

CODE DE CONDUITE NO TIME MMA



NO TIME - NO LIMITS

No Time MMA, Avenue Général-Guisan 1, 1700 Fribourg

COMPORTEMENT DANS LA SALLE ET SUR LE TATAMI

- Saluez en entrant et en quittant le dojo : c'est un signe de respect et de gratitude.
- Portez une tenue adaptée à l'entraînement (kimono, short, rashguard, etc.).
- Respectez la hiérarchie : en l'absence du coach principal, l'entraînement est conduit par la personne qu'il désigne ou par le pratiquant le plus expérimenté.
- Les cours débutent à l'heure. En cas de retard, prévenez à l'avance et, à votre arrivée, saluez et excusez-vous auprès du coach.
- Informez toujours le coach si vous devez quitter la salle avant la fin.
- Tout malaise, blessure ou inconfort doit être communiqué immédiatement au coach.
- L'hygiène est un pilier de la pratique : tenue propre, ongles courts, pieds propres.
- Chacun veille à la propreté de son espace et de son matériel.

PARTAGE & ESPRIT D'ÉQUIPE

- Après usage, chacun range et nettoie le matériel : un dojo propre reflète le respect de tous.
- Le coach peut inviter certains membres à participer au nettoyage du tatami ou du matériel.
- Les abonnements doivent être réglés dans les délais, par respect pour la communauté.
- La ponctualité et l'engagement financier sont des marques de sérieux et de respect.
- Tout retard répété peut impliquer une suspension temporaire, mais toujours dans l'esprit d'un rappel constructif.

COMPORTEMENT HORS ENTRAÎNEMENT & IMAGE DU CLUB

- Le respect continue au-delà des tatamis : adoptez un comportement positif à l'intérieur comme à l'extérieur du club, y compris sur les réseaux sociaux.
- Fumer ou consommer des substances nuisibles n'a pas sa place dans notre environnement sportif.
- Chaque membre représente l'image de NO TIME MMA : soyons des ambassadeurs de respect et de détermination.
- Tout comportement violent ou irrespectueux est contraire à nos valeurs et peut mener à l'exclusion.
- L'image du club est une responsabilité partagée par chacun.

RÈGLES COMPLÉMENTAIRES

- L'usage du téléphone est interdit durant les cours (sauf urgence signalée au coach).
- Les vêtements avec des messages offensants n'ont pas leur place ici.
- La progression de chacun dépend de l'assiduité, du respect du code, et de l'état d'esprit avant tout.

ENGAGEMENT DU MEMBRE

Je soussigné(e),

Nom & Prénom :

reconnais avoir pris connaissance du Code de Conduite NO TIME MMA et m'engage à le respecter pleinement, dans un esprit de respect, de progression et de partage.

Date :/...../.....

Signature :