

## • Premessa

La Polisportiva Senigallia ASD è un'associazione privata; tutti coloro che decidessero di farsi Soci, sono tenuti ad inoltrare richiesta scritta al Consiglio Direttivo, dichiarando di essere a conoscenza dello Statuto e del regolamento interno dell'Associazione, impegnandosi al rispetto delle regole in essi contenute.

I Soci sono tenuti inoltre al versamento della annuale quota associativa all'atto della prima iscrizione o al suo rinnovo, tutti gli anni, entro il giorno 10 del mese di Ottobre.

L'anno sportivo segue l'andamento dell'anno scolastico con l'eccezione della categoria agonisti che va da Settembre a fine Luglio.

## • Quote Sociali

Tutti i soci sono tenuti al pagamento della quota mensile tassativamente entro il giorno 10 di ogni mese a cui la stessa si riferisce. Se il Consiglio Direttivo stabilisce per l'anno sportivo la possibilità di versare quote annuali o semestrali agevolate, le stesse vanno versate in forma anticipata entro il giorno 10 del primo mese del periodo.

Le quote annuali o semestrali saranno pagate a mezzo bonifico bancario alle scadenze indicate e sulle seguenti coordinate bancarie: **IT11U0873121300000150140328** precisando nella causale nome e cognome del socio-atleta e periodo di riferimento del versamento; le quote mensili potranno essere versate a mezzo bonifico o in contanti alla Segreteria che rilascerà regolare ricevuta.

La quota mensile dovrà sempre e comunque essere versata da Settembre a Maggio.

Le lezioni cadenti nelle festività nazionali non verranno recuperate. Le sospensioni per i periodi di vacanza saranno comunicate preventivamente con l'affissione di avvisi in bacheca. Non sono previsti recuperi di lezioni non usufruite.

## • Dimissioni da Socio

Se un Socio intende dare le dimissioni dall'Associazione è tenuto a comunicarlo al Consiglio Direttivo, in forma scritta con relative motivazioni, almeno 10 giorni prima della scadenza del mese, interrompendo in questo caso, il versamento della quota mensile successiva. La quota dell'ultimo mese non verrà restituita.

Solo in caso di seri e gravi problemi personali, atti a giustificare l'assenza alle lezioni, il Consiglio Direttivo, dopo discussione del caso specifico, deciderà se al Socio sarà consentito di sospendere momentaneamente i pagamenti mensili, senza che quest'ultimo sia obbligato a presentare le dimissioni.

## • Impegni del Socio

Ogni Socio si impegna a seguire quelle che sono le regole comportamentali dettate dallo studio e apprendimento del Judo (vedere comportamenti da tenersi nel Dojo).

Il Socio è obbligato ad avvisare la Commissione Tecnica di ogni iniziativa personale riguardante eventuali gare, stage, raduni tecnico/agonistici ed iniziative varie, (semplici lezioni o visite ad altre palestre) organizzate da altre associazioni sportive judoistiche alle quali intenda partecipare.

Sarà dovere della Commissione Tecnica dopo discussione, concedere il nullaosta.

Il Socio è obbligato a presentare o rinnovare il proprio certificato medico di idoneità fisica agonistica o non, all'atto dell'iscrizione o immediatamente prima della scadenza.

In caso di nuova adesione con 4 sedute di prova si è tenuti a presentare la certificazione medica assolutamente prima dell'inizio della prova unitamente al modulo di richiesta di partecipazione.

In mancanza di certificato medico valido il socio atleta non potrà partecipare agli allenamenti o alle lezioni.

La Polisportiva Senigallia in ogni caso declina ogni responsabilità in caso di infortuni, malori ecc. capitati a Soci inadempienti e con certificazione medica scaduta o mancante, essendo ritenuti questi ultimi i soli ed unici responsabili del proprio comportamento e delle proprie condizioni fisiche.

Il Socio è tenuto a prendere conoscenza delle varie iniziative dell'Associazione visionando la bacheca presente in palestra.

## • **COMPORTAMENTO NEL DOJO**

### **Regole dell'atleta**

L'atleta socio ha l'obbligo di tenere sempre presente che il Dojo, oltre che palestra sportiva, è scuola morale e culturale. L'atleta maggiorenne è tenuto a rispettare le regole di seguito specificate, i genitori sono tenuti a collaborare con gli istruttori affinché gli atleti minorenni apprendano e rispettino le stesse:

1. Per buona norma gli atleti devono arrivare in palestra in tempo utile per cambiarsi ed iniziare in orario gli allenamenti. Tutti gli atleti dovranno indossare il judogi
2. Non omettere mai di salutare, sia quando si sale che quando si scende dal tatami.
3. Osservare scrupolosamente le regole generali della cortesia e quelle in particolare del Judo: sforzarsi in ogni circostanza di aiutare i propri compagni di pratica e di allenamento, evitando di essere per essi causa di imbarazzo e di fastidio; rispettare le cinture di classe superiore ed accettarne i consigli senza obiezioni.

