

# FAMILY FIGHT TEAM



## PRAVILA PONAŠANJA

Pažljivo pročitajte ova pravila koja se odnose na ponašanje u našem klubu!

### **HIGIJENA**

Na trenigne dolazite čisti i uredni. ; Uredno skratite nokte ; Kosu uredno skratiti ili vezati. ; Na strunjači morate biti bos ili u čarapama. ; Obavezno ponesite papuče za kretanje van strunjača. Nije dozvoljeno napuštati strunjaču bez obuće.

### **ZDRAVSTVENO STANJE**

Na trening dolazite isključivo kada ste zdravi. ; Savetujemo redovne preglede - opšteg zdravstvenog stanja i zdravlja kože. ; Odmah obavestite trenera ukoliko se ne osećate dobro. ; Povrede nastale na treningu su na Vašu vlastitu odgovornost.

### **OPREMA ZA TRENING**

Potrebni su Vam majica i šorts ( ili kimono, naravno, ukoliko je reč o treningu u kimonu ). ; Presvlačite se jedino u za to namenjenom prostoru (nikako na strunjačama)!

### **DOLAZAK NA TRENING**

Obavezno je dolaženje na vreme, minimum 15 minuta pre početka treninga. ; Sve stvari od vrednosti (mobilni telefon, novac, dokumenta i ostalo) poneti sa sobom u salu, i ostaviti na za to predviđeno mesto. Klub ne odgovara za nestanak ili oštećenje tih stvari.

### **PONAŠANJE NA TRENINGU**

Reč trenera je važeća i obavezna za sve. On ima pravo i obavezu da sankcioniše svakog ko se ne ponaša u skladu sa pravilima ponašanja. ; Pažnju usmeriti na tok treninga. ; Tokom treninga mobilni telefoni moraju biti isključeni. ; Čuvati sebe i druge od povreda koliko god je to moguće. ; Uvažavati trenera i sve ostale u sali.; Salu je dozvoljeno napustiti isključivo uz odobrenje trenera. ; U slučaju

kašnjenja na početak treninga, sačekati i javiti se treneru koji može odobriti prisustvo i u takvom slučaju.; Trening shvatite ozbiljno. Za vreme treninga nema vikanja, smejanja, zadirkivanja drugih, razgovora ili bilo kakvog sličnog ometanja treninga. ; Kada se izda naredba da se formira vrsta, ili da se bilo šta drugo uradi, krećite se što brže možete. ; Sprovedite trenerova uputstva brzo. Ne dozvolite da ostatak grupe čeka na vas. ; Ukoliko morate da napustite trening iz bilo kog razloga, pristupite instruktoru i tiho pitajte za dopuštenje u trenutku kada on nije zauzet.

## **POSMATRAČI**

Posmatrači u tišini mogu da posmatraju trening. ; Ukoliko imaju pitanja, slobodno se mogu obratiti treneru, tiho, ne ometajući trening. Gosti i posmatrači koji ne učestvuju na treningu ne smeju ni na koji način ometati trening.

## **ODLAZAK SA TRENINGA**

Prilikom napuštanja sale i svlačionice proverite da li ste poneli sve svoje stvari. ; Kada napuštate prostorije za presvlačenje obratite pažnju da kupatilo i svlačionicu ostavite uredne za sobom.

## **ČLANARINA**

Svakog meseca ste u obavezi da platite punu mesečnu članarinu. ; Ukoliko niste platili članarinu, i niste se nikome javili (u slučaju povrede ili sl.), brišemo Vas iz evidencije kluba uz STALNU zabranu treniranja. U tom slučaju ne možete ponovo postati član kluba.

## **PONAŠANJE VAN TRENINGA**

Neovlašćeno demonstriranje stečenih veština i zloupotreba imena i ugleda kluba najstrože su zabranjeni.