



Ordensreglement - Esbjerg CITY Taekwondo Klub

Elevregler

Elevreglerne er lavet for din og klubbens skyld. Reglerne er til for at sikre, at de ikke ufarlige teknikker, du lærer i klubben, trænes under kontrollerede forhold i klubbens sal (dojangen), og ikke benyttes udenfor rammerne af klubben og nødværgeparagraffen.

Træningen er selvfølgelig frivillig, så når du har valgt Taekwondo som sport/interesse, forventer din instruktør og klubben, at du aktivt deltager i træningen og klubaktiviteterne i øvrigt.

Der må ikke bæres smykker under taekwondo-træning. Ej heller strømper - med mindre eleven har fodvorter/fodsvamp eller lign. som kan smitte. Mobiltelefoner skal være slukket eller på lydløs i dojangen, og må ikke benyttes.

Hils på flaget (før din højre hånd op til venstre bryst) når du går ind i dojangen, for at vise respekt for hvad du lærer der, og for at markere, at der skal være orden under træningen, da teknikkerne ikke er ufarlige som tidligere nævnt. Når træningen er slut - Tak dine trænere for undervisningen ved at give hånd, og hils på flaget, inden du forlader dojangen.

Vær altid loyal overfor din instruktør – men spørg gerne om teknikkerne og deres brug, hvilket viser positiv interesse for træningen. Er du uenig i træningsmetoderne, så tag en snak med din instruktør **efter** træningen, så klares problemerne uden at gå ud over træningen.

Vis altid respekt for instruktøren og dine holdkammerater, om de er lavere eller højere gradueret end dig selv.

Ødelæg aldrig den tillid som dine holdkammerater, instruktøren og klubben har til dig. Vær altid åben hvis der er situationer, hvor du er kommet i konflikt med klubbens elevregler eller vedtægter.

Når du træner Taekwondo, skal du være opmærksom på din egen opførsel udenfor klubben. Opmærksomheden omkring kampsport har næppe været større end nu, så vi bærer, som Taekwondo-folk, et ekstra ansvar med de teknikker, vi kan.

Teknikker lært i klubben må kun bruges til selvforsvar. Taekwondo er effektivt selvforsvar, og må kun bruges som sådan. Læs mere om nødværgeparagraffen i dit pensum.

Ordensregler

Nedenstående ordensregler er gældende for Esbjerg CITY Taekwondo Klub, Kongensgade 120, Esbjerg

- Klubbens opholdslokaler skal behandles med respekt.
- Stil alt fodtøj i entreen eller brug de blå overtræksposer. Indesko må gerne benyttes.
- Rygning er forbudt overalt i klubben. Se Rygepolitik for Esbjerg CITY Taekwondo Klub.
- Benyttes blade, spil og lignende lægges disse på plads efter brug.
- Affald skal lægges i de dertil indrettede skraldespande. Husk at rydde op efter dig.
- Alt sikkerhedsudstyr, der benyttes ved træning, skal anvendes rigtigt og lægges på plads på hylderne efter brug.
- Du bedes overholde ovennævnte regler, så klubben fungerer så gnidningsløst som muligt.