

White Tiger



Karate

Livret D'accueil

Tout d'abord, sois la ou le bienvenue parmi nous. Que tu sois déjà pratiquant ou non, tu trouveras dans ce livret toutes les informations nécessaire sur le fonctionnement du Karaté club de Besné.

Osss

Sommaire

- 1 : Histoire du Karaté*
- 2 : Histoire de Karaté Club de Besné*
- 3 : Guide du comportement du bon Karatéka*
- 4 : La tenue et les protections du pratiquant*
- 5 : Passage de grade, mode d'emploi et déroulement*
- 6 : Compétition, comment fait-on ?*
- 7 : As t-on des stages ou gala ?*
- 8 : Si je veux aider mon Club*
- 9 : Charte du WTK*
- 10 : Règlement Intérieur*

1 : Histoire du Karaté

Le Karaté est un Art Martial Japonais, qui peut se traduire par « main vide », on y apprend des techniques de combat et de défense avec les armes naturelles que notre corps nous procure (main, coudes, genoux, jambe, pied, tête...) ainsi que des projections, balayages, percussion, clé... On y travail aussi sa forme physique et son état d'esprit.

Dans l'origine, le Karaté proviens des boxes Chinoises pratiqués à Okinawa, vers 1915, Gichin Funakoshi fit sortir les techniques de l'Ile d'Okinawa, professeur à l'école supérieure de pédagogie, il fit découvrir les techniques enseignées.

En 1922, il créa le Shotokan, et coupa toute ressemblance avec les techniques de l'Ile, et créa le Karaté-Do Shotokan tel que nous le connaissons. Maître Funakoshi insistait beaucoup sur le développement de l'esprit que ses techniques apportaient, il ajouta le suffixe Do (voie) afin d'elle ver son art au même niveau que Art Martiaux Japonais et permettant ainsi de s'approcher de l'ancien esprit des Samouraï.



Gichin Funakoshi

2 : Histoire du White Tiger Karaté

Le WTK à été créé en Juin 2024 par Franck et Hermione Kerneur.

La Volonté de Franck est de créer une association ayant pour objectif le développement au travers des épreuves que donne la compétition, avec en priorité la plaisir et l'entraide.

Franck et Hermione sont d'anciens élèves de Michel Josso, avec lequel Franck à auparavant fondé un autre Club ayant formé et envoyé Hermione vers le Sport Étude et le Haut Niveau.

Hermione, aujourd'hui athlète de Haut-Niveau reconnue, fait parti du Centre de Formation du Samourai 2000 (Le Mans). Marraine du WTK, elle poursuit ses activités sportives (National & International) tout en faisant bénéficier les jeunes de son expérience.

Le WTK est jeune et motivé, il n'attend plus que toi et tes objectifs ! Que tu sois compétiteur, arbitre, ou juste amateur passionné, tu trouveras ta place ici.



Franck & Michel Josso

Photo prise lors de sa remise de récompense



Hermione

Photo Samourai2000

3 : *Guide du comportement du bon Karateka*

Pour que tout se passe bien avec tout le monde, je dois me conduire correctement, ci-dessous, quelques règles de base, afin que tout les entraînements se passent bien... en plus d'être à l'heure...

- 1. Dire « bonjour » à mon arrivée*
- 2. Un petit tour au toilettes avant de me changer...*
- 3. Je me change calmement, ne fait pas attendre les autres, ne laisse pas mes vêtements en tas, je les accroches au porte manteau, ou les plie correctement*
- 4. Je salue le Dojo avant d'entrer sur les tatamis (respect de l'espace de travail)*
- 5. Je m'assied et attend que l'entraîneur m'invite à débiter le cours*
- 6. Je ne me moque pas, et essaie d'aider mon partenaire si il rencontre des difficultés.*
- 7. Je salue mon partenaire avant et après avoir travailler avec lui, on se respecte*
- 8. Si l'entraîneur ou son assistant aide un camarade, je reste en position et ne fait le clown*
- 9. Jamais je ne réponde ou manque de respect*
- 10. Je n'entre pas dans le Dojo sans y être invité en cas de retard*
- 11. A la fin de l'entraînement, je salue le Dojo avant d'aller me changer Calmement*
- 12. Si j'utilise les toilettes ou la douche, je les laisse propre après mon départ*



4 : La tenue et les Protections du pratiquants

Pour l'entraînement, il te faut :

Un karatégi, une paire de protection pour les pieds et les mains. Selon ton age, une protection de poitrine (fille) et une coquille.

