

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Discipline • Respect • Sécurité • Convivialité

Le présent règlement intérieur a pour objet de fixer les règles de fonctionnement, de sécurité, d'hygiène et de savoir-vivre au sein du club **MMA Legacy**. L'adhésion au club implique l'acceptation pleine, entière et sans réserve du présent règlement par le pratiquant (ou son représentant légal pour les mineurs).

SECTION 1 : INSCRIPTION, ADHÉSION & ASSURANCES

Article 1.1 — Démarches administratives obligatoires

L'accès aux entraînements est conditionné par la finalisation préalable des formalités suivantes :

- **Inscription Club** : Création d'un compte obligatoire sur le site officiel : <https://www.mma-legacy.fr/>.
- **Licence Fédérale** : Inscription obligatoire sur le site de la Fédération Française de MMA (FMMAF) via la procédure transmise par le club.
- **Dossier complet** : Fourniture des pièces justificatives (certificat médical de non-contre-indication à la pratique du MMA ou questionnaire de santé, photo) dans les plus brefs délais en début de saison.

Article 1.2 — Cours d'essai & Responsabilité

Tout pratiquant a droit à un **(1) unique cours d'essai gratuit**, sous réserve d'inscription préalable sur le site du club. Dès le 2^{ème} cours, l'inscription ferme et la souscription à l'assurance/licence sont **strictement obligatoires** pour des raisons légales de responsabilité et de sécurité.

Article 1.3 — Cotisations et Remboursements

Pour des raisons éthiques, de gestion associative et d'équité entre les membres, **aucun remboursement de cotisation ou de licence ne sera effectué**, quel que soit le motif (abandon, déménagement, convenance personnelle), sauf cas exceptionnel de force majeure médicale grave justifiée sur décision exclusive du Bureau.

Article 1.4 — Suivi Médical & Pathologies

Tout adhérent doit signaler aux coachs, en début de séance, toute blessure, pathologie ou traitement médical en cours pouvant impacter sa pratique ou sa sécurité.

SECTION 2 : MIXITÉ, LAÏCITÉ ET VALEURS DU CLUB

Article 2.1 — Club Mixte & Égalité Absolue

MMA Legacy est un **club mixte ouvert à tous et à toutes**. Hommes et femmes s'entraînent ensemble dans un esprit d'entraide, de parité et d'égal respect. La misogynie, les préjugés sexistes ou toute forme de dépréciation envers les pratiquantes sont **strictement proscrits et immédiatement sanctionnés**.

Article 2.2 — Respect Strict des Femmes lors des Sparrings

Lors des phases de combat libre ou de sparring mixte :

- Le respect du partenaire est **absolu**.
- L'intensité du sparring doit être contrôlée et rigoureusement adaptée au niveau, à la morphologie et au gabarit de la partenaire.
- Tout comportement brutal, intimidant, déplacé ou à connotation à caractère sexuel sous couvert de pratique martiale entraînera une **exclusion immédiate et définitive**.

Article 2.3 — Laïcité & Neutralité au Dojo

MMA Legacy est un **espace strictement laïque**. Praticants et pratiquantes de toutes origines et de toutes confessions sont les bienvenus pour vivre ensemble leur passion du sport.

- Le dojo est un lieu de neutralité : **aucun débat religieux ou politique n'est toléré** dans les vestiaires comme sur les tatamis.
- La foi et les convictions personnelles appartiennent à la sphère privée et ne doivent jamais être mises en avant, prosélytisées ou imposées aux autres membres.

SECTION 3 : ACCÈS AUX LOCAUX, PONCTUALITÉ ET ENCADREMENT

Article 3.1 — Ponctualité et Présence

Les praticants doivent être présents dans les vestiaires au minimum **5 minutes avant le début du cours**. La régularité et l'assiduité sont indispensables à tout progrès sérieux. En cas d'absence prolongée prévue (blessure, maladie, travail), l'adhérent doit en informer les coaches.

