

# Huisregels:



- Sporten is geheel op eigen risico!  
Het vooraf raadplegen van een arts wordt geadviseerd.
  - Gebruik je medicijnen, lijdt je aan een bepaalde ziekte of aandoening die gevaar zouden kunnen opleveren tijdens de beoefening van deze sport dan is het verplicht om dit vooraf te melden bij de leraar.
  - In verband met hygiëne wordt je vriendelijk verzocht om niet met buitenschoenen de mat te betreden.
  - Maak gebruik van slippers of schoenen als je tijdens de les de mat verlaat om bijv. naar het toilet te gaan.
  - Zorg ervoor dat je nagels kort geknipt zijn zodat je je trainingspartner niet onnodig kan verwonden.
  - Sieraden, piercings e.d. die letselrisico opleveren voor de drager of anderen worden verwijderd, dan wel afgeplakt.
  - Iedereen draagt tijdens de training schone kleding en voldoende beschermingsmaterialen om letsel en een kwetsuur te voorkomen.
  - Er is respect voor onze trainingspartner (en zijn / haar niveau).
  - Discriminatie, seksuele intimidatie, schelden, grof taalgebruik, treiteren, pesten, irriteren of kwetsen van wie dan ook wordt niet geaccepteerd en kunnen aanleiding zijn voor sancties.
- Ons vertrouwenscontactpersoon is Sebastiaan Mook (Tel.06-26 790 302).
- Drugsbezit en drugsgebruik in en om het sportcomplex is niet toegestaan en zal direct leiden tot een verbod.
  - Brazilian Jiu Jitsu Rotterdam is niet verantwoordelijk en kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele ongevallen, diefstal en vernieling van eigendommen van leden.

De **erecode** van de vechtsport luidt als volgt...

Vechten gebeurt alleen op de mat of in de ring, en nooit op straat.

De technieken die je worden aangeleerd mogen alleen worden gebruikt ter verdediging van jezelf of anderen. Je mag nooit je vechttechnieken gebruiken tegen iemand die zich niet kan verdedigen.

Eer, loyaliteit en trouw zijn aan de code zijn belangrijker dan welke vechttechniek, graduatie of titel dan ook.

Het Gracie jiu jitsu valt onder de categorie "Martial Arts". Een fundamenteel aspect hiervan is het respect hebben voor elkaar. Agressief gedrag in welke vorm dan ook wordt niet getolereerd!