

TESSERAMENTO

E' obbligatorio essere in regola con il tesseramento associativo prima di iniziare il corso. Il versamento della quota mensile deve avvenire entro il 30 del mese prima del mese di frequenza.

Questo da diritto a:

- frequentare i corsi di arti marziali del M° Claudio Cremonini;
- partecipare a gare/tornei in nome dell'associazione;
- sostenere annualmente almeno un esame per il passaggio di cintura (Bianca, Gialla, Blu, Rossa, Nera) ed il relativo esame di grado tecnico (con l'apposizione di una tacca sulla cintura);
- conseguire il tesserino di insegnante di difesa personale UISP dopo il superamento dell'esame di cintura Rossa e del relativo grado tecnico;
- conseguire il tesserino di insegnante di Kung Fu / Wu Shu UISP dopo il superamento dell'esame di cintura Nera e del relativo grado tecnico.

E' obbligatorio inoltre indossare la divisa specifica per la pratica delle arti marziali che consiste in:

- maglia nera ufficiale della scuola di arti marziali;
- cintura di grado ottenuto (se conseguita);
- scarpe basse di tela bianca o nera.

Chiunque non in regola potrà non essere ammesso alle lezioni o agli esami per il passaggio di grado.

Street Martial Arts A.S.D.

riconosciuta dal C.O.N.I. (cod.259520) affiliata U.I.S.P. (cod.H012333)

L'associazione non si ritiene responsabile per danni o per furti subiti all'interno delle strutture, perciò si invitano gli iscritti a portare con se gli oggetti personali di valore e non lasciare nulla negli spogliatoi.



Scuola di Arti Marziali del M° Claudio Cremonini

DIFESA PERSONALE, JEET KUNE DO, JUN FAN GONG FU, WING CHUN KUNG FU

Sede di Bologna: Via Enzo Zoni 2
presso il "Centro Sportivo Corticelli - C.S.C."

Sede di Zola Predosa: Via dello Sport 2
presso il "Centro Sportivo Zola Predosa - PALAZOLA"

Lunedì <i>palestra di Bologna</i>	Martedì <i>palestra di Zola Predosa</i>	Mercoledì <i>palestra di Bologna</i>	Giovedì <i>palestra di Zola Predosa</i>
18:30-19:30 CORSO BAMBINI	-	18:30-19:30 CORSO BAMBINI	-
19:30-21:30 CORSO ADULTI	19:30-20:30 CORSO ADULTI	-	20:00-21:45 CORSO ADULTI

PER INFORMAZIONI: (+39) 3333404193

REGOLAMENTO GENERALE

Si richiede ai praticanti di attenersi scrupolosamente alle seguenti norme:

- mantenere un comportamento educato, civile, dignitoso e di rispetto per le persone, per le cose e per il luogo;
- educare e disciplinare il proprio carattere attraverso l'assoluto rispetto dei compagni di allenamento, in particolare nei confronti dei compagni di grado superiore e degli insegnanti;
- curare al massimo l'igiene personale, in particolare tagliare le unghie delle mani e dei piedi;
- avvertire in anticipo l'insegnante di patologie traumatiche subite in passato e/o di recente;
- mantenere l'area di allenamento libera da persone che non praticano o da oggetti personali.

Durante gli allenamenti è **assolutamente vietato**:

- indossare oggetti personali metallici o altro (anelli, orologi, braccialetti, catenine, orecchini, piercing, ecc...);
- masticare caramelle o gomme da masticare;
- indossare scarpe usate all'esterno, usare apposite scarpe solo per la palestra;
- toccare le eventuali attrezzature presenti in palestra (sacchi da boxe, colpitori, pesi, materassi, bastoni, sciabole, spade, ecc...) senza l'autorizzazione dell'insegnante;
- disturbare o distogliere l'attenzione dei praticanti durante la lezione.

REGOLAMENTO SPECIFICO

PER LA PRATICA DELLE ARTI MARZIALI

- **Presenza.** Essere sempre presenti alle lezioni ed allenare il proprio corpo e la propria mente con costanza, diligenza e perseveranza.
- **Puntualità.** Essere puntuali alle lezioni è segno di rispetto per chi insegna. In caso di ritardo attendere alla porta il consenso dell'insegnante.
- **Inizio lezione.** Entrare in assoluto silenzio con il saluto sulla soglia della porta. All'inizio della lezione disporsi in riga in ordine per grado e per età.
- **Durante la lezione.** Non disturbare. Fare silenzio. E' vietato parlare, scherzare o ridere ad alta voce. Al fine di un maggior apprendimento da parte dei praticanti è opportuno non interrompere, ma attendere la fine dell'esercizio o della spiegazione per porre la questione con alzata di mano.
- **L'uscita** momentanea o anticipata dalla lezione deve essere sempre comunicata all'insegnante e deve avvenire con il saluto sulla soglia della porta.
- **Assenze.** Saranno giustificate solo per motivi validi quali malattie, lavoro o studio. Devono essere **sempre** comunicate all'insegnante. Le assenze ingiustificate saranno notificate e danno il diritto all'insegnante di retrocedere o di sospendere **temporaneamente o definitivamente** l'allievo dal corso.
- **Opportunità.** E' data ad ogni praticante l'opportunità di accedere al corso di livello superiore o all'esame di cintura superiore se ha dimostrato impegno, costanza, perseveranza e/o meriti sportivi nei risultati delle gare.