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
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 Travailliste. La FFST dispose d'un agrément ministériel et d'une reconnaissance du Comité Olympique Français. Nous dépendons du Comité du Var de la FFST.

Certains compétiteurs sont également licenciés à la Fédération MMA France, sous l'égide de la Fédération Française de Boxe.

Aucun/e adhérant/e ne pourra participer aux cours sans avoir remis son dossier complet à la personne responsable. Pour devenir membre et avoir accès aux cours, il est impératif de fournir préalablement le dossier complet contenant les pièces suivantes:

1. Certificat médical d'aptitude au Vovinam Intégral (et aux MMA pour les compétiteurs MMA).
2. La fiche d'inscription remplie et signée
3. L'autorisation parentale pour les mineurs
4. Le paiement de la cotisation annuelle

L'acceptation du présent règlement intérieur est obligatoire pour être membre, et il est également disponible sur notre site web.

ARTICLE 1-B LE STYLE ENSEIGNÉ dans notre club

Les entrainements 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 Vietvodao, en retirant les facettes acrobatiques et inutiles du Vovinam Viet Vo Dao. L'Intégral *Fighting* 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 *Fighting* . Ainsi, nos membres sont appelés à avoir une alimentation saine et équilibrée afin de profiter au maximum des effets des entrainements, lesquels sont généralement intensifs.

ARTICLE 2 L'HYGIÈNE

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

2.2 Toute personne doit porter des tongs ou des chaussures similaires pour passer des

vestiaires à la salle d'entrainement. Ceci afin de ne pas apporter involontairement de saleté dans la salle d'entrainement.

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'entrainement. Ceci est extrêmement important afin d'éviter la propagation de maladies infectieuse et autres champignons, mycoses etc.

Les personnes qui ont des problèmes de peau contagieux doivent se soigner avant de reprendre les entrainements afin de ne pas contaminer les autres membres du club.

Une mauvaise odeur des pieds est également inadmissible. Si besoin, des douches sont à disposition AVANT l'entrainement.

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 'entrainer. 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'entrainement… Il est désagréable de s'entrainer 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'entrainement, 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 IMMEDIATEMENT 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'entrainent souvent, il est indispensable d'avoir plusieurs uniformes d'entrainement (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*** (voir

article 5 B):

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 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.

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.

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 Après une décennie sans modification tarifaire, les cotisations ont été augmentées l'année dernière et sont les suivantes :

Enfants: inscription + licence = 33 € + année 180 € = **213 euros/an**

Adultes: inscription + licence = 37 €+ année 320 € = **357 euros/an**

Adultes: inscription + 2 licences FFST + MMA = 60 € + année 320 € = **380 euros/an**

(Optionnel : Le passeport sportif de la fédération mondiale IVWF coute 15€ et il est valable pendant 15 ans)

5. 6 Nous appliquons des réductions pour les membres d'une même famille.

Les réductions sont de l'ordre de 50% à partir du deuxième membre de la famille, le montant le moins élevé étant celui pris en compte pour la réduction.

5.7 Les cotisations versées à des associations sportives sont définitivement acquises et ne sont pas remboursables.

En cas d'inaptitude temporaire à la pratique du sport pour des raisons graves et indépendantes de la volonté du membre, et sur présence des documents prouvant ces raisons, son abonnement sera suspendu pour la période en question, et il sera reporté à la saison

suivante. Par contre, la licence ne peut ni être reportée ni remboursée car les fédérations ne les remboursent jamais aux clubs.

Dans tous les cas, tout trimestre entamé est dû.

ARTICLE 5 B LE MATERIEL

5. B. 1 Nous avons la chance d'utiliser des infrastructures municipales mise à notre disposition par la mairie de Toulon. Cependant, les membres sont responsables de leur bon usage. Ils sont responsables de leur perte ou de leur détérioration en dehors d'un usage normal.

5. B. 2 Notre club a également acheté du matériel d'entrainement, cibles, paos de frappe, sacs de frappe, raquette de coups de pied, etc, que nous mettons à disposition des membres.

5. B. 3 Si nous avons quelques gants et protège-tibia à disposition. 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 déjà beaucoup servi.

Il faut privilégier des équipements personnels.

5. B. 4 Le matériel obligatoire à apporter à chaque cours :

Enfants :

- Un kimono (appelé Vophuc)
- Une ceinture de la couleur du grade de l'enfant
- Une bouteille d'eau

Des gants de boxe SOUPLES (pas de gants de boxe **durs** non homologués !)

