

**Club Sportif Vovinam Varois**  
**W832009628**

Siret : 81229339700012

Siège: 12 avenue Henri Mathis

Le Plein Midi

83000 Toulon

Tél. : 06 47 60 52 80

[vovinam.varois@hotmail.com](mailto:vovinam.varois@hotmail.com)

[www.vovinam-varois.fr](http://www.vovinam-varois.fr)

## **RÈGLEMENT INTÉRIEUR**

*Le présent règlement intérieur a pour objet de préciser le fonctionnement interne de l'Association Vovinam Varois. Il est établi en application des statuts. En cas de divergence entre ceux-ci et le règlement intérieur ou en cas de difficultés d'interprétation, les statuts ont prééminence.*

### **ARTICLE 1-A LES LICENCIÉS**

Les membres de l'Association Vovinam Varois possesseurs d'une licence sont licenciés à la Fédération Française du Sport Travailleuse. La FFST dispose d'un agrément ministériel et d'une reconnaissance du Comité Olympique Français. Nous dépendons du Comité du Var de la FFST.

### **ARTICLE 1-B LE STYLE ENSEIGNÉ dans notre club**

Les entraînements adultes et adolescents sont axés sur le Vovinam Integral, aussi appelé en anglais *Integral Fighting System*, ou Integral. L'Intégral est une synthèse moderne qui travaille le côté efficace et réaliste du Vovinam, en retirant les facettes acrobatiques et inutiles du Vovinam Viet Vo Dao. L'Intégral est un art du combat et de la self-défense qui étudie les phases du combat sous toutes ses formes et distances. La préparation physique est un point fondamental de l'Intégral. Ainsi, nos membres sont appelés à avoir une alimentation saine et équilibrée afin de profiter au maximum des effets des entraînements, lesquels sont généralement intensifs.

## **ARTICLE 2 L'HYGIÈNE**

2.1 Personne n'est autorisé à se changer dans la salle d'entraînement : le gymnase des Lices possède 4 vestiaires. Deux attribués généralement aux femmes et deux attribués généralement aux hommes. Il est donc obligatoire d'y passer **avant d'entrer dans la salle d'entraînement**.

2.2 Toute personne doit porter des tongs ou des chaussures similaires pour passer des vestiaires à la salle d'entraînement.

2.3 Même si certaines personnes viennent « déjà préparées », il faut au moins qu'ils ou elles se changent de chaussures et, le cas échéant, se lavent ou se rincent les pieds.

2.4 **Les pieds DOIVENT avoir été lavés et séchés** avant de rentrer dans la zone d'entraînement. Ceci est extrêmement important afin d'éviter la propagation de maladies infectieuses et autres champignons, mycoses etc. Le problème de l'odeur est également inadmissible. Si besoin, des douches sont à disposition AVANT l'entraînement.

2.5 Les ongles des pieds et des mains doivent être soigneusement coupés et limés pour ne pas causer de griffures ou blesser. Nous rappelons que, même extrêmement bien lavés, les ongles des mains et des pieds comportent des bactéries naturelles qui peuvent se transmettre lors d'une griffure avec les ongles.

2.6 Pour des raisons de sécurité, les bijoux, boucles d'oreille, montre, bracelet, collier, bague, etc, doivent être retirés avant de s'entraîner. Il ne faut cependant rien laisser dans les vestiaires. Les installations que nous utilisons étant municipales et utilisées par de nombreuses activités sportives, nous ne sommes pas responsables de vols ou de pertes qui pourraient

survenir.

2.7 Il est également possible de prendre une douche AVANT l'entraînement... Il est désagréable de s'entraîner en corps à corps avec quelqu'un qui émane une forte odeur de transpiration de toute sa journée de travail ou d'école. Les douches sont donc disponibles avant et après l'entraînement.

2.8 Le Võ Phục (uniforme d'entraînement, ou kimono) doit être PROPRE et ne doit pas sentir la transpiration ancienne. Il est important de NE PAS LE LAISSER DANS LE SAC APRÈS L'ENTRAÎNEMENT : il faut le sortir IMMÉDIATEMENT APRÈS être rentré chez soi, le rincer abondamment et le faire sécher.

2.9 Le seul rinçage n'est pas suffisant : un lavage du Võ Phục chaque deux entraînements est vivement conseillé. Pour les personnes qui s'entraînent souvent, il est indispensable d'avoir plusieurs uniformes d'entraînement (Võ Phục), afin d'en utiliser un et de laver ou laisser sécher l'autre.

