



**Krav Maga Côte d'Or**  
n° w212006091  
32 rue des champs Richards  
21120 SPOY  
Tel : 06 07 64 75 76

**Partie réservée à l'association**

Règlement effectué par :  chèque  espèces

Nouvelle adhésion : 270 euros couple : 250 euros

Renouvellement adhésion : 225 euros couple : 200 euros

**INSCRIPTION**

**KRAV-MAGA COTE D'OR**

**SAISON 2024/2025**

**Je soussigné** \_\_\_\_\_

Demande mon inscription personnelle aux cours de Krav-Maga

Demande l'inscription de mon fils, ma fille (15 ans minimum) aux cours de Krav-Maga

**Renseignement sur l'adhérent**

NOM \_\_\_\_\_ PRENOM \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ /19\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Personne à contacter en cas d'urgence : \_\_\_\_\_

Mobile \_\_\_\_\_

Email (lisiblement en majuscule) : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

**Pour m'inscrire je dois avoir plus de 15 ans et impérativement:**

- \_ fournir un **certificat médical** d'aptitude à la pratique du Krav-Maga ;
- \_ régler la **cotisation** de ..... en espèce ou (3) chèque(s) à l'ordre de KMCO ;
- \_ remplir la présente **fiche d'inscription et la demande de licence FEKM** ;
- \_ fournir **2 photos récentes** (pas de photo pour les renouvellements);
- \_ m'engager à respecter le **règlement intérieur** dont j'ai pris connaissance au verso de ce document ;
- \_ disposer **obligatoirement** d'un **équipement complet** :
  - basket servant uniquement en salle
  - pantalon de kimono noir et tee-shirt blanc de Krav-Maga (fourni à votre 1ere inscription)
  - coquille + protège-tibias + gants de boxe minimum 12 oz

A DIJON le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ /20\_\_\_\_

**Signature + mention « lu et approuvé »**

## REGLEMENT INTERIEUR DE KRAV-MAGA COTE D'OR

### Article 1

Pour être autorisé à s'entraîner l'adhérent doit être à jour de toutes les formalités administratives, paiement de la cotisation inclus.

### Article 2

Les cotisations ne sont ni remboursables ni transmissibles quel qu'en soit le motif, même en cas d'exclusion de l'adhérent par le Comité Directeur.

### Article 3

Les locaux, ses abords, le mobilier et le matériel mis à disposition de l'association ou lui appartenant sont à respecter. Toute dégradation peut justifier l'exclusion immédiate du fautif.

### Article 4

L'association ne sera en aucun cas responsable de la disparition d'objets personnels. L'adhérent reste entièrement responsable de ses biens.

### Article 5

L'adhérent s'engage à respecter le code moral de la F.E.K.M.-R.D. annexé au présent règlement.

### Article 6

L'adhérent s'engage à respecter les consignes d'hygiène et de sécurité annexées au présent règlement.

### Article 7

L'instructeur peut exclure du cours toute personne manquant au règlement intérieur ou causant des troubles au bon déroulement du cours (exemples : bruit, retard, dangerosité pour elle-même ou autrui...).

### Article 8

L'adhérent peut être exclu à tout moment de l'association par le Comité Directeur s'il ne respecte pas le présent règlement ou si son comportement occasionne une gêne pour les autres adhérents.

## CODE MORAL DE LA FEKM-RD

Adhérent de la F.E.K.M.-R.D., je m'engage à respecter la charte de conduite suivante et ferai preuve :

- d'honnêteté
- de non agressivité
- d'humilité
- de respect de nos statuts, de notre règlement intérieur, des instructeurs et de nos partenaires.

En outre, je m'engage à n'utiliser les techniques de krav-maga que pendant les cours ou dans le seul but de défendre mon intégrité physique voire celle de mes proches.

Je devrai également contribuer à instaurer un climat d'amitié, de simplicité et de convivialité.

## CONSIGNES D'HYGIENE ET SECURITE

*à respecter lors des séances d'entraînement*

<p><b>Hygiène :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les pratiquants doivent se présenter en cours en ayant une hygiène corporelle convenable : corps propre, ongles (pieds et mains) coupés courts, cheveux longs attachés, vêtements propres.</li> <li>2. Les chaussures utilisées durant la séance sont exclusivement utilisées en intérieur. Sur le tatami : pieds nus ou chaussures adaptées (pas de chaussettes).</li> <li>3. La tenue obligatoire est un bas de kimono noir et un tee-shirt blanc de Krav-Maga.</li> </ol>	<p><b>Sécurité :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ecouter attentivement les consignes de l'instructeur.</li> <li>2. En cas de blessure ou besoin de quitter la salle j'avertis l'instructeur.</li> <li>3. Le port de bijou n'est pas autorisé pendant les séances (montre, bagues, boucles d'oreille, chaînes, bracelet, piercing...).</li> <li>4. Les pratiquants sont munis de toutes les protections obligatoires : coquille/plastron, protèges tibias, protège dents, gants de boxe minimum 12 oz. En cas d'oubli, j'avertis l'instructeur avant le début de la séance.</li> <li>5. Les pratiquants ne cherchent pas à blesser leurs partenaires lors des exercices (combats ou techniques).</li> </ol>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## La notion de légitime défense

La légitime défense de la personne s'applique aussi bien aux crimes (meurtre, viol.), aux délits (coups et blessures, séquestration) et aux contraventions (violences légères, injures, menaces.). Le code pénal français clarifie les conditions d'applications de la légitime défense :

**Art. 122-5.** N'est pas pénalement responsable la personne qui, devant une atteinte injustifiée envers elle-même ou autrui, accomplit, **dans le même temps**, un acte commandé par la nécessité de la légitime défense d'elle-même **ou d'autrui**, sauf s'il y a **disproportion** entre les **moyens** de défense employés et la **gravité** de l'atteinte.

N'est pas pénalement responsable la personne qui, pour interrompre l'exécution d'un crime ou d'un délit **contre un bien**, accomplit un acte de défense, autre qu'un homicide volontaire, lorsque cet acte est strictement nécessaire au but poursuivi dès lors que les moyens employés sont **proportionnés** à la gravité de l'infraction.

**Art. 122-6.** Est présumé avoir agi en état de légitime défense celui qui accomplit l'acte :

1. Pour repousser, **de nuit**, l'entrée par effraction, violence ou ruse dans un **lieu habité**
2. Pour se défendre contre les auteurs **de vols ou de pillages exécutés avec violence**.