

Karaté Shotokan Cantley

Dans le but d'assurer la sécurité de tous les étudiants et de transmettre un enseignement de qualité, les règles suivantes doivent être observées par tous. Certaines de ces règles sont directement liées à la pratique du karaté et mettent l'emphase sur le respect de soi-même et le respect des autres.

En tout temps:

- Il est interdit de se promener dans l'école, sauf dans le corridor et le gymnase.
- Il est interdit d'utiliser les échelles, cordes et autres appareils du gymnase car ils sont la propriété de l'école et non du dojo.
- Pas de bottes dans le gymnase, et pas de souliers mouillés non plus (règlement de l'école).

Avant le cours:

1. Enlever tous vos bijoux (bagues, montre, bracelets) pour les cours, seul les bracelets et les chaînes <medic-alert> sont acceptés.
2. Pour ceux ou celles qui ont les cheveux longs, il serait préférable de les attachés SVP.
3. Toujours saluer (misubi dachi) en entrant et en sortant du dojo. Comme notre dojo est situé dans un gymnase, nous avons établi que le dojo était la surface intérieure de celle en bleue.

Durant le cours:

1. Au début et la fin du cours, se mettre en ligne en ordre de ceinture rapidement et en silence.
2. Une fois le salut commencé, si vous êtes en retard, attendez à l'extérieur (surface bleue) en silence jusqu'à la fin du salut.
3. Comme à l'école durant la classe, on garde le silence et on lève la main pour parler.
4. On demande toujours la permission à l'instructeur si on veut s'absenter pour aller boire ou aux toilettes, etc.
5. Lorsqu'un instructeur donne une minute pour aller boire de l'eau, on revient se placer en ligne aussitôt que l'on a fini (en silence).
6. Vous devez en tout temps écouter les consignes de l'instructeur.

Après le cours:

- Nous partageons le gymnase avec d'autres groupes, libérer les lieux rapidement afin de ne pas retarder leurs activités.

Un élève qui ne respecte pas les règlements ou qui dérange le déroulement de la classe recevra un avertissement et il pourrait aussi être mis en retrait de la classe. La situation sera discutée avec le (s) parent (s) et si la situation se répète, l'élève pourrait être expulsé du cours (expulsion temporaire ou permanente).

Karate Shotokan Cantley

In order to ensure the safety of all students and to provide quality instruction, the following rules must be observed by all. Some of these rules are directly related to the practice of karate and emphasize respect for self and respect for others.

At all times:

- It is forbidden to wander around the school, except in the hall and gymnasium.
- Do not use ladders, ropes and other equipment in the gym as they are the property of the school, not the dojo.
- No boots or wet shoes in the gym (school rules).

Before the course:

1. Remove all jewellery (rings, watches, bracelets- jewellery that could injure you or others) for courses, only <medic-alert>bracelets or chains are allowed.
2. For those persons who have long hair, it is preferable to wear it up (pony-tail).
3. Always bow (misubi dachi) in and out of the dojo. As our dojo is located in a gym, we determined that the dojo was the inner surface of the floor (marked by the blue border).

During the course:

1. At the beginning and the end of the course, line up in order of belt quickly and quietly.
2. If you arrive after the start of class, wait outside (on the blue surface) in silence until the end of opening ceremonies.
3. During Karate, just like school, remain quiet and raise your hand if you have a question.
4. Always ask permission from the instructor if you want to take time off to get a drink or using the toilet, etc.
5. When an instructor gives a minute to get a drink of water, quickly return back to the line-up as soon as finished (quietly).
6. You should always follow instructions as provided.

After the course:

- We share the gym with other groups, vacate the premises quickly so as not to delay their activities.

A student who fails to comply with these rules or disturbs the progress of the class will receive a warning and may be asked to sit at the side of the class. The situation will be discussed with the parent(s) and if the situation repeats itself, the student could be removed from the class (temporary or permanent removal).