### ARTICLE 3 LA SÉCURITÉ

3.1 En plus de la pratique des techniques, plusieurs formes de combats sont pratiquées dans les cours :

- a. Combats poings pieds ;
- b. Combat poings seuls
- c. Combat coups de pieds seuls
- d. Combat type MMA amateur ;
- e. Combats de lutte corps à corps,
- f. Combat au sol ;
- g. Combats de sabres en mousse.
- h. Combat avec couteau en plastique/bois

3.2 Dans le cas de différences de poids et de taille, la personne physiquement plus forte devra s'adapter et réduire sa force, sa vitesse et son énergie pour ne pas blesser l'autre.

3.3 Les protections en **combat adultes et adolescents** dans le club sont **OBLIGATOIRES** :

- Coquille (pour hommes et pour femmes)
- Protège-dents
- Gants de boxe 12 oz (14 oz pour les personnes de + de 80 kg) pas de gants type MMA
- Protections de tibia avec le pied COMPLÈTEMENT couvert  
*(Le casque n'est pas obligatoire, le plastron non plus)*

3.4 Les **combats des cours enfants** sont plus axés sur la pédagogie et le jeu. Par conséquent, toute violence est évitée en cours. Les coups de poing au visage sont interdits, même avec le casque. Les protections demandées aux enfants pour les combats sont :

- Coquille (pour les garçons)
- Gants de boxe de 4 oz ou 6 oz (pas de gants MMA)
- Protections de tibia avec le pied COMPLÈTEMENT couvert

Les casques ne sont pas obligatoires pour les combats de pratique, mais nous en prêtons aux enfants pour les combats de préparation à la compétition, idem pour les plastrons.

3.5 Pour les combats de sabre en mousse, les plastrons et les casques sont obligatoires, mais le club en a pour prêter.

3.6 En cas de blessure récente pouvant gêner la pratique du combat, il est indispensable d'aviser avant les combats.

3.7 Le club peut parfois fournir des protections aux personnes ne pouvant pas s'en procurer,

dans la limite du matériel disponible. Il est à noter qu'il est vivement conseillé de posséder son propre matériel pour des raisons d'hygiène (maladies de la peau, allergies. etc.). Certains matériels que nous mettons à disposition sont vieux ou ont beaucoup servi déjà.

#### **ARTICLE 4 Chewing-gum**

Mâcher un chewing-gum est FORMELLEMENT interdit en cours. En effet, si le pratiquant ou la pratiquante, durant le cours, reçoit un choc, un coup, ou un fait une chute alors qu'il mâche un chewing-gum, il y a un véritable risque **de mort par suffocation** si le chewing-gum passe dans le conduit respiratoire. Toute tentative de sauvetage sera vaine car le chewing-gum se collera aux parois internes et sera impossible à retirer par les sauveteurs.

Toute personne entrant avec un chewing-gum dans la bouche se verra réprimandée, puis exclue du club en cas de récidive. Les cotisations ne seront pas remboursées dans ce cas.

#### **ARTICLE 5 LES COTISATIONS**

5.1 Que ce soit pour les adultes ou pour les enfants, *la cotisation est annuelle*. Il n'y a pas d'inscription au mois. Toute inscription se fait par année sportive entière, commençant à la même date que la rentrée scolaire.

5.2 Pour les enfants, la saison commence une semaine après la rentrée scolaire.

5.3 Le versement de la cotisation annuelle (et de la licence/inscription) peut s'effectuer au moyen de plusieurs chèques qui seront encaissés aux dates indiquées par le membre.

5.4 Étant donné le nombre de chèques rejetés l'an dernier, dans le cas de chèques impayés, rejetés, ou retournés, les frais pour retour de chèque et autres frais que nous payons à la banque seront facturés au titulaire du compte chèque en question.

5.5 Cette année, les cotisations n'ont pas changé et sont les suivantes :

Enfants: inscription + licence = 33 euros + année 90 euros = **123 euros/an**

Adultes: inscription + licence = 37 euros + année 290 euros = **327 euros/an**

5.6 *Nous appliquons des formules réduites selon la fréquence des entraînements, et des réductions pour les membres d'une même famille.*

#### **ARTICLE 6 FONCTIONNEMENT DU CLUB**

6.1 Les séances sont dirigées par les éducateurs sportifs ou des moniteurs/instructeurs dûment qualifiés et diplômés pour exercer, que ce soit à titre bénévole ou professionnel. Ces éducateurs devront suivre le programme technique approuvé par la fédération Mondiale de Vovinam Intégral (IVWF).

