



Regler

För dig som tränar på Malmö Takemusu Aikido Dojo.

1. Följ alltid tränarens råd och anvisningar. Det är tränaren som har ansvar för trivseln, att träningen blir effektiv och för din och dina medtränandes säkerhet.
2. Kom alltid i tid till träningen.
3. Buga alltid när du går på eller av mattan
4. Om du kommer för sent till träningen eller om du måste lämna mattan under träning, meddela alltid tränaren innan du går på eller av mattan.
5. Onödigt prat får ej förekomma på mattan.
6. För din och dina medtränandes trevnad, var noga med din personliga hygien. Din träningsdräkt skall vara hel och ren. Tvätta alltid händer och fötter före träningen. Finger och tånaglar skall vara kortklippta.
7. Tag alltid av ringar, klockor, halskedjor och liknande föremål.
8. Var rädd om dina medtränande och anpassa utförandet av tekniker till din partners kunskaper.
9. Det är allas gemensamma ansvar att hålla rent vår matta och de lokaler vi använder.
10. Erlagd träningsavgift återbetalas ej.
11. Om någon eller några av dessa regler är oklara? Be din tränare förklara dem!