



АИКИДО КЛУБ „ХЕНБО“ – СКОПЈЕ

ПРИСТАПНИЦА

Име:

Презиме:

Адреса:

Место (град):

Домашен телефон:

Мобилен телефон:

Дата на раѓање:

е-пошта:

Дали редовно го проверувате вашето е-поштенско сандаче? Да Не

Месечна членарина* >>>

900 денари за 2 пати неделно

1200 денари за 3 пати неделно

1500 денари за 4 пати неделно

*) Членарината треба да се плати пред или на почетокот на периодот за кој се однесува, а за месеците јули и август се плаќа одделно. Месеците се рачунаат календарски.

Во Хенбо се изучува аикидо кое е соодветно на стандардите поставени од Аикикаи фондацијата во Јапонија, а според методологијата утврдена од шиханот Масатоми Икеда. Аикидо клубот „Хенбо“ е членка на Македонската Аикидо Федерација – Аикикаи Македонија. Секој член мора да има важечка членска книшка од федерацијата и да ја подмирува годишната членарина кон неа.

Правилник на клубот: Со запишувањето, секој член се обврзува да ги почитува правилата за однесување во клубот (анекс на оваа пристапница). Овие правила ја сочинуваат основата која е неопходна за квалитетно учење на аикидо.

Пропуштени часови: Членот кој ќе пропушти час не е ослободен од плаќање на членарината на било каков начин.

Осигурување: Членот, доколку сака, треба самиот да си обезбеди осигурување. Аикидо клубот Хенбо не може да преземе одговорност за несреќите кои можат да изненадат на часовите по аикидо. Исто така, потполно се оградува од одговорноста за исчезнување на вредни предмети од соблекувалните.

Неработен период и одмори: Часовите кои ќе се паднат во денови кои се официјални празници, нема да се одржуваат. Од ова правило може да има исклучоци доколку непосредно пред празниците поинаку се одлучи и договори. Месеците јули и август се начелно определени за учење аикикен, аикиџо и хоџо под отворено небо.

Исклучување: Учителот во клубот има дискрециско право да исклучи секого поради непочитување на правилата за однесување или поради други причини.

Долупотпишаниот изјавува дека добро ги проучил горенаведените услови и ги прифаќа без исклучок.

Датум:

Потпис:

За малолетни:

Полно име и презиме на родител:

Потпис:



ПРАВИЛА НА ОДНЕСУВАЊЕ ВО КЛУБОТ:

- Салата за вежбање е место на мир, концентрација и дисциплина. Ваквата атмосфера **мора секогаш** да се одржува.
- Зборот на учителот е важечки и обврзувачки за сите. Тој има право да го санкционира секогаш што не се однесува во склад со овие правила на однесување или не ги почитува неговите упатства.
- Забрането е да се јаде, пие и цвака мастика во просторијата за вежбање.
- Во просторијата за вежбање не смее да се пуши.
- Не се влегува обуен на душекот за вежбање.
- За патот од соблекувалната до душекот задолжително е да се користат влечки.
- Хигената треба да биде на високо ниво. Бидејќи се вежба со боси нозе, мора да бидат чисти.
- Поради избегнување на повреди треба да се симне секаков накит или украс (прстења, ланчиња, рачни часовници, обетки и сл.). Исто така, ноктите на нозете и рацете мораат да бидат скратени за да се избегнат повреди.
- Опремата за тренинг е бело кимоно со бел појас. На почетокот може да се вежба и во тренерки. Кратки пантолони не се дозволени. Опремата мора секогаш да биде чиста.
- **Хакама** (црни широки пантолони) носат оние со достигнат мајсторски појас во рамките на Аикикаи фондацијата и членовите на клубот со достигнат 1-ви **кју** степен. Останатите мора да побараат посебна дозвола од учителот во клубот.
- Од големо значење е да не се доцни на тренингот. Ако е веќе започнат, веројатно нема да биде можно приклучување, но ако доцнењето е од оправдани причини треба се почека на работ од душекот за вежбање и од учителот да се добие дозвола за влез.
- По стапнувањето на душекот за вежбање се поздравува во **сеиџа** со наклон во правец на **камиџа-та**.
- За време на тренингот, душекот се напушта само со дозвола од учителот. Учениците кои мораат да го напуштат часот пред крајот, мора да го известат учителот, да го поздрават и дискретно да се повлечат.
- Додека се вежба се зборува само во исклучителни ситуации и тоа само за нешта кои се однесуваат на тренингот. Секоја друга прилика подразбира барање дозвола од учителот.
- При секоја промена на партнерот (на почетокот и на крајот од секоја вежба) поздравете се со наклон.
- Ако некој поради нешта за кратко време не вежба, треба да седне на работ од душекот во **сеиџа** или **анџа**, несвртувајќи го грбот кон **камиџа-та**.
- При секое објаснување на вежба, техника и сл. сите треба да седат во **сеиџа** или **анџа** и да чекаат да добијат дозвола да вежбаат. Кога учителот ќе заврши со објаснувањето сите се поклонуваат за покажаното и стануваат да вежбаат. Ова треба да се одвива задоволително брзо, за да не се губи време од тренингот.
- Доколку одредена вежба не ви е јасна, најпрво обидете се со набљудување на другите да ја разберете. Ако и понатаму е нејасна, повикајте го инструкторот за објаснување. Повикувањето се прави тивко и со наклон.
- Не создавајте врева. Во тишина, неопходната концентрација е послана.
- Општи прашања се поставуваат на крајот од тренингот.
- При вежбањето не смее да не надвлееат личните пријателства или антипатии. Почитта кон партнерот мора да се задржи на задоволувачко ниво.
- Предност секогаш имаат постарите членови, т.е. оние со повисок степен.
- Секогаш трудете се да помогнете некому ако за тоа има потреба, но воздржете се од советување во присуство на учителот или друг постар член.
- Посетители можат да присуствуваат како гледачи, но не смеат да го попречуваат тренингот на било каков начин.
- Ученикот кој не ќе може да ги прифати и спроведе овие правила, за жал, ќе биде замолен да го напушти часот.