Des protèges tibia/pied souples ***d'une seule pièce soudée***

Une coquille pour les compétitions

Un protège-dents pour les compétitions

Le club fourni les plastrons, les casques et les sabres souples de combat

Adultes

- Un kimono (appelé Vophuc) et pour les cours du mercredi un ensemble short/Tshirt lycra
- Une ceinture de la couleur du grade de l'adhérant
- Une bouteille d'eau
- Des gants de boxe homologués IVWF- Gants de boxe 12 oz (14 oz pour les personnes de + de 80 kg)
- Les gants de type MMA sont uniquement utilisés avant chaque compétition et doivent être des gants de Sparring MMA. Pas de gants durs.
- Des protèges tibia/pied homologués IVWF ou des souples ***d'une seule pièce soudée***
- Une coquille
- Un protège-dents

(Le club fourni les sabres souples de combat)

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) et par la fédération française de MMA.

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

Enfants - mercredi de 17:00 à 18:15, samedi de 10:00 à 11:15

Adultes - lundi, mercredi, vendredi de 18:25 à 19:55

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 évènements 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.

6. 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 entrainement et des cours pratiques.

ARTICLE 6B VOYAGE POUR LES COMPETITIONS

6B. 1 Certains parents se sont plaints d'avoir à payer les déplacements pour les compétitions. Il est donc important de spécifier que le club ne peut pas se substituer à une agence de voyage, et que les déplacements se font à la charge des parents. C'est le cas de la plupart des petits clubs de sport amateur.

6B. 2 Il peut arriver que des enfants extrêmement doués et prometteurs n'aient pas la possibilité financière de participer à une compétition. Si le club en a les moyens financiers, et que le Comité Directeur le décide à l'unanimité, il y a des rares cas où une petite aide du club pourrait être accordée à la famille. Cependant, l'expérience nous a prouvé qu'aider certains enfants conduit à des critiques, des jalousies et des médisances de la part des autres parents, lesquelles minent l'esprit du club. Cette possibilité est donc désormais réduite.

6B. 1 Annulation éventuelle d'une compétition: Lorsque des adhérents (parents d'enfants ou pratiquants adultes) organisent un voyage pour participer à une compétition, l'argent qu'ils versent à une agence de voyage ou à un organisme pour l'obtention de billet d'avion ou/et de réservation d'hôtel, ne peut en aucun cas être remboursé par notre club. Chaque personne doit prendre les dispositions nécessaires auprès des organismes auxquels ils ont payé pour se faire rembourser en cas d'annulation d'une compétition.

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 entrainement comme les grands, peuvent s'inscrire et participer aux cours pour adultes et adolescents.

7.2 L'intensité et les efforts qui leurs 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, la discipline, 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

REGULIÈREMENT 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'écoutera pas les consignes, ou qui gênerait 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'obédience. C'est un remerciement pour demander un conseil, un remerciement pour avoir reçu un conseil, un remerciement pour un savoir transmis ou partagé.

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. 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

10-1 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.

10-2 Cette exigence de respect et de calme est également demandée aux parents. Il y a eu des cas de parents qui ont harcelé les professeurs ou dirigeants, souvent pour exiger le

remboursement de billets d'avion après l'annulation d'une compétition, ou pour exiger l'obtention d'aides sociales auxquelles ils disent avoir droit. Notre club est une association sportive, pas une agence de voyage ni un bureau d'aides sociales. Nous faisons tout pour aider les familles, mais dans le cadre de nos compétences.

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 1er 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 du club.

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.

ARTICLE 16 LA PRESENCE DES PARENTS

Certains parents ou grands-parents veulent parfois assister aux cours des enfants. Il est par conséquent important pour eux d'être conscients que leurs enfants ne se comportent jamais normalement lorsque leurs parents les regardent s'entraîner.

Au cours des dernières décennies, il a été démontré qu'il est fortement déconseillé aux parents d'observer leurs enfants à l'entraînement. Cela bloque leurs facultés d'apprentissage et freine leur progression.

16-1 Il est déconseillé aux parents de rester regarder leurs enfants pendant les cours.

16-2 Si l'enfant a une condition physique ou mentale qui nécessite cette présence, et sur présentation d'un certificat médical le spécifiant, une dérogation peut être accordée pour les premiers cours. Cependant, les autres enfants pourraient se sentir mal à l'aise à cause de la présence de ces adultes qu'ils ne connaissent pas.

16-3 Lors des examens de grade et lors des compétitions, les parents et la famille sont les bienvenus et peuvent photographier et filmer leurs propres enfants.

16-4 Durant les examens de grade, les conversations avec les téléphones portables sont interdites. Les personnes troublant le bon déroulement des examens se verront expulsées de la salle.

Fait à Toulon, le 29 août 2018, ***dernière mise à jour 9 juin 2025***