Article 3.2 — Gestion des Retards

En cas de retard exceptionnel, l'élève doit attendre l'autorisation formelle du Professeur avant de monter sur le tatami, s'excuser brièvement et s'intégrer en silence sans perturber la séance.

Article 3.3 — Huis Clos et Spectateurs

Afin de garantir la concentration des praticants et la sécurité des séances, **les cours se déroulent à huis clos**. Les accompagnateurs, parents ou spectateurs extérieurs ne sont pas autorisés au bord des tapis sans l'accord préalable des Coachs.

Article 3.4 — Responsabilité des Mineurs

Les parents ou représentants légaux doivent s'assurer de la présence effective du professeur avant de laisser leur enfant au dojo. Le club décline toute responsabilité en dehors des horaires officiels de cours.

SECTION 4 : HYGIÈNE, TENUE ET MATÉRIEL

Article 4.1 — Hygiène Corporelle et Personnelle

La pratique des sports de contact impose une hygiène stricte :

- Corps et vêtements de sport **propres et lavés à chaque séance**.
- Les ongles des mains et des pieds doivent être soigneusement **coupés courts et propres**.
- Les cheveux longs doivent être impérativement attachés avec un élastique sans partie métallique (garçons et filles).
- **Interdiction stricte des bijoux** : Bagues, montres, bracelets, chaînes et piercings doivent être intégralement retirés avant le cours afin d'éviter toute blessure ou arrachement.

Article 4.2 — Tenue de Pratique & Interdictions

- **Tenue autorisée** : T-shirt officiel du club, tenue officielle de No-Gi / MMA ou Kimono (selon la discipline).
- **Tenue STRICTEMENT INTERDITE** : Les maillots de football, les t-shirts fantaisie, ainsi que les shorts ou pantalons comportant des **poches, fermetures éclair, pressions ou boutons métalliques** (risques de coupure et d'accrochage).
- Il est strictement interdit de se dévêtir en dehors des vestiaires prévus à cet effet.

Article 4.3 — Hydratation et Règles sur le Tatami

Chaque adhérent doit se munir d'une gourde d'eau personnelle (1 Litre minimum) :

- Les gourdes et bouteilles doivent être obligatoirement rangées à l'intérieur de votre sac de sport en bord de tapis pour éviter les glissades.
- **Il est strictement interdit de boire directement sur le Tatami** (des pauses hydratation sont gérées par les coaches).
- La consommation de chewing-gums, bonbons ou nourriture est formellement interdite sur le tatami.

SECTION 5 : RESPECT DES LOCAUX, DU MATÉRIEL ET DU VOISINAGE

Article 5.1 — Propreté et Circulation dans le Dojo

Le respect des installations conditionne la pérennité de notre activité :

- **Déplacements** : Il est **strictement interdit de marcher pieds nus en dehors du tatami**. L'utilisation de claquettes/sandales/tongs est obligatoire pour effectuer les trajets entre les vestiaires, les sanitaires et le dojo.
- **Propreté** : Les vestiaires, douches et sanitaires doivent être laissés parfaitement propres et ordonnés après chaque passage. Les déchets (bouteilles, straps usagés, emballages) doivent être jetés dans les poubelles.
- Le matériel collectif du club remis à disposition doit être manipulé avec soin et rangé à sa place après usage.

Article 5.2 — Respect du Voisinage et Tranquillité Publique

Afin de préserver la tranquillité des riverains et les relations avec la municipalité / le bailleur :

- Les abords du dojo, le parking et les parties communes du bâtiment doivent être abordés dans le calme.
- **Nuisances sonores** : Il est interdit de crier, d'utiliser des enceintes portables à fort volume ou de former des attroupements bruyants à l'extérieur des locaux (notamment en fin de soirée).
- **Propreté extérieure** : Aucun déchet ne doit être abandonné sur le parking ou les voies d'accès au dojo.
- Il est interdit de fumer ou de vapoter à l'intérieur ou devant les ouvertures et accès directs du complexe sportif.

