

Cvičební řád TJ Karate Praha – pravidla pro trénink karate v tělocvičně (Dojo)

1. Práva a povinnosti cvičence, doprovodu.

- 1-1. Každý karatista se zúčastňuje cvičení na vlastní odpovědnost a nebezpečí.
- 1-2. Každý karatista musí mít platný průkaz Českého svazu karate, členskou známku Čske a uhrazeny oddílové příspěvky.
- 1-3. Každý karatista je povinen nosit pás barvy nejvyššího dosaženého technického stupně vyspělosti (KYU nebo DAN) a čisté karate-gi. (*Výjimka: nábor – do prvních zkoušek, nutný však cvičební úbor*).
- 1-4. Trénovat lze pouze s krátce ostříhanými nehty, bez prstenů, řetízků, náušnic a ostatních předmětů, které by mohly způsobit zranění.
- 1-5. Karatista vchází do Dojo bez obutí či ponožek, v čistém karate-gi nebo sportovním úboru. Doprovod vchází bez obuvi.
- 1-6. Karatista nebo doprovod vchází do Dojo ve stavu, kdy evidentně nepožil alkoholu nebo návykových látek. V opačném případě má vedoucí tréninku nebo sensei oprávnění osobu s okamžitou platností vykázat z prostor Dojo.
- 1-7. Brýle jsou při cvičení povoleny. Při nácviku technik ve dvojici je bezpečnější je sundat, případně místo nich použít měkké kontaktní čočky. V případě, že karatista si v takovémto případě brýle poškodí, TJ nenese hmotnou zodpovědnost za poškození a nelze vymáhat náhradu za poškození.
- 1-8. Cvičení vede a za jeho průběh zodpovídá sensei nebo určený vedoucí tréninkové jednotky (dále jen vedoucí). V případě nepřítomnosti přebírá cvičení automaticky plnoletý nositel nejvyššího technického stupně.
- 1-9. Cvičení se zahajuje vždy v přesně stanovenou dobu. Při pozdním příchodu cvičenec v tichosti vyčká ukončení zahajovacího sensei ni rei a pokynu o zařazení od vedoucího tréninku. Za nerespektování zahajovacího sensei ni rei, může být karatista vyloučen z tréninkové jednotky.
- 1-10. Každý karatista je povinen respektovat mezinárodní etiku karate, a to především "shomen ni rei"(pozdrav při příchodu a odchodu z Dojo), "sensei ni rei"(pozdrav při zahájení a ukončení tréninku) a "otagai ni rei"(pozdrav při cvičení nebo rozhovoru se senseiem-instruktořem-spolučvičencem apod.). Odpovědí je vždy „OSS“.
- 1-11. Každý karatista je povinen dodržovat zásady slušného chování a mezilidských vztahů. Nevhodné vyjadřování o ostatních cvičencích nebo slovní napadání může být potrestáno vyloučením z tréninkové jednotky nebo dokonce vyloučením z TJ.
- 1-12. Dojo je místo, kde cvičíme karate. Není to místo na osobní spory, dehonestaci nebo urážení etnických skupin nebo menšin, náboženské vyznání, materiální rozdíly, rasové rozdíly, diskriminaci nebo šikanu. Takové chování může být potrestáno vyloučením z tréninkové jednotky nebo dokonce vyloučením z TJ.
- 1-13. Každý karatista se chová k soupeři bez zbytečné hrubosti a použití nadměrné fyzické síly. Nepřiměřené kontakty nejsou povolené.

- 1-14. Každý nositel nižšího technického stupně je povinen respektovat nositele vyššího technického stupně, dbát jeho pokynů, rad a případných korekcí technik i chování.
- 1-15. Karatisté na otázky a nařízení učitele nebo vyšších technických stupňů odpovídají hlasitým OSS a hned reagují na otázku nebo vyzvání. Pomalá nebo neurčitá odpověď je neslušná.
- 1-16. Během cvičení mezi zahajovacím sensei ni rei a konečným sensei ni rei je zakázáno bez výzvy senseie (vedoucího) mluvit. Každý je povinen bezpodmínečně uposlechnout jeho pokynů.
- 1-17. Chce-li karatista během cvičení promluvit se senseiem (vedoucím), úvodem pozdraví a rozhovor opět ukončí pozdravem.
- 1-18. Bez svolení senseie (vedoucího) nesmí žádný karatista opustit Dojo.
- 1-19. Nečlenové Dojo nebo doprovod cvičenců mohou být přítomni cvičení pouze se souhlasem senseie (vedoucího). V tom případě jsou povinni respektovat jeho pokyny.
- 1-20. Konzumace pokrmů je v Dojo přísně zakázáno. Pít je při tréninku povoleno v místech mimo tatami a karatista dbá na to, aby tekutinu nerozlil po zemi.
- 1-21. Mobilní telefony jsou při tréninku přísně zakázány. Každý karatista nebo doprovod musí mít ztišené vyzvánění. Nerespektování může vést k vykázání osoby z Dojo vedoucím nebo senseiem.

2. Oddílové příspěvky

- 2-1. Každý karatista je povinen platit oddílové příspěvky podle termínu, který je stanoven.
- 2-2. Při nezaplacení příspěvků může být karatista vykázán z tréninkové jednotky, a to až do doby uhrazení. Při opětovném neaplacení může být, v souladu se stanovami, vyloučen z TJ. Oddílové příspěvky se nevracejí, ani nepromíjejí z důvodů nemoci či jiných důvodů nepřítomnosti na trénincích.
- 2-3. Oddílové příspěvky se nevracejí z důvodu porušení řádu Dojo, kdy dojde k vyloučení cvičence z tréninkové jednotky nebo z TJ.

3. Porušení řádu TJ

- 3-1. Sensei (vedoucí) má právo toho, kdo poruší řád Dojo potrestat napomenutím, vyloučením z tréninkové jednotky, v závažných případech, v souladu se stanovami, i vyloučením z TJ.
- 3-2. Za vážné porušení pravidel Dojo se považuje porušení jakéhokoliv bodu ve výše uvedených člancích.

4. Všeobecné ustanovení

- 4.1. TJ KARATE Praha nenese odpovědnost za případnou ztrátu nebo záměnu osobních věcí odložených cvičenci v šatně nebo v tréninkovém prostoru. Není dovoleno nosit do tréninkové jednotky cennosti nebo větší částky peněz.