

# La Charte du Judo

## L'ETHIQUE du JUDOKA

Un judoka est toujours à l'heure sur le tatami.

Un judoka salue dignement en montant et descendant du tatami.

Un judoka salue son partenaire au début et à la fin de l'exercice.

Un judoka demande au professeur la permission de quitter le tatami.

Un judoka salue le professeur en signe d'excuse s'il est en retard.

Un judoka ne mange ni ne boit sur le tatami.

Un judoka a le corps propre et principalement les mains et les pieds.

## COMMENT SE COMPORTEZ DANS UN DOJO

Une concentration totale est demandée au judoka, avant, pendant et après l'exercice.

Il est recommandé de ne pas jouer et parler fortement. (sauf avis du professeur)

Un dojo n'est pas une cour de récréation.

Le professeur dirige la leçon.

L'application du Code moral est de vigueur.

Pour éviter des blessures et des contaminations, les ongles des pieds et des mains doivent être coupés courts.

Le judogi doit être propre et non déchiré.

Les personnes assistant aux entraînements sont priées de garder le «RESPECT » par rapport à la leçon enseignée.

## **CHARTRE DES PARENTS**

Je ne force pas mon enfant à faire du sport à tout prix et me rappelle qu'il en fait pour son plaisir et non pour le mien.

Je lui apprend que faire de son mieux est plus important que de gagner.

Je l'encourage à respecter les règles et à ne pas utiliser la violence pour résoudre les conflits.

Dans la défaite comme dans la victoire, j'encourage tous les participants du club.

Je dénonce toute forme de racisme ou de discrimination, je respecte la diversité et encourage l'égalité des chances.

Je soutiens le personnel du club et son travail en respectant les horaires et les consignes.

Je respecte les décisions de l'arbitre même si je ne suis pas d'accord avec lui.

A chacun son rôle, j'encourage mon enfant, l'entraîneur entraîne et l'arbitre arbitre.

Quelle que soit la situation, je ne dépasse jamais les zones de sécurité.

## **CHARTRE DES JUDOKAS**

J'aime être de bonne humeur ;

Je donne toujours le meilleur de moi-même ;

J'arrive à l'heure aux entraînements et aux compétitions ;

Je suis attentif à garder le matériel et mon équipement en bon état ;

J'écoute mon entraîneur et suis ses conseils ;

Je remercie les bénévoles et les supporters ;

Mes équipiers sont mes amis ;

Je ne triche pas ;

Je respecte mes adversaires qui sont mes amis ;

Je dis « Non » à la violence ;

Je dis « Non » au racisme ;

Je considère l'arbitre comme un ami ;

J'accepte la défaite et reste modeste quand je gagne ;

Après lecture et acceptation des règles, je signe la charte.

Nom et Prénom :

Signature