

DEELNAME REGLEMENT TEAM SELF DEFENCE

Zaken die we als Team Self Defence (TSD) belangrijk vinden om op een nette en verantwoorde wijze te kunnen trainen hebben we beschreven in de onderstaande reglement. Deelname aan (proef) trainingen betekent automatisch dat je met het reglement akkoord gaat.

1. Eigen risico & Vrijwaring

- 1.1. Het deelnemen aan (proef) trainingen Team Self Defence bij MAYKS/Maykel Claassen Dienstverlening (allen verder te noemen TSD) geschiedt geheel op eigen risico.
- 1.2. TSD of de instructeur(s) die namens TSD trainingen geven zijn niet verantwoordelijk voor enige schade of letsel welke tijdens de training wordt opgelopen. Deelnemers zullen kosten van enig ongeval of letsel, opgelopen als gevolg van deelname aan de training, geheel zelf dragen. Tevens zal deelnemer TSD en/of haar leiding en instructeurs vrijwaren voor aanspraken van derden ten deze.
- 1.3. TSD is niet verantwoordelijk voor diefstal van persoonlijk zaken uit het kleedlokaal, voor, tijdens of na de training, tijdens het bezoeken van evenementen of enige andere activiteit die door TSD wordt georganiseerd.

2. Persoonlijke hygiëne, sieraden & gezondheid

- 2.1. **Persoonlijke hygiëne:** Bij contact sport is het wenselijk dat men aandacht schenkt aan de persoonlijke hygiëne. Verwondingen door b.v. te lange nagels kunnen infecties en wonden veroorzaken en een sterke zweatlucht kan andermans plezier om met je te trainen bederven. Van deelnemers aan Self Defence bij TSD wordt dan ook verwacht dat zij ordentelijk op de trainingen verschijnen.
- 2.2. **Lange haren:** draag lange haren bij voorkeur in een staart.
- 2.3. **Sieraden:** het dragen van sieraden (piercings, oorbellen, kettingen, armbanden, horloges en ringen) tijdens de training is verboden in verband met je eigen veiligheid en voor die van je trainingspartner. Het dragen van bril en contactlenzen is voor eigen risico.
- 2.4. **Gezondheid + tussentijds verlaten van de trainingszaal:**
 - 2.4.1. Men dient voor en tijdens de training aan de instructeur veranderingen in de gezondheidstoestand kenbaar te maken. Bijvoorbeeld, oude en nieuwe blessures, hoofdpijn, misselijkheid enz.
 - 2.4.2. Men mag nooit de trainingslocatie tijdens de training verlaten zonder dit aan de instructeur mede te delen. Dit is voor eigen veiligheid (men kan bijvoorbeeld na een klap op het toilet ineen zakken).

3. Kleding & Beschermingsmaterialen

- 3.1. **Kleding:** tijdens de training wordt een lange sport/trainings/combat broek, t-shirt en zaal (sport)schoenen gedragen. Indien beschikbaar wordt een gesponsord TSD-shirt (zwart/steenrood/grijs/wit) ter beschikking gesteld gedurende het lidmaatschap. Na beëindiging van het lidmaatschap dient het TSD-shirt te worden ingeleverd.
- 3.2. **Beschermingsmaterialen:** op aangeven van de instructeur(s) dient men gebruik te maken van één of meerder beschermende attributen, zoals kruisbescherming (toque), gebitsbescherming (bitje), onderarmbeschermers, scheenwreefbeschermers, pantser en/of hoofdbeschermers.
- 3.3. **Oefenmaterialen:** trapkussens, target mits, melons en wapens worden door TSD verzorgd. Wanneer deze zijn gebruikt, help je ze ook op te ruimen.

4. Normen & Waarden

- 4.1. **Wederzijds respect:** van deelnemers wordt verwacht dat zij met respect omgaan met hun mede-deelnemers. Ongecontroleerd en/of onnodig agressief trainen, hetgeen resulteert in het ontstaan van letsel of het bederven van andermans trainingsplezier, wordt niet geaccepteerd en leidt tot beëindiging van de training voor betreffende deelnemer. Bij herhaling kan het lidmaatschap van de deelnemer door TSD eenzijdig worden beëindigd.
- 4.2. **Storend gedrag:** TSD heeft het recht deelnemers en/of bezoekers welke storend gedrag vertonen voor, tijdens of na de training te verwijderen van de trainingslocatie en/of uit de kleedlokalen. Bij herhaling kan het lidmaatschap van de deelnemer door TSD eenzijdig worden beëindigd.
- 4.3. **Filmen en fotograferen:** het filmen en/of fotograferen gedurende de trainingen is alleen toegestaan na toestemming van de instructeur én aanwezige deelnemers in verband met privacywetgeving.
- 4.4. **Zelfverdediging:** het gebruik van Self Defence buiten de trainingslocatie gebeurt op eigen verantwoordelijkheid en is alleen toegestaan ter verdediging van jezelf of ter verdediging van derden, wanneer er reëel gevaar is voor het welzijn van die perso(en)n(en). Het gebruik van Self Defence voor kwade doeleinden (zinloos geweld) resulteert in onmiddellijke beëindiging van het lidmaatschap.
- 4.5. **Kleedlokaal:** hang je kleding netjes weg en laat ze niet op de grond slingeren.
- 4.6. **Trainingszaal:** de deelnemers dienen er voor te zorgen dat de trainingslocatie na de training opgeruimd en netjes wordt achtergelaten.
- 4.7. **Aanvang en einde van de training:** bij aanvang en einde van de training wordt als groep gegroet op aangegeven van de instructeur.
- 4.8. **Instructies:** wanneer de instructeurs praten of uitleg geven, ben je stil. Aanwijzingen van de instructeurs volg je op. Vragen stellen mag, maar het laatste woord is altijd aan de instructeurs. Zij zullen handelen uit het oogpunt van veiligheid en verantwoordelijkheid.

5. Contributie

Als je na de proefflessen besluit verder te gaan met Self Defence wordt de contributie bepaald en geïnd door Maykel Claassen Dienstverlening via automatische incasso.

Voor akkoord:

Naam: _____

Geboorte datum: _____

Datum ondertekening: _____ Handtekening: _____

o6-nummer voor What'sApp groep (bij definitieve deelname aan de trainingen): o6-_____