

TATAMI CENTRUM

Harcművészeti Központ

柔術

Általános