Pour la compétition, c'est un peut plus compliqué, voir page suivante.

Je m'entraîne avec un karatégi propre, je me coupe les ongles, et viens m'entraîner avec les pieds propres.

On ne s'entraîne pas avec une montre ou des bijoux... Cela peut être dangereux, pour m'hydrater, j'emporte une bouteille d'eau, pas de soda, pas de boisson sucrée, si j'en ai besoin, je garde ma ventoline près de moi.

Les horaires d'entraînement donné sont ceux du début de l'entraînement, je viens en avance pour me changer, jamais ne rentre dans le Dojo avec des chaussures...

Les ceintures, sont fournies par le Club, si j'en passe une, le Club la fournira, et reprendra celle que j'avais...

En cas de problèmes au pieds (verrue, coupures, maladie particulière), je peux venir avec des ballerines prévue pour le Dojo.

Le Club met a disposition les plastrons et casques, les équipements individuels ne sont pas prêtés en raison d'hygiène.

Pour la compétition, les couleurs à avoir sont : Bleu et Rouge.

Une tenue du Club est à acheter pour aller compétition, voir plus loin.

White Tiger



Karaté



Conseillé à partir de Cédet



Fourni par le Club



Prêté par le club
PPB en amicale

Tigers Loisir



Fourni par le Club



OBLIGATOIRE



OBLIGATOIRE

Dès que nécessaire



OBLIGATOIRE

1 couleur



OBLIGATOIRE

1 couleur



Garçons OBLIGATOIRE
Fille conseillée



OBLIGATOIRE

1 couleur

White Tiger



Karaté

Tigers Compétition



Fourni par le Club



OBLIGATOIRE



OBLIGATOIRE

Dès que nécessaire



Conseillé à partir de Cadet



OBLIGATOIRE rouge et bleu



Fourni par le Club



OBLIGATOIRE rouge et bleu



OBLIGATOIRE rouge et bleu



Garçons OBLIGATOIRE
Fille conseillée



OBLIGATOIRE rouge et bleu

5 : *Passage de grade, mode d'emploi et déroulement*



Dans la vie d'un Karatéka, le changement de couleur d'une ceinture est important, cela permet de valider les acquis et d'afficher son évolution, même si l'humilité est de rigueur, cela reste un moment fort.

Au WTK, pour changer de ceinture, il faut passer un examen, devant les Gradés du Club, et suite à cet examen, le résultat est annoncé, avec valorisation du travail...

1. Comment fait-on pour passer sa ceinture ?

Si tu travail sérieusement, tu progressera. Déjà, ce sera un grand pas, Le Karaté est une discipline individuelle, personne ne peut travailler à ta place...

Deux fois par an, des passages de ceinture sont organisé par le Club, demande conseil à ton entraîneur, il te conseillera. Pour t'aider, de Fiches grades (jaune à marron) sont affichées dans le Dojo et sur le site internet du Club, cela te permet de vérifier si tes connaissances sont suffisantes pour passer ton Grade.

Tous les examens sont affichés sur le calendrier du Club, chaque adhérents peut s'y inscrire (1 fois par an), pour s'inscrire, je clique sur la date du Kyu, et clique sur « s'inscrire » en y entrant mon identifiant et mot de passe reçu lors de mon inscription au Club.

Ensuite, le responsable des grades du Club valide ou non mon inscription, je suis avertit par mail.

Une fois mon inscription validée, je recevrait par mail mon horaire d'examen, à partir de ce moment, il ne tiens qu'à moi de travailler suffisamment pour me donner un maximum de chance de réussir mon passage.

2. Déroulement de l'examen

Un examen à plusieurs phases :

Le Kihon

Le Kata

Le Randori

Le gohon et sambon Kumité

Le Bunkaï

Les Cibles

Leur ordre peut varier, et selon la ceinture passée certains modules sont ou non à présenté.

