

De normen en waarden zijn gesteld teneinde de veiligheid, hygiëne, discipline en respect te bewerkstelligen:

- Indien nodig wordt de mat gezamenlijk gelegd en opgeruimd.
- Kwartier voor aanvang aanwezig zijn. Na de warming-up kan niemand er meer bij, tenzij, in overleg met de lesgevende instructor, anders bepaald.
- We wachten in de kleedkamer of zitten rustig op de banken tot onze groep aan de beurt is.
- We buigen wanneer we de zaal betreden of verlaten en wanneer de les begint of eindigt.
- We komen niet aan de materialen, tenzij je toestemming hebt van de lesgevende instructeur.
- We betreden de zaal met binnenzaalschoenen zonder zwarte zolen, free-fightschoenen of met blote voeten. Géén sokken!
- We beschikken over een goede lichamelijke hygiëne, zoals korte en schone nagels, frisse adem, enz.
- Wondjes verbinden we en eventueel bloed verwijderen we van de vloer of mat.
- We dragen geen sieraden, piercings of andere materialen.
- Lange haren binden we samen met een elastiek zonder scherpe of harde delen.
- Het voorgeschreven uniform dragen we op de juiste wijze; T-shirt in de broek. Mouwen en broekspijpen niet opgerold. Indien nodig omzomen.
- Tijdens de uitleg gaan we op de juiste manier zitten of staan. (Dus niet liggen of tegen de muur leunen)
- Dames denken aan geschikt en functioneel ondergoed.
- De instructies van de instructor of assistent-instructor volgen we altijd op.
- We verlaten de zaal/les met goedkeuring van de instructor.
- Gebruik van slippers tijdens het douchen.
- We oefenen met diegene die jou uitnodigt of jou als partner toegewezen wordt.
- We tonen respect voor onze partner en leven de gedragsregels na.
- Het groeten en afgroeten van je partner nemen we in acht.
- Onbedwongen agressie wordt niet getolereerd.
- Er bevinden zich geen andere personen op de vloer of mat dan de leden en zij die volgens afspraak een proefles volgen. Bezoekers dienen rustig op de bank plaats te nemen.
- Mobiele telefoons en dergelijke zijn uit, tenzij je toestemming hebt van de lesgevende instructeur.
- **Logo en naam van IKMF-NL zijn gedeponeed.** Gebruik van logo en naam zonder toestemming van IKMF-NL kan **strafrechtelijke gevolgen** hebben.
- **Let op! Geen video-opnames tijdens de les door wie dan ook! Video-opnames zijn ten strengste verboden !**
- **Het is voor studenten verboden om les te geven !**

Het herhaaldelijk overtreden van de regels zal verwijdering uit de les, beëindiging van lidmaatschap of roeyement kunnen inhouden en/of strafrechtelijke gevolgen kunnen hebben.

Aansprakelijkheid.

De International Krav Maga Federation-Netherlands (IKMF-NL) en de IKMF-NL-instructeurs zijn **NIET** aansprakelijk voor verlies, diefstal en/of materiële of immateriële schade (bv. emotionele schade) van goederen of aan studenten, noch voor persoonlijke of lichamelijk letsel en daaruit voortvloeiende schade. Ondergetekende verklaart hierbij dat hij/zij het onderhavige sportonderricht uitsluitend en alleen zal ontvangen voor eigen risico en dat kosten van enig ongeval of letsel geheel door hem/haar worden gedragen. Ondergetekende is zich ervan bewust dat het beoefenen van Krav Maga risico's met zich mee kan brengen en dat hij/zij eventuele vervolgschade die ten gevolge van de beoefening van Krav Maga of het beoefenen van sportdisciplines (bv. balsporten of een andere vechtsport) en/of het uitvoeren van een beroep in combinatie met het beoefenen van Krav Maga kan ontstaan, voor eigen risico neemt. Tevens zal ondergetekende de International Krav Maga Federation-Netherlands en/of haar leiding en instructeurs vrijwaren voor aanspraken van derde ten deze.