



MODERN  
**JU-JITSU**  
SKUTECZNA SAMOBRONA

## REGULAMIN ZAJĘĆ PROWADZONYCH PRZEZ SZKOŁĘ SAMOBRONY I WALKI WRĘCZ

### PRZEPISY OGÓLNE

1. Zajęcia Modern Ju – Jitsu prowadzi Szkoła Samoobrony i Walki Wręcz – Artur Haraj /tel. 601 260 235/.
2. Osobą bezpośrednio prowadzącą zajęcia jest mgr wychowania fizycznego, instruktor Ju – Jitsu Artur Haraj 7 dan. Zajęcia mogą również prowadzić inni instruktorzy Szkoły Samoobrony i Walki Wręcz posiadający odpowiednie kwalifikacje.
3. Zajęcia odbywają się z wykorzystaniem profesjonalnego sprzętu sportowego spełniającego wszelkie wymogi bezpieczeństwa.
4. W zajęciach mogą brać udział osoby, które:
  - Ukończyły 6 rok życia,
  - Posiadają podpisane własnoręcznie, a w przypadku osób niepełnoletnich przez przedstawiciela ustawowego /rodzica, opiekuna prawnego/ oświadczenie o zdolności do udziału w zajęciach,
  - Posiadają zgodę rodziców lub prawnych opiekunów /dotyczy osób niepełnoletnich/,
  - Dokonają płatności za zajęcia w wysokości określonej na dany miesiąc.
5. Szkoła Samoobrony i Walki Wręcz w przypadku znacznego zmniejszenia się grupy treningowej zastrzega sobie możliwość zawieszenia zajęć.

### PRZEPISY PORZĄDKOWE

1. Na sali podczas treningu mogą przebywać wyłącznie uczniowie SSiWW uczestniczący w zajęciach. Obecność osób postronnych, znajomych i rodziców jest niedozwolona, ze względu na bezpieczeństwo uczestników zajęć (rozproszenie uwagi ćwiczących może doprowadzić do wypadku).

2. Uczestnicy zajęć Modern Ju-Jitsu winni posiadać odpowiedni strój sportowy w postaci kimona z pasem lub przejściowo /nowoprzyjęci/ dowolnego stroju sportowego – dresu, koszulki, spodenek.
3. Noszenie przez uczestników zajęć wszelkich ozdób - pierścionków, obrączek, zegarków, kolczyków, łańcuszków itp. jest w czasie treningu surowo zabronione.
4. Zabrania się jedzenia posiłków i żucia gumy w trakcie zajęć oraz picia alkoholu, palenia papierosów oraz zażywania środków odurzających zarówno przed jak i po zajęciach.
5. W przypadku spóźnienia na zajęcia należy zająć przy wejściu na salę pozycję siadu klęcznego /seiza/ twarzą do ściany i czekać na zezwolenie instruktora na przystąpienie do treningu.
6. Każde wyjście z sali podczas zajęć wymaga zgody instruktora.
7. Uczeń ma obowiązek dbać o bezpieczeństwo własne i współwziewających. Podczas wykonywania dźwigni, duszeń, ucisków należy sygnalizować uczucie bólu odklepaniem dłonią ewentualnie stopą lub słowem „mate” - stop. Wszystkie techniki powinny być wykonywane w sposób kontrolowany.
8. Uczeń ma obowiązek ścisłego wykonywania poleceń instruktora podczas zajęć.
9. O wystąpieniu wszelkich urazów wynikłych podczas zajęć należy niezwłocznie poinformować instruktora prowadzącego zajęcia.
10. Uczeń ma obowiązek przestrzegania regulaminu sali gimnastycznej, w której odbywają się zajęcia.
11. Uczeń nie może prezentować nabytych umiejętności poza salą ćwiczeń za wyjątkiem przeznaczonych do tego celu pokazów i zawodów sportowych. Wyjątek stanowi sytuacja obrony koniecznej tj. odpierania ataku bezpośrednio zagrażającego życiu lub zdrowiu oraz w razie konieczności udzielenia pomocy osobie napadniętej będącej w niebezpieczeństwie.  
Każdy rodzaj stosowanej obrony musi być współmierny do stopnia zagrożenia. SSiWW nie odpowiada za nadużywanie zdobytej wiedzy i umiejętności przez uczniów.