6.2 Les jours et horaires d'entraînement sont affichés à l'entrée de la salle d'entraînement. Cette année encore, les horaires sont les suivants :

Enfants - mercredi de 17:00 à 18:20

Adultes - lundi, mercredi, vendredi de 18:30 à 20:00 (*la salle doit être complètement libre et disponible avant 20 :00*)

6.3 Des stages sont parfois proposés (stage d'hiver, stage d'été, stages à l'étranger). Ils ont pour but de continuer la formation des membres, de pousser plus loin leurs connaissances, d'introduire de nouvelles notions ou méthodes, ou de les préparer à des événements spécifiques.

6.4 La participation aux compétitions implique une grande responsabilité du club, surtout dans le cas de mineurs. Cette responsabilité est encore plus grande lorsque nous nous déplaçons loin. Nous demandons donc aux parents et aux responsables légaux de s'impliquer dans les compétitions afin de nous aider et de rendre ces expériences, qui sont difficiles pour les enfants, plus agréables et plus sûres.

6.5 Pour des raisons évidentes par les temps qui courent, il est obligatoire que quelques parents fassent partie du voyage lors de compétitions à l'étranger. Tous les parents ne sont pas obligés de venir, bien sûr, mais il serait idéal d'avoir quelques parents accompagnateurs.

8.6 Les parents qui le désirent peuvent recevoir une formation gratuite pour être assistant juge ou aide arbitre. Il leur faudra pour cela être licencié FFST et suivre des cours de formation, mais également participer à des entraînements et des cours pratiques.

## **ARTICLE 7 ENFANTS DANS LES COURS POUR ADULTES**

7.1 Les enfants de moins de 14 ans qui désirent se préparer aux compétitions, ou bien qui veulent un entraînement comme les grands, peuvent s'inscrire et participer aux cours pour adultes et adolescents.

7.2 L'intensité et les efforts qui leur seront demandés seront moindres que ceux des adultes et des adolescents.

7.3 Cependant, ces enfants devront ***se comporter comme des adultes*** en ce qui concerne la concentration, l'écoute des consignes, le respect envers les instructeurs et envers les autres pratiquants, et le sérieux pendant TOUT le cours.

7.4 Les enfants qui désirent s'inscrire aux cours d'adultes sont OBLIGÉS d'assister à trois (3) cours par semaine. En effet, l'intensité de ces cours fait que si l'enfant ne participe pas RÉGULIÈREMENT et de manière très assidue à 3 cours par semaine, il se verra très vite dépassé par les autres et ne pourra plus suivre les cours correctement, que ce soit au niveau physique ou au niveau technique.

7.5 Tout enfant qui se sera inscrit au cours d'adultes et qui ne se comportera pas correctement, qui montrera un manque de respect, qui n'écouterá pas les consignes, ou qui gênerá le déroulement du cours des adultes par son comportement, se verra renvoyé au cours des enfants. Les cotisations payées pour le cours des adultes ne seront alors pas remboursées.

7.6 Tout enfant qui se sera inscrit au cours d'adultes et qui ne pourra pas ou ne pourra plus assister aux trois cours par semaine, sauf cas exceptionnels, se verra envoyé au cours des enfants. Les cotisations payées pour le cours des adultes ne seront alors pas remboursées.

## **ARTICLE 8 LE RESPECT**

8.1 Notre club n'est pas très à cheval sur *l'étiquette des arts martiaux traditionnels*, car elles sont souvent à la limite du sectaire ou du religieux dans certains styles d'arts martiaux ou dans certains clubs. Nous préférons dans notre association une ambiance plus amicale. Cependant, cette ambiance amicale ne doit pas faire oublier les codes de respect les plus élémentaires :

8.2 Les nouveaux arrivants respectent les anciens, car ils sont dans le club depuis plus longtemps, mais il ne s'agit pas d'un caractère d'infériorité.

8.3 Les moins gradés respectent les plus gradés car ils ont acquis plus de connaissances, mais ils ne sont pas des êtres supérieurs à eux.

8.4 Tous les élèves respectent les instructeurs, non pas parce qu'ils sont plus forts mais

parce qu'ils sont détenteurs d'un savoir qu'ils enseignent.

8.5 Le salut n'est pas une forme d'humiliation ni d'obéissance. C'est un remerciement pour demander un conseil, un remerciement pour avoir reçu un conseil, un remerciement pour un savoir transmis.

8.6 L'éducation sociale n'est pas le but de notre club, mais il sera toujours demandé aux pratiquants, même les plus jeunes, de se comporter poliment et de suivre les règles de politesse et de courtoisie.