Lors de mon arrivée, je me change et attend d'être appelé en m'échauffant.

Dès que l'on m'appelle, je me présente et écoute attentivement, j'exécute les techniques demandées, en restant exemplaire dans mon attitude et mon travail.

A la fin de mon examen, les juges me donnent le résultat en m'expliquant ce que j'ai réussi, raté et ce que je doit travailler.

Trois résultats sont possible :

a : Refus (problème de comportement et/ou niveau insuffisant dans tous les modules)

b : Validation du demi-niveau (ceinture bi-coloire, niveau suffisant dans une partie des modules)

c : Accepté (niveau suffisant dans tous les modules)

Dans les deux derniers cas, un diplôme et une ceinture me sera remis.

Si un copain ou une copine n'est pas reçu, je reste correct et le/la rassure en l'aidant de mon mieux, je ne me vante pas...

Si je ne suis pas reçu, j'écoute l'entraîneur et corrige mon travail, je repasserait la prochaine fois.

« Une ceinture noire n'est qu'une ceinture blanche qui n'a jamais baisser les bras »



6ème Kyu

Je respecte le Code Moral

Courage :

Force morale face aux épreuves, au danger et à la souffrance

Amitié :

Sentiment humain qui unifie les groupes

Sincérité :

Qualité d'une personne qui s'exprime sans déguiser ses émotions et ses pensées

Honneur :

Devoir de respecter ses paroles et ses engagements en faisant preuve de dignité morale

Modestie :

Qualité d'une personne modérée dans l'appréciation qu'elle a d'elle-même

Respect :

Manière de traiter les personnes et les choses avec déférence

Contrôle de Soi :

Capacité à rester calme et lucide quand monte la colère

Politesse :

Ensemble de règles de savoir vivre en société et de courtoisie envers les autres

Humilité :

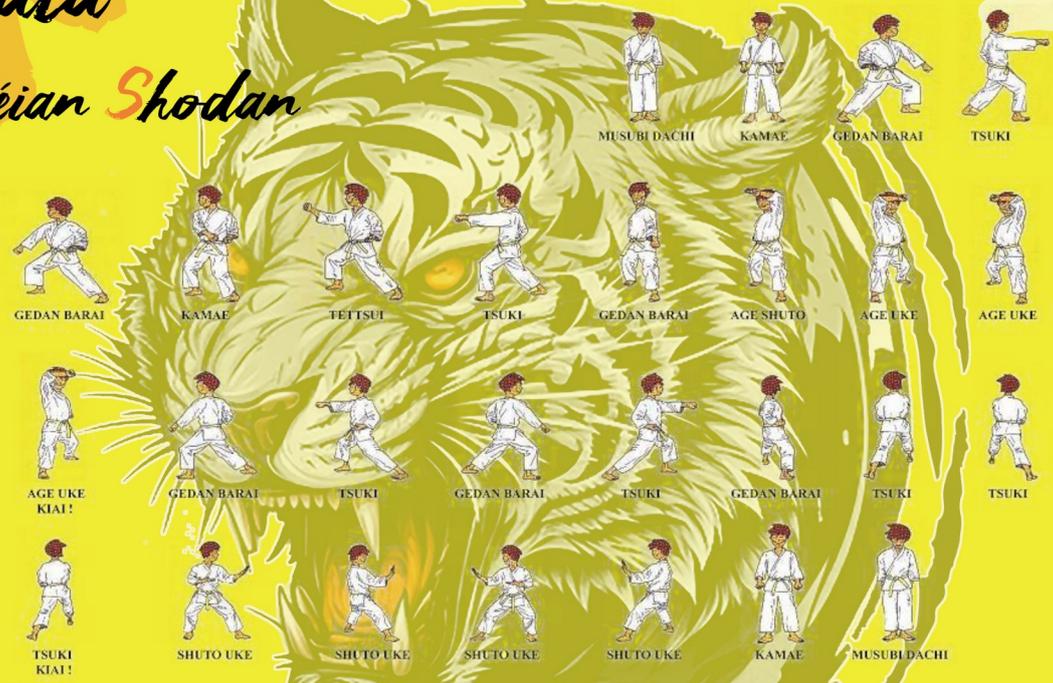
Attitude par laquelle on ne se met pas au dessus des autres