- Ćwiczenia prowadzone są z zastosowaniem metod i urządzeń zapewniających pełne bezpieczeństwo ćwiczących.
- W zajęciach może uczestniczyć maksymalnie 20 osób na jednego prowadzącego zajęcia.

#### **OPŁATY**

- Opłata za trening wynosi:
  - dla osób powyżej 15-go roku życia – 20 zł x liczba treningów w miesiącu / średnio 7 treningów x 20 zł = 140 zł/,
  - dla dzieci i młodzieży poniżej 15-go roku życia - 15 zł x liczba treningów w miesiącu /średnio 7 treningów x 15 zł = 105 zł/

**Nowoprzyjęci są zwolnieni z opłaty za 4 pierwsze treningi.**

- Nie ma możliwości wnoszenia opłaty za wybrane zajęcia treningowe – obowiązuje opłata miesięczna.**
- Opłata za zajęcia treningowe może ulec zmianie w trakcie roku szkolnego.
- Osoby rezygnujące z uczestnictwa w zajęciach treningowych w danym miesiącu, zobowiązane są do poinformowania o tym fakcie instruktora prowadzącego zajęcia, osobiście, telefonicznie, SMS-em lub E-MAIL-em, nie później niż do 5-go dnia miesiąca. W przypadku braku w/w zgłoszenia zobowiązane są do uregulowania opłaty za treningi mimo nieobecności na zajęciach.
- Wszelkich wpłat należy dokonywać na konto bankowe:

#### **SZKOŁA SAMOOBRONY I WALKI WRĘCZ**

**mBANK S.A.**

**76 1140 2004 0000 3002 6280 3714**

- Szkoła Samoobrony i Walki Wręcz zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia do zajęć osoby zalegającej z wpłatą za treningi za poprzedni miesiąc zajęć.

#### **EGZAMINY NA STOPNIE UCZNIOWSKIE**

- W Modern Ju-Jitsu wzorem japońskich systemów walki nauczanie przebiega według klasyfikacji w stopniach zaawansowania technicznego. Każdy ćwiczący odbywając określoną liczbę zajęć treningowych i opanowując wymaganą gamę technik ma prawo do sprawdzenia swoich umiejętności w czasie egzaminu kwalifikacyjnego.

- Program uczniowski KYU złożony jest z 10 stopni szkoleniowych, dodatkowo podzielonych w systemie dziecięcym i młodzieżowym.

#### **3. Uczestnictwo w egzaminach nie jest obowiązkowe.**

- Koszt egzaminu:
  - Dla dzieci i młodzieży do 15-go roku życia - 50 zł,
  - Dla młodzieży powyżej 15-go roku życia i dorosłych - 10–1 KYU - 100 zł.
- Wpłaty za egzaminy należy dokonywać na konto bankowe:

#### **MODERN JU-JITSU POLSKA**

**mBANK S.A.**

**42 1140 2004 0000 3102 7966 2780**

#### **PRZEPISY KOŃCOWE**

- Nieprzestrzeganie zasad powyższego regulaminu skutkuje wykluczeniem z sekcji i skreśleniem z listy uczestników zajęć.
- Prowadzone zajęcia są formą rekreacji ruchowej - aktywności fizycznej podejmowanej dobrowolnie dla wypoczynku, samozadowolenia i odnowy sił psychofizycznych. Celem szkoły jest propagowanie zdrowego trybu życia poprzez rekreację ruchową wśród dzieci, młodzieży i dorosłych oraz promocja Modern Ju-Jitsu.