



Lettre du Kokki Dojo à l'attention de tou(te)s les pratiquant(e)s

*Vous souhaitez vous (ré)inscrire au cours d'Aïkido du Kokki Dojo pour l'année 2022-2023 ?
Nous vous en remercions et vous souhaitons la bienvenue dans notre école.*


1. Informations pratiques


- a. Les cours sont organisés le **samedi** : le cours **enfants, de 9h30 à 10h30**, le cours **adultes, de 10h30 à 12h30**. La rentrée aura lieu le **samedi 3 septembre 2022**.


⚠ Afin d'être prêt(e) à démarrer le cours à l'heure et dans de bonnes conditions, nous vous demandons d'arriver **au moins 10 minutes à l'avance**. Ce délai est bien nécessaire pour oublier l'agitation extérieure et se plonger dans l'ambiance du dojo 😊
- b. Les **deux premiers cours** d'essai sont **gratuits**. Les frais d'inscription pour la période de septembre à juin (10 mois de cours) s'élèvent à **235€ par adulte** et **180€ par enfant** (cotisations, licence et assurance comprises). Le paiement sera effectué après les deux premiers cours **sur le compte BE85 0688 9797 5406** (avec, en communication libre, le nom du pratiquant) pour valider l'inscription. Toutefois, de nouveaux pratiquants peuvent s'inscrire tout au long de l'année (voir les modalités et frais d'inscription avec le sensei).
- c. **Matériel** : La tenue vestimentaire (*keikogi*), obligatoire dès l'inscription définitive, sera commandée par l'intermédiaire du sensei ou directement par le pratiquant. Des armes peuvent être prêtées pour la pratique des techniques au *bokken* (sabre en bois), *jo* (bâton) et *tanto* (couteau) dans la limite des disponibilités. Chaque pratiquant est libre de se procurer ce set d'armes s'il le souhaite.
- d. **Participation aux stages** : les stages, généralement organisés pendant les heures de cours, sont dispensés par des maîtres extérieurs au Kokki Dojo, de renommée internationale. Bien qu'ils ne soient pas obligatoires, ils sont **fortement conseillés** car ils offrent une ouverture intéressante à d'autres


pratiques et techniques. La participation à ces stages est **payante** (couverture des frais de location de salle et rémunération des enseignants), même si nous nous efforçons de maintenir un tarif accessible et avantageux pour les membres du Kokki Dojo.


2. Règlement d'ordre intérieur du Kokki Dojo


 **Hygiène** : l'hygiène de la tenue et du corps participent de l'éthique des arts martiaux. La discipline corporelle est le reflet de la discipline mentale, et inversement. En outre, par respect pour les autres pratiquants et pour éviter toute blessure, les ongles doivent être coupés courts, les cheveux longs, attachés, les bijoux et autres accessoires coupants, enlevés.


 **Respect** : après l'accueil, les pratiquants attendront dans le calme le début du cours, en position *seiza* (sur les genoux) sur les tatamis.


 **Ponctualité** : chacun veillera à être ponctuel, en arrivant quelques minutes avant le cours pour se changer et se tenir prêt, en position *seiza*, à l'arrivée du *sensei* (maître-enseignant). En cas de retard, le pratiquant attendra l'autorisation du *sensei* ou de son assistant pour monter sur les tatamis, par respect et mesure de sécurité.

 **Attitude positive** : le pratiquant s'engage à laisser ses soucis au vestiaire et à entamer le cours dans un esprit positif.

 **Humilité et non violence** : *uke* (celui qui simule l'attaque) et *tori* (celui qui effectue la technique) progressent ensemble, sans bloquer le partenaire dans son apprentissage. Les démonstrations d'orgueil et de force n'ont pas leur place sur les tatamis.

 **Rangement** : les pratiquants s'assurent que les tatamis soient correctement rangés à la fin de chaque cours.

 **Assiduité** : le passage de grade reflète l'évolution du pratiquant. La régularité et l'assiduité sont indispensables pour progresser dans la maîtrise des techniques et principes de l'Aïkido. Tout art martial nécessite de la persévérance et, même si l'examen valide le passage de grade, le *sensei* évalue la progression tout au long de l'année.




 **En cas d'absence**, merci de prévenir votre *sensei* par courtoisie et pour faciliter l'organisation des cours 😊

Merci de contribuer au bel esprit de notre école en respectant ces quelques principes hérités de la discipline des arts martiaux, afin que le Kokki Dojo conserve l'ambiance conviviale et chaleureuse qui le caractérise. Bonne aïki-entrée à tou(te)s !

Toutes nos infos et actualités à suivre :

- sur notre site web :  www.kokki-dojo.be

- sur notre page Facebook :  <https://www.facebook.com/kokkidojo/>

Personnes de contact : Sensei Emmanuel Van Rintel ( 0498 97 76 88) / Assistants : Thierry Ralet ( 0496 07 11 76) et Tony Jacob ( 0470 71 31 49).