5ème Kyu

Kata

Heian Shodan



Technique

Positions

- Zenkutsu Dachi
- Kokutsu Dachi

Blocages

- Gedan Barai
- Jodan Age Uke
- Uchi Uke
- Shuto Uke

Pieds

- Mae Geri
- Mawashi Geri

Poings

- Oi Tsuki
- Gyaku Tsuki

Kumite

- Savoir se déplacer
- Cibles





4^{ème} Kyu

Kata

Heian Nidan



Technique

Positions

Zenkutsu Dachi
Kokutsu Dachi
Kiba Dachi

Kumitè

Savoir se déplacer, attaquer, parer
Oibles

Blocages

Gedan Barai
Todan Age Uke
Uchi Uke
Shuto Uke
Soto Uke

Pieds

Mae Geri
Mawashi Geri
Yoko Geri

Poings

Oi Tsuki
Gyaku Tsuki
Nukite

Karate

3ème Kyu

Kata

Heian Sandan



Technique

Positions

- Zenkutsu Dachi
- Kokutsu Dachi
- Kiba Dachi

Blocages

- Gedan Barai
- Jodan Age Uke
- Uchi Uke
- Shuto Uke
- Soto Uke

Pieds

- Mae Geri
- Mawashi Geri
- Yoko Geri
- Ushiro Geri
- Ura Mawashi Geri

Poings

- Oi Tsuki
- Gyaku Tsuki
- Nukite
- Uraken
- Kisami Tsuki
- Maitte Tsuki

Kumite

Savoir se déplacer, attaquer, parer Contra attaquer et enchaîner lors d'une attaque
 Gohon Kumite + Travail de Cibles

Nite Kyu

2ème Kyu

Kata

Heian Yodan



Technique

Positions

- Zenkutsu Dachi
- Kokutsu Dachi
- Kiba Dachi

Kumite

Savoir se déplacer, attaquer, parer Contra attaquer et enchaîner lors d'une attaque
 Sambon & Gohon Kumite + Travail de Cibles + Multidirectionnel + Bunkai

Blocages

- Gedan Barai
- Jodan Age Uke
- Uchi Uke
- Shuto Uke
- Soto Uke
- Haishu

Pieds

- Mae Geri
- Mawashi Geri
- Yoko Geri
- Ushiro Geri
- Ura Mawashi Geri
- Mikazuki Geri

Poings

- U Tsuki
- Gyaku Tsuki
- Nukite
- Uraken
- Kisami Tsuki
- Maitte Tsuki
- Taisho
- Aito

Nite Her Kyu

Kata

Heian Godan



Technique

Positions

- Zenkutsu Dachi
- Kokutsu Dach
- Kiba Dachi
- Kosa Dachi
- Neko Ashi Dachi

Kumite

Blocages

- Gedan Barai
- Jodan Age Uke
- Uchi Uke
- Shuto Uke
- Soto Uke
- Haishu

Pieds

- Mae Geri
- Mawashi Geri
- Yoko Geri
- Ushiro Geri
- Ura Mawashi Geri
- Mikazuki Geri

Poings

- Oi Tsuki
- Gyaku Tsuki
- Nukite
- Uraken
- Kisami Tsuki
- Maitte Tsuki
- Taisho Aito

Savoir se déplacer, attaquer, parer Contra attaquer et enchaîner lors d'une attaque
 Kihon Ippon Kumite + Jyu Ippon Kumite + Travail de Cibles + Multidirectionnel + Bunkai

*6 : **C**ompétition, comment fait-on ?*

A : Y participer

Pour y participer, il faut s'inscrire en retour de mail du Bureau (département, amicales), ou faire partir du groupe des Tigers (compétiteurs) pour toutes les compétitions (Département, Ligue...)

Lors de la première année de Karaté, on ne peut participer qu'aux rencontres amicales (entre Clubs) et au Championnat Départemental 1ère Année.

