



DOJO DE NEUCHATEL

Espace culturel

Rue de Maillefer 11d

2000 Neuchâtel

Tél.: +41 (0)79 691 19 18

Courriel : eric.graf@dojo-ne.ch

www.dojo-ne.ch



DOJO DE NEUCHATEL - ESPACE CULTUREL

ECOLE D'AÏKIDO

RESPONSABLE DE L'ECOLE: Eric Graf, 079 691 19 18, Rue du Réservoir 8, 2034 Peseux

Facture

50.-

à payer en main propre

ou à verser **dans les 10 jours** sur le compte postal :

Ccp : 17-735625-8

Dojo de Neuchâtel, Espace Culturel

2000 Neuchâtel

Au nom de :

Nom :

Prénom :

Adresse :

CP/Lieu :

Tél. :

L'objectif de l'école est de dispenser un enseignement conforme à l'éthique de l'Aïkikai. Notre école suit la ligne d'enseignement créée par Maître Masatomi Ikeda, 7^e Dan. L'école d'Aïkido est membre de l'association Aïkido Switzerland (www.aikido-switzerland.org).

Règlement de l'école: par son inscription, l'élève s'engage à respecter les règles d'étiquettes du dojo (en annexe). Ces règles constituent la base nécessaire pour l'enseignement d'un aikido de qualité.

Rappels: Les rappels seront majorés de 5 à 10.-. Tout arrangement verbal, pour être valable, doit être confirmé par écrit. Dans les cas extrêmes, si le/la signataire devait ne pas s'acquitter de la somme due, l'école se réserve le droit de recourir à la voie juridique.

Assurance(s): Le/la pratiquant(e) doit lui-même s'assurer. L'école d'Aïkido ne peut être rendue responsable des accidents survenus en cours d'entraînement. D'autre part, elle décline toute responsabilité pour les objets disparus dans les vestiaires.

Fermeture et vacances: les jours fériés officiels, tous les cours sont annulés. Les vacances pour les cours adultes sont fixées à quatre semaines par an, elles sont annoncées à l'avance par affichage aux dojos.

Les vacances des cours enfants correspondent aux vacances scolaires, pendant ces vacances les enfants peuvent participer aux cours adultes (selon l'horaire).

Accord, résiliation : La somme ci-dessus de 50.- est non remboursable, elle donne le droit à 8 cours enfants selon l'horaire. Après ces 8 leçons, la personne en question ici décide si elle veut s'inscrire dans l'école (elle signera alors un contrat et payera des cotisations mensuelles), elle est aussi libre d'arrêter sans aucune redevance. Un responsable de l'école peut exclure un(e) élève pour mauvais comportement ceci avec effet immédiat.

Le soussigné déclare avoir pris bonne note des conditions ci-dessus et être d'accord avec les conditions mentionnées.

Lieu et date:

Signature du représentant légal

Signature d'un(e) entraîneur:

.....

.....

Nom et prénom du père :

Nom et prénom de la mère :



Règles d'étiquette du Dojo

Comment il faut que je me comporte au Dojo et qu'est-ce que je ne dois pas faire ?

Ordre dans le Dojo

J'enlève mes chaussures à l'entrée du Dojo et je mets une paire de *zori* (ou pantoufles), je range mes chaussures correctement, je ne les laisse pas simplement au milieu du couloir ! *Pourquoi ? Pour ne pas salir le dojo et pour que l'entrée garde une certaine allure.*

Je fais le moins de bruit possible en me mettant en tenue ou en m'habillant pour repartir. *Pourquoi ? Pour me mettre dans l'ambiance et pour ne pas embêter les camarades.*

Je lave mes pieds et mes mains avant l'entraînement, je veille à ce que mes ongles soient coupés courts et j'évite de nettoyer mon nez avec les doigts. *Pourquoi ? : Pour éviter que ça sente mauvais, pour éviter les verrues, parce que sinon, ce n'est pas propre. Comme je pose mes joues sur les tatami, je veux qu'ils restent propres.*

J'enlève mes colliers, bagues, montre, etc., mais je suis responsable de mes objets de valeur.

Je respecte mes instruments de travail. Mon kimono doit être propre et en bon état. Les armes sont des instruments de travail qui peuvent être dangereux, et pas des jouets. Pour montrer que j'en suis conscient, je salue lorsque je prends une arme et avant de la reposer.

Les visiteurs, mes amis sont toujours les bienvenus.

Tenue sur le tatami

Je suis à l'heure sur les tatamis pour le début du cours. *Pourquoi ? Sinon je retarde les autres qui vont attendre à cause de moi.*

Nous ne faisons qu'un seul jeu par entraînement, à la fin du cours. *Pourquoi ? Parce que nous voulons apprendre l'aïkido.*

Je salue en direction du *kamiza* (mur d'honneur) avant de monter et de descendre des tatamis. *Pourquoi ? Par respect, pour développer une bonne attitude.*

Je maintiens une attitude respectueuse pendant tout l'entraînement. Je ne donne

aucun coup ou ébauche de coup, de griffure, bousculade contre un partenaire (à moins que cela ne fasse partie d'un exercice). Je ne fais même pas semblant de donner un coup, c'est un comportement que j'élimine de moi quand je suis au Dojo. *Pourquoi ? : Ce n'est pas gentil, cela peut faire mal ou peur, et cela énerve tout le monde.* Si cela se produit malgré tout: ☹

Pendant les exercices de respirations et les saluts, au début et à la fin de chaque entraînement, le silence est d'or. Sinon ☹. *Pourquoi ? : Il faut pouvoir se concentrer et c'est une question de respect pour les camarades et pour le lieu.*

Pendant l'exécution de techniques, je me concentre sur mon travail et je ne vais en aucun cas perturber le travail des autres. Dans le cas contraire ☹. *Pourquoi ? La concentration et le calme sont nécessaires pour éviter tout accident et pour ne pas s'embrouiller dans l'exécution de techniques*

Lorsque le maître (Sensei) montre une technique, je suis toujours en *seiza* (= position assise à genoux), j'écoute et je regarde, j'évite de discuter. *Pourquoi ? Par respect pour le maître, pour pouvoir apprendre et pour ne pas déranger les autres.*

Si je dois impérativement quitter la leçon avant la fin, je dois en informer le maître, le saluer et me retirer discrètement. Si je dois aller boire ou aller aux toilettes pendant l'entraînement, je dois d'abord aller le dire au maître, mais en principe j'essaie de penser à ça avant le début de l'entraînement. *Pourquoi ? Pour ne pas perturber la leçon.*

Toutes les petites "histoires de savoir qui a fait quoi, pourquoi et comment" n'ont pas leur place au Dojo. Sinon ☹. J'évite donc d'en raconter ou d'en entretenir.

Ce qui est enseigné dans cette école est à garder pour soi, et surtout pas à appliquer ou essayer par exemple dans la cour d'école à la récréation ! *Pourquoi ? Cela pourrait blesser gravement quelqu'un. Nous apprenons des techniques de combats qui, si elles sont réalisées correctement, peuvent être extrêmement redoutables et dangereuses.*