

Az edzések heti két alkalommal (mindhárom helyszínen), minden év szeptemberétől az iskolai tanév befejezéséig zajlanak. A részvételi díjat a megkezdett hónap 10.-éig kell befizetni

**A havi díj egy**

**kedvezményes összeg,**

lehetőség van még ezen kívül alkalmakat fizetni. Betegség esetén, orvosi igazolással, a következő hónapra jóváírjuk az elmulasztott alkalmakat.

Az eredményes fejlődés érdekében mindenképpen ajánlatos a heti két alkalom. Citromsárga övtől, (8. kyu-tól) a sikeres versenyzés és a következő vizsgák

érdekében a heti háromszori részvétel az elvárt.

Az első néhány edzés megtekintése után megkérjük a szülőket, hogy a terem, iskola előtt várakozzanak. Az edzéseken ékszerszert (fülbetvaló, gyűrű, nyaklánc, stb.), karórát, hajcsatokat!!! viselni nem lehet

(balesetveszélyes),

**rágógumi**

, cukorka a

**szájban nem lehet**

! Kérjük a szülőket, hogy erre ők is figyeljenek oda. Valamint kérem a szülőket, hogy azok a gyerekek, akiknek (még) nincs karateruhája, edzéseken fehér pólót, és minél egyszerűbb melegítőnadrágot vagy rövidnadrágot viseljen, a kislányok haját pedig hajhossztól függően 1-2 fekete vagy fehér gumival fogják össze. (Rövid haj esetén erre természetesen nincs szükség).

Kérjük továbbá, hogy bármilyen egészségügyi, vagy egyéb probléma esetén, amely a gyermekkel kapcsolatban felmerült, vagy felmerülhet, szóljanak

! (Cukorbetegség, szívbetegség, asztma, influenza, stb., rendszeres vagy eseti gyógyszer szedést is!) Ha a gyermek lábán

**szemölcs**

van

**csak tornacipőben**

vehet részt az edzéseken!

A vizsgákon és versenyeken való részvételhez fényképes karate igazolványt kell kiváltani, mely a Magyar Karate Szakszövetség tagkönyve. Ide kerülnek be a vizsgák eredményei (kyu fokozatok), a sportorvosi vizsgálatok, az edzőtáborokon való részvétel. 9.kyu fokozattól (a második vizsgára) kötelező kiváltani az igazolványt, de már előtte is ki lehet váltani. (Az edzőnél kell igényelni, 2 db igazolványkép és egy megadott összeg szükséges hozzá, mely tartalmazza a tagkönyv árát és az adott év tagdíját.) A továbbiakban minden évben érvényesítő bélyeget kell kiváltani, melyet az igazolványban kell gyűjteni.

Versenyzésre edzői javaslat alapján kapnak lehetőséget a gyerekek, igyekezetük, hozzáállásuk, és annak megítélése után, hogy ez esetleg kedvezően befolyásolja a magatartásukat, önértékelésüket. A versenyzés emeli a edzőmunka színvonalát, ugyanakkor az oktatók részéről többlet munkát és figyelmet kíván. Kezdőknek is fontos lehet a részvétel, a gyakorlat minél hamarabbi megszerzéséhez. Bizonyos versenyeken azonban csak az elvárt (heti 3x-i) részvétel esetén lehet részt venni A versenyzéshez szükséges felszerelések: karate ruha, seiken védő, fogvédő, igazolvány, sportorvosi

„versenyezhet” igazolás.