Dans tous les cas, le Club vous tiens informés.

Pour participer aux compétitions, je doit aussi avoir mes équipements...

B : Le jour J...

En compétition, j'arrive à l'heure, me change... Ensuite lorsque l'on appelle ma catégorie pour l'inscription, j'y vais seul avec mon passeport (remplis), ma licence et ma pièce d'identité.

Je m'échauffe sérieusement et écoute mon Coach.

Je me conduit de manière exemplaire, sinon le Club peut appliquer des sanctions.

Je porte la tenue du Club afin que l'on me retrouve facilement dans la foule.

En tant que public du WTK, je ne hurle pas, et ne me fait pas remarquer de manière discutable.

Seul les Coachs sont autorisés à venir sur le bord des tatamis, les parents doivent rester dans les tribunes. Lors d'une compétition les enfants doivent rester concentrés. Être parents, ce n'est pas être Coach, laisser les membres du Club ayant eu les instruction des professeurs Coacher votre enfant selon les connaissances à travailler.

Pour les compétitions de Ligue et plus, des covoiturages sont mis en place, renseignez vous par mail.

F : As t-on des Stages ou des Galas ?

Au cours des saisons, nous organisons parfois des stages, ainsi que le Département et la Ligue. Vous serez informés par mail, et pourrez-vous inscrire sur le calendrier du Club. Chaque année le nombre varie selon les disponibilités et moyens du Club.

Un Gala est généralement organisé au cour de la saison (de préférence en fin d'année), bien sûr, nous vous informerons de ce gala pendant la saison sportive. Tous nos membres y participent.

Pour les stages, vous pouvez aussi en avoir par le département, nous les plaçons dans le calendrier et tenons nos adhérents informés.

Tout les adhérents peuvent y participer, sauf ages ou grade spécifique selon le niveau des stages.

Exemple de Gala du Club et de Stage :



A poster for a 'Stage Combiné' event. At the top left is the 'White Tiger Karaté' logo. To its right, the word 'Stage' is written in a large, stylized font. Below it, 'Combiné' is written in a similar font. The text 'Le samedi 12 Avril 2024 De 14 à 17h' is centered. Below that, the location 'Salle Bleu, Ancienne école, Prinquiau' is listed. The event is organized by 'FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ', with a logo of a blue and red shield. The schedule is as follows: 'Matinée -> Perfectionnement Sportif' and 'Après-Midi -> Mise en situation'. A detailed agenda follows: '10h00 : Arrivée, Salut, pointage', '10h00 - 11h00 : Kata, perfectionnement', '11h00 - 12h00 : Kumité, perfectionnement', '12h00 - 13h30 : Pique-nique', and '13h30 - 14h30 : Animation type Tournoi'. The stage is 'ouvert à partir de la catégorie Poussin' and is 'Animé par Franck & Hermione'. At the bottom, it states 'Animation proposée et organisée par le White Tiger Karaté, association sportive Prinquelaise. Ne pas jeter sur la voie publique.'

8 : Je veux aider mon Club

Afin que le WTK se pérennise, tout adhérent peut s'investir de différente façon :

1 : Devenir Arbitre départemental

Si j'ai ma ceinture marron et que je suis Benjamin, je dois me rapprocher de Franck pour m'informer, attention, il faudra être disponible...

2 : Devenir Coach dans mon Club

Si j'ai ma ceinture Verte minimum, je peux Coacher mes camarades lors des Compétitions. Pour cela, je dois me rapprocher de Franck, et je pourrais l'accompagner lors de compétitions.

3 : Devenir Assistant Fédéral Agréé

Avec ce diplôme, je peux aider l'instructeur lors des entraînements, c'est un premier pas pour devenir prof...

4 : Passer le DAF

Si tu veux être entraîneur, il faut déjà savoir si le Club en a besoin, rapproche toi du bureau...

5 : Aider le Club lors de ses manifestations

Chaque événement demande la nécessité d'avoir des bras pour nous aider, être présent pour l'organisation est déjà important pour ceux qui y sont, cela permet de rentrer plus tôt pour tout le monde...

