

Charte de Respect du Nakmuay – Phenix Muaythai

Dans un esprit de discipline, de respect et d'engagement, chaque nakmuay (pratiquant de Muay Thai) s'engage à respecter les règles suivantes pour l'honneur du club et sa propre progression.

- **Engagement à l'entraînement**

Les compétiteurs s'engagent à s'entraîner **au minimum 3 fois par semaine** pour les adultes et **2 fois par semaine** pour les adolescents et enfants.

- **Équipement personnel**

Chaque nakmuay doit toujours avoir dans son sac une **serviette** et une **bouteille d'eau**.

- **Hygiène personnelle**

Il est impératif de se présenter à l'entraînement dans un état de propreté irréprochable : **ongles coupés, cheveux longs attachés, aucun bijou** porté pendant les cours.

- **Matériel individuel**

Chaque nakmuay est responsable de son **matériel personnel**, qui doit être **propre et en bon état**. Les compétiteurs doivent obligatoirement posséder **leur propre équipement de compétition**.

- **Matériel mis à disposition**

Le matériel mis à disposition gracieusement par le **Phenix Muay Thai** doit être **utilisé avec soin** et **correctement rangé après usage**.

- **Respect des locaux**

Les lieux d'entraînement, notamment **vestiaires, douches et toilettes**, doivent rester **propres**. Tout objet laissé sans autorisation et ne provenant pas du club **ne sera pas conservé**.

- **Aide collective**

Chaque nakmuay est invité à **participer à la mise en place et au rangement du matériel**, ainsi qu'à **l'entretien de la salle** après l'entraînement.

- **Salutations rituelles**

Il est obligatoire de **saluer à chaque entrée et sortie** de la salle et des zones d'entraînement (tatamis, ring...).

- **Respect envers les encadrants**

Les entraîneurs doivent être **salués systématiquement** à l'arrivée et au départ de chaque séance.

- **Engagement et parole donnée**

Tout engagement pris par un nakmuay (stage, formation, événement associatif, compétition) implique un **respect strict de cet engagement**, considéré comme **pris sur l'honneur**.

Sanctions

Tout manquement à ce règlement pourra entraîner des sanctions disciplinaires, allant de l'avertissement à l'exclusion temporaire ou définitive du club, ainsi qu'à la radiation de la licence fédérale.

Fait pour être lu, accepté et signé :

Nom, Prénom :

Date :

Signature :