Dal loro canto le cinture superiori devono aiutare il miglioramento tecnico di coloro che sono meno esperti, con diligenza e cordialità; quando non si pratica bisogna mantenere un contegno corretto e non permettersi mai posizioni e atteggiamenti scomposti, anche se si è affaticati; mantenersi silenziosi e, se necessario, parlare solo per la pratica Judoistica e a bassa voce; non allontanarsi mai dal tatami senza prima averne ricevuto il permesso dell'istruttore o di chi ne fa le veci.

4. Avere una cura costante della correttezza e della pulizia della propria tenuta, pulizia del Judogi, pulizia del corpo (i piedi in particolar modo), riassetto del Judogi che deve essere rimesso a posto ogni volta che si renda necessario e la cintura legata nel modo corretto.

Agli atleti di sesso maschile è proibito portare magliette e canottiere sotto al Judogi salvo autorizzazione dell'istruttore.

Le unghie delle mani e dei piedi devono sempre essere tagliate molto corte. E' obbligatorio togliere, durante gli allenamenti, orologi, catenine, anelli, braccialetti, orecchini e piercing e quant'altro possa essere causa di infortuni a se stessi o ai propri compagni di pratica.

I telefoni cellulari non sono ammessi a bordo tatami.

5. Non allontanarsi dal Dojo prima della fine delle lezioni.

Per ragioni organizzative, è buona norma che tutti coloro che, per vari motivi, sono impossibilitati alla partecipazione di una lezione, avvisino preventivamente della propria assenza.

6. All'inizio e alla fine di ogni lezione, l'insegnante e gli allievi si salutano reciprocamente. I praticanti si dispongono ordinatamente sul bordo del tatami in fila indiana di fronte allo istruttore. Il Judoka di cintura superiore si pone all'estremità del lato d'onore, seguito gerarchicamente dagli altri.
7. Tutti devono osservare che la loro uniforme sia in ordine.
8. Quando si cessa la pratica o quando si frequenta il Dojo senza praticare, l'atleta deve osservare nel massimo silenzio quanto avviene sulla materassina e prestare attenzione per trarne comunque profitto.
9. Nel Dojo, anche prima di indossare il judogi e dopo terminata la pratica, si sta a capo scoperto e ci si comporta con discrezione, evitando ogni conversazione estranea al Judo.
10. Prima di salire sul tatami è indispensabile riporre ordinatamente le ciabatte o zori, perfettamente allineate e con le punte girate nella direzione opposta alla materassina. Chiedere sempre il permesso per poter salire o scendere dal tatami.

### **Regole per i genitori o accompagnatori**

1. Durante le lezioni gli accompagnatori possono restare nelle zone di attesa, prestando attenzione a non disturbare la pratica con toni di voce elevata o comportamento chiacchieroso; non sarà possibile assistere agli allenamenti a bordo tatami.
2. Gli accompagnatori non possono accedere agli spogliatoi; gli accompagnatori dei bambini sotto gli 8 anni possono accedere con gli atleti solo allo spogliatoio bambini.
3. I colloqui con gli insegnanti debbono essere concordati per non interferire con il corretto svolgimento degli allenamenti; è consigliabile richiedere gli stessi tramite la segreteria.
4. Gli insegnanti comunicheranno con i genitori tramite avvisi consegnati direttamente agli atleti o tramite e-mail, gruppo whatsapp o altro mezzo consono. Saranno istituite riunioni collettive per comunicazioni più importanti. I genitori comunicheranno con gli istruttori solo attraverso un colloquio personale concordato come indicato nel punto precedente.
5. I genitori e le famiglie si faranno carico delle quote di partecipazione alle gare, manifestazioni ed incontri; nello spirito della massima collaborazione con gli insegnanti e gli istruttori presteranno la loro opera come accompagnatori o provvederanno a rimborsare all'Associazione le quote per il trasporto dei propri figli.
6. Nell'ottica della formazione di un gruppo sportivo coeso ed amicale, sono previste riunioni ed eventi che riguardano le famiglie alle quali è bene partecipare per condividere esperienze, impressioni ed informazioni.
7. I genitori collaboreranno, su base di volontariato, con l'Associazione per la realizzazione di manifestazioni sportive che la vedranno coinvolta sul territorio prestando la propria opera e le proprie conoscenze per migliorarne la visibilità e l'organizzazione.
8. I genitori prendono atto che gli istruttori, come tecnici federali della disciplina che trasmettono ai loro figli, sono opportunamente formati allo scopo; prendono inoltre atto delle caratteristiche del Judo. Il Judo si fonda su un codice morale, instaurato dal suo fondatore Jigorō Kanō, che esalta otto qualità essenziali che il judoista (o judoka) deve sforzarsi di avvicinare durante il suo apprendistato:
  - L'educazione;
  - Il coraggio;
  - La sincerità;
  - L'onore;
  - La modestia;
  - Il rispetto;
  - Il controllo di sé;
  - L'amicizia.