Article 5.3 — Vols et Dégradations

Le club décline toute responsabilité en cas de vol, perte ou dégradation d'objets personnels (téléphones, bijoux, vêtements, matériel) dans les vestiaires ou l'enceinte du dojo. Il est recommandé de ne pas y laisser d'objets de valeur.

SECTION 6 : ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE (EPI)

Pour la sécurité de tous, le port des équipements homologués est obligatoire selon les modules de cours :

Équipement	Type / Norme	Statut	Usage & Recommandations
Gourde d'eau	Min. 1 Litre	OBLIGATOIRE	Rangée dans le sac de sport. Hydratation régulière.
T-Shirt Club	Textile Officiel	VENDU PAR LE CLUB	Échauffement, Cardio, Boxing & Self-Défense.
Kimono (Gi)	Homologué JJB / Yoseikan	VENDU PAR LE CLUB	Requis pour les modules Arts Martiaux & Jiu-Jitsu Brésilien.
Gants de Boxe	Femmes : 12 oz Hommes : 14 oz à 18 oz (>90kg)	OBLIGATOIRE	Module Boxing & Cardio. Prévoir bandes/sous-gants pour la sécurité des poignets et l'hygiène.
Gants Sparring MMA	Gants "Boule" de protection	OBLIGATOIRE	Mitaines de MMA Combat STRICTEMENT INTERDITES à l'entraînement au club.
Protections	Protège-dents, protège-tibias, coquille	OBLIGATOIRE EN SPARRING	Validation systématique auprès des coaches.
Trousse de Secours	Bobologie individuelle	FORTEMENT RECOMMANDÉ	Contenu minimal : pansements, strap/tape, mouchoirs, désinfectant.

SECTION 7 : ÉTHIQUE, DROIT À L'IMAGE ET DISCIPLINE

Article 7.1 — Esprit Martial, Entraide & Maîtrise de Soi

Le dojo est un lieu de travail et de progression mutuelle. Les élèves les plus gradés ou expérimentés ont le devoir d'aider, de guider et de protéger les débutants. La puissance des coups lors des sparring doit être adaptée au niveau du partenaire : la maîtrise de soi est le fondement du combat.

Article 7.2 — Charte Éthique Fédérale & Gouvernementale

Le **MMA Legacy** s'engage aux côtés du Ministère des Sports et respecte scrupuleusement la charte d'éthique du sport. Sont formellement proscrits et sanctionnés :

- Les comportements racistes, antisémites, sexistes ou homophobes ;
- Toute forme de haine LGBTQ+ ou discrimination religieuse ;
- Les violences physiques, psychologiques ou verbales ;
- Le bizutage et les violences sexuelles/sexistes ;
- L'usage de substances dopantes, drogues ou alcool ;
- Tout comportement d'incivilité ou de radicalisation.

Article 7.3 — Droit à l'Image & Réseaux Sociaux

Sauf refus écrit spécifié lors de l'inscription, l'adhérent autorise le club à utiliser les photos et vidéos prises durant les cours ou événements pour sa communication officielle. Il est interdit d'enregistrer des vidéos des cours sans l'accord des coaches et des membres.

Article 7.4 — Sanctions Disciplinaires

Tout manquement au présent règlement, toute atteinte à la sécurité des partenaires, ou tout comportement contraire à la bienséance et au code moral du club pourra faire l'objet des sanctions suivantes :

1. Avertissement oral par l'équipe pédagogique ;
2. Exclusion temporaire d'un ou plusieurs cours ;
3. Exclusion définitive du club prononcée par le Président et le Bureau, sans remboursement des cotisations versées.

ENGAGEMENT DE L'ADHÉRENT / REPRÉSENTANT LÉGAL

Je soussigné(e) _____ reconnait avoir pris connaissance du présent Règlement Intérieur du club MMA Legacy, en acceptant l'intégralité des clauses (notamment concernant la mixité, le respect en sparring et la laïcité) et m'engager à les respecter rigoureusement tout au long de la saison sportive.

Date et Signature de l'adhérent(e) :

Pour les mineurs (Nom, Prénom & Signature du responsable) :