## **ARTICLE 9 L'HONNÊTETÉ**

Notre structure se veut avant tout un lieu où règne la confiance. Notre but n'étant pas de faire de l'argent, nous ne recherchons pas à augmenter à outrance le nombre de nos adhérents, car avec le nombre excessif de sportifs surviennent les problèmes de malhonnêteté. Dans les grands clubs, les problèmes de vols dans les vestiaires sont monnaie courante. Nous désirons garder l'esprit des premières années de notre association : pour nous, l'amitié et la confiance entre les membres sont deux notions fondamentales. Par conséquent, aucun vol ne sera admis. Toute personne ayant procédé à un ou des vols à l'intérieur des locaux où exerce l'association se verra exclue, tout en nous réservant le droit d'engager des poursuites judiciaires et de déclarer le vol à la police.

## **ARTICLE 10 VIOLENCE ET BAGARRE**

Les arts martiaux et la self-défense ne sont pas synonymes de violence ou de bagarre. Nous préparons les personnes à se défendre dans la rue et à combattre en compétition. Cela ne veut, en aucun cas, dire que nous cautionnons la violence.

Les actes de violence dans le club sont strictement interdits. C'est également le cas des bagarres entre nos membres.

Toute bagarre ou acte de violence fera l'objet d'une action disciplinaire au niveau associatif. Cette action disciplinaire est régit par les statuts de notre association.

Les actes de harcèlement sont également réprimés par les mêmes sanctions.

## **ARTICLE 11 LES MEMBRES AFFILIÉS**

11.1 Pour sa demande d'adhésion, un pratiquant ou une pratiquante (ou son représentant légal pour les mineurs) rempli un formulaire de demande d'adhésion au club lors de son inscription à l'année. La fiche d'affiliation dûment complétée est remise au secrétariat du club, et une signature doit être apposée sur les bordereaux FFST.

11.2 Pour les mineurs, la présence d'un parent ou représentant légal est indispensable le jour de l'inscription.

11.3 À compter de la réception desdits documents, l'association dispose de 15 jours pour refuser la demande ou le renouvellement de l'adhésion.

11.4 Sur les formulaires d'adhésion doit également figurer le nom du représentant légal pour les mineurs afin qu'il puisse être convoqué aux assemblées générales de l'Association Vovinam Varois.

11.5 En cas de ré-affiliation, les modifications éventuelles des données des membres seront communiquées

11.6 Les membres bienfaiteurs, donateurs ou d'honneur, ne sont pas tenus d'être possesseurs d'une licence. Leur admission est obtenue soit à leur demande, soit à celle d'un comité directeur et examiné, après transmission au Secrétariat de l'Association Vovinam Varois par le Comité Directeur statuant après ladite réception.

11.7 Les membres du Comité Directeur (Bureau Directeur) sont obligés par la fédération FFST à posséder une licence FFST en vigueur.

11.8 Toute personne qui désire mettre fin à sa qualité de membre avant la fin de l'année sportive doit en aviser par écrit le Président de l'Association Vovinam Varois, Monsieur Christophe Serrano.

11.9 Au 31 août de chaque année se termine la saison sportive. Par conséquent, toute personne cesse d'être membre si elle ou il ne se réinscrit pas à la saison suivante, saison qui commence dès le 1<sup>er</sup> septembre.

## **ARTICLE 12 RESPECT DE L'AMATEURISME**

L'organisation et le fonctionnement de l'Association Vovinam Varois se fondent sur le principe de l'amateurisme et du volontariat. Seuls les instructeurs, moniteurs, éducateurs sportifs ou professeurs peuvent être des professionnels.

## **ARTICLE 13 LE DIRIGEANT**

13.1 La fonction dirigeante, à quelque niveau que ce soit, est rigoureusement incompatible avec la perception directe ou indirecte d'une rémunération en contre partie d'activités exercées à tous les niveaux de l'Association.

13.2 Les instructeurs ou professeurs ne sont pas considérés comme des dirigeants.

13.3 N'est pas considérée comme rémunération, le remboursement, sur présentation de documents justificatifs, des frais entraînés par l'accomplissement d'une mission définie par l'Association.

13.4 Tout manquement, aux principes qui précèdent, entraîne, de plein droit, la cessation immédiate des fonctions dirigeantes du contrevenant.

13.5 Notre président de club est Monsieur Christophe Serrano. Il reste à l'écoute de tous les membres et des parents de membres mineurs.

## **ARTICLE 14 LE BUREAU**

Tous les articles contenus dans les statuts restent en vigueur pour le Bureau

## **ARTICLE 15 LA DISCIPLINE ET LE RÈGLEMENT**

L'Association Vovinam Varois s'est dotée d'un règlement disciplinaire, ainsi que d'un règlement anti-dopage et d'un règlement médical conformes aux dispositions législatives et réglementaires. Ils sont précisés dans nos statuts.

Fait à Toulon, le 29 août 2018, *dernière mise à jour 14 juin 2019*