I genitori si impegnano dunque a rispettare le decisioni dell'Istruttore e della Commissione Tecnica; con la sottoscrizione del presente regolamento, confermano la loro piena fiducia agli stessi come educatori dei propri figli.

### • **Passaggi di cintura**

Ogni anno si terranno due sessioni di esami per passaggio di grado, alla fine di Dicembre ed alla fine di Maggio.

Solo le cinture Gialla ed Arancione potranno essere assegnate nella stessa annata.

Per le cinture Verde, Blu e Marrone, la Commissione Tecnica si riserva di comunicare con sufficiente anticipo agli allievi, la loro eventuale ammissione agli esami.

Il programma d'esame si baserà sulle seguenti materie:

1. Nage Waza;
2. Katame Waza;
3. Esempi di Ren Raku- Kaeshi- Hairi e Nogare Kata;
4. Arbitraggio (elementi);
5. Prova di Randori;
6. Parte generale;
7. Kata serie;
8. Profilo psico-attitudinale.

Saranno ammessi agli esami nelle date stabilite dalla C.T. tutti gli allievi risultanti idonei e che durante il periodo avranno seguito costantemente le lezioni.

L'atleta verserà l'importo previsto per la cintura ed il diploma di graduazione in forma anticipata su richiesta della Segreteria o dell'Istruttore

### • **Partecipazione a gare ed incontri**

E' auspicabile che gli atleti delle categorie bambini (4-7 anni), fanciulli (8-9 anni) ragazzi (10-11 anni), esordienti e cadetti partecipino alla partecipazione di meeting, gare, trofei, campionati regionali ecc.

La partecipazione a questi appuntamenti serve alla commissione tecnica come verifica delle conoscenze e capacità tecniche ai vari livelli degli allievi e mette in risalto in questi ultimi, il desiderio di collaborazione e l'attaccamento ai colori societari, con la voglia di fare gruppo.

I primi impegni di carattere agonistico inizieranno dopo il dodicesimo anno d'età compiuto, con la categoria Esordienti A.

Da questo punto per poter competere, si rende obbligatorio il certificato medico per l'idoneità agonistica.

Fino a quell'età, gli eventuali incontri tenuti dagli allievi/bambini con componenti di altre Associazioni Sportive aventi stessa età, peso e grado, vanno interpretati come confronti amichevoli, utili esperienze formative e normale allenamento, senza nulla di competitivo o agonistico.

Organizzare simili incontri e parteciparvi, fa parte del Judo, non farlo sarebbe snaturare la disciplina.

Non è opportuno partecipare a gare, senza le opportune conoscenze tecniche e di base, o senza una adeguata preparazione fisica, è per questo che la decisione di partecipare ad una gara agonistica spetta all'istruttore responsabile dell'atleta in armonia con l'atleta stesso.



• **Assicurazione**

Gli atleti sono assicurati perché tesserati alla Federazione Italiana Lotta Judo Karate Arti marziali (Fijlkam) o al Centro Sportivo Educativo Nazionale (Csen). Di norma tutti gli atleti devono essere tesserati prima di iniziare qualsiasi pratica sportiva. L'associazione non può assumersi responsabilità' per attività' effettuate al di fuori di questa norma.

Nel malaugurato caso di infortunio il genitore o chi esercita la patria potestà dovrà produrre idonea certificazione da parte della struttura medica competente per permettere alla ASD di effettuare le opportune pratiche di denuncia e rimborso.

Gli atleti agonisti riceveranno alla prima iscrizione il libretto federale Fijlkam, con validità 8 anni. Il costo del libretto è a carico dell'atleta e sarà conservato negli archivi dell'Associazione.

Tutti gli iscritti, e i loro genitori in caso di minorenni, sottoscrivendo la domanda di iscrizione si impegnano ad osservare e rispettare il presente regolamento, lo statuto della Polisportiva Senigallia ASD, delle regole della FIJLKAM, ed al pagamento della quota d'iscrizione e delle rette entro i termini.

Per accettazione

**DATI RELATIVI ALL'ATLETA**

COGNOME : \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_

CODICE FISCALE : \_\_\_\_\_

**DATI RELATIVI AL TUTORE**

Esercente la potestà genitoriale sul minore Il/La sig./ra

COGNOME : \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_

CODICE FISCALE : \_\_\_\_\_

Luogo e data \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

Per ulteriori informazioni o chiarimenti:

<https://www.fijlkam.it/judo.html>

<http://www.polisportivasenigalliaasd.it/>