6 : Être membre du bureau

Dans la FF Karaté, pour être membre du bureau, il faut être licencié et majeur. Le KCB demande aussi à être déjà actif, et ancien du Club. Nous souhaitons avoir un Bureau avec une bonne cohésion.

Il faut aussi être présent lors de l'AG...

Besoins d'autre renseignements ? Renseigne toi auprès du Bureau...

CHARTRE DU *White Tiger* Karaté

Le Club s'engage :

- Entraîner de façon égale chaque adhérent du club
- Faire progresser les élèves
- Faire des pauses (toilettes et/ou désaltérer)
- Réaliser des démonstrations
- Faire encadrer les cours par des Instructeurs diplômés
- Ne pas laisser un enfant seul après l'entraînement

Les Adhérents s'engagent :

- A respecter l'entraîneur ou ses subordonnés (toute personne ayant été mandaté par l'instructeur)
- Écouter les instructions y compris les instructions de sécurité
- Respecter les autres pratiquants
- Être assidu au entraînements et y venir régulièrement
- A venir lors des entraînement prévus pour les équipes si j'en fait parti
- A porter ma veste du club lors de compétitions, démonstration, stage, passage de grade ou d'événements particuliers
- Avoir une bouteilles d'eau (**sans sirop, aucun sodas**)
- Avoir été aux toilettes **AVANT** l'entraînement
- En cas de retard, j'attends que l'instructeur me donne la permission d'entrer dans le cours, en attendant je me prépare physiquement en m'échauffant

Pour tout enfant de bas age, merci de changer votre enfant et de passer par les toilettes **AVANT** le cours, merci aussi de passer le prendre à l'heure après le cours, tout enfant doit être accompagné dans la salle d'entraînement.

Pour les Parents :

En cas de retard, merci de prévenir l'entraîneur au numéro communiqué a l'inscription

Une fois dans la salle, **SEUL l'entraîneur commande**, aucun parent ne sera autorisé à intervenir pendant le cours sur la zone d'entraînement, sauf demande exprimée par l'Instructeur.

Seul les Instructeurs sont autorisée à décider de l'éventualité du passage de grade de votre enfant, si ce dernier est absent à la date de sa convocation, il devra attendre la prochaine date qui lui sera communiquée et affichée au tableau des grades. Aucune réclamation ne sera permise. En cas de manque de travail ou de respect, il peut arriver un retour à la ceinture précédente temporaire, ou permanent.

Seuls les entraîneurs décident des adhérents prêts à aller en compétition ou à passer un grade (**y compris ceinture noire et Dan**). En aucuns cas vous ne devez vous opposer à l'avis de l'entraîneur.

En cas d'absence lors d'un entraînement de préparation spécifique à une compétition, l'entraîneur peut retirer votre enfant de la liste des participants de cette même compétition. Toute préparation spécifique est obligatoire.

Il est déconseillé de rester présent lors de l'entraînement, les enfants peuvent perdre en concentration quand des adultes assistent au cours.

Pour toute demande, merci d'attendre la fin de l'entraînement afin de vous rapprocher de votre interlocuteur.

Tout manquement à ces règles peuvent entraîner une radiation temporaire ou permanente de l'adhérent du Club.

Signature de l'Éleve

Signature du Tuteur



Règlement intérieur du White Tiger Karate

1. Application du présent règlement

Le présent règlement s'applique à tout événement (compétition, gala, stage, entraînement...) qu'il soit organisé par le WTK, ou que ce soit un événement à lequel le WTK et ses adhérents participe.

2. Adhésion au White Tiger Karate

Passé le cours d'essais, toute adhésion dans l'association est ferme et définitive. Aucun remboursement ne sera effectué. D'autre part, les licences ne seront distribuées qu'une fois l'intégralité de l'adhésion réglée.

3. Tenue d'entraînement

Le Karatégi deviens obligatoire au terme du premier mois d'entraînement. Seul les filles peuvent porter un tee-shirt blanc sous la veste du Karatégi. Celui-ci doit être propre. Nous demandons aussi de veiller à avoir les ongles de pieds bien coupé et les pieds propres. Il est obligatoire de porter des protections lors des combats (coquille pour les garçons, protège poitrine pour les filles) dès l'adolescence.

Pour les entraînements, il est obligatoire de prendre une paire de gants et une paire de protège pieds. Dès lors que le pratiquant pratique la compétition, il faudra avoir l'intégralité de ses équipements(gants bleu et rouge, protège tibia bleu et rouge, protège pieds bleu et rouge, protège dents, et selon l'âge et le sexe coquille et/ou protège poitrine), hors plastron et casque fournis par le Club.

4. Les Entraînements

Afin de progresser et de ne pas gêner les autres pratiquants, il est préférable de venir régulièrement aux entraînements. Si il est jugé par les entraîneurs qu'un pratiquant ne viens pas assez, nous pourrons lui interdire l'accès aux compétions, voir aux cours.

Lors des entraînements, les adhérents peuvent se désaltérer avec de l'eau (sans sirop) et aucun soda ne sera accepter.

Il est demander aux pratiquants de venir **avant** le début de l'entraînement pour se changer et éventuellement aller aux toilettes. Tout retardataire se verra le refus d'accéder au cour !!!

Pour les petits, merci de les changer et de les faire passer par les toilettes **avant** le début de l'entraînement.

Afin de permettre aux élèves de travailler au mieux, il est interdit aux parents et public d'assister aux entraînements. Nous demandons aussi aux élèves de respecter les entraîneurs et autres pratiquants, tout manquement conduira à des sanctions.

5. Les Grades

Dans notre pratique, des grades permettent de connaître le niveau d'avancé des pratiquants, nous organisons différents passages selon l'âge et le niveau. Seul les Entraîneurs peuvent décider de la possibilité du passage de grade d'un élève. Nous vous remercions de respecter cela.

D'autre part, pour un passage de ceinture noire, seul les Entraîneurs peuvent vous indiquer si votre enfant est prêt ou non à le passer.

Il n'est en aucun cas obligatoire de passer des ceinture tous les ans, seul la progression compte pour avoir la possibilité d'accéder à un examen, qui peut aussi être négatif.

6. Les Compétitions et Stages

Pour participer aux compétitions ou stages, il est demandé de s'inscrire au Groupe des *Tigers*. Seuls les adhérents inscrit pourront y participer. Seul le challenge 1ere année et/ou les amicales seront ouvertes aux adhérents Loisir (éventuellement les départementales selon leur niveau). Les *Tigers* sont engagés d'office aux Départementales et Liges.

Lors des compétitions, les adhérents doivent porter la veste du Club et véhiculent l'image de celui-ci. Ils doivent donc avoir un comportement exemplaire.

Tout adhérents dont le comportement sera jugé inapte, ne pourras plus accéder aux compétitions et pourra être convoqué par le bureau pour sanction. Cela inclus le comportement de son public (parents, amis...).

Tout adhérent souhaitant être accompagnateur devra lui aussi s'inscrire et porter sa veste.

7. Les Entraînements Spécifiques

Au cours de l'année, certains cours spécifiques peuvent être proposé aux différents niveaux, les élèves sont avertit selon leur possibilité technique d'y participer.

8. Réclamations, questions personnelles

Lors des entraînement, merci de ne pas encombrer les instructeurs, pour toute question et ou réclamation, contactez nous par mail . Si besoin nous prendrons rendez-vous, sinon votre réponse vous parviendra par retour de mail.

Les entraînements ne sont pas les moments opportuns pour se renseigner ou réclamer quoi que ce soit avec les entraîneurs.

9. Sanctions

En cas de problèmes, nous pouvons être amené à sanctionner les pratiquants. De la petite punition (assis sur un banc...) à l'exclusion ferme du Club.

En cas de soucis de comportement, nous jugeons de la gravité dans l'immédiat, si cela n'est pas trop important, nous pratiquerons une petites sanction, si, cela est grave, nous convoquerons l'adhérent avec ses parents si il est mineur. À l'issue de l'entretien, la sanction sera validée par le bureau. Allant du retrait de son grade à l'exclusion.

Merci de votre compréhension

Le bureau du *White Tiger Karate*