strada. Parlare a bassa voce. Chiusura ore 21.00

17 Qualsiasi tipo di infortunio in gara o in allenamento non immediatamente riscontrabile va comunicato obbligatoriamente. L'Associazione non si assume responsabilità in merito a eventuali danni, incidenti, infortuni, subiti dagli Atleti di Judo, Karate, Aikido, o altri Sport, nel corso di attività dimostrativa, preagonistica o agonistica effettuata fuori della sede sociale, in occasione di allenamenti, stage, trofei, manifestazioni, gare o competizioni organizzate dalle rispettive Federazioni, o da Enti di Promozione o da altre organizzazioni sportive. Si consiglia per svolgere tali attività Pre Agonistiche e Agonistiche un'assicurazione personale che preveda tali coperture.

18 All'insorgere di problemi di qualsiasi natura, con discrezione, *evitando comizi e discussioni ad alta voce*, informare al più presto in modo ed in un momento opportuno, *non durante le lezioni*, il Presidente; in casi gravi esporre per iscritto, in modo che sia possibile una valutazione in sede di riunione del Consiglio Direttivo.

Certi che la collaborazione di tutti, giovi al buon funzionamento dell'Associazione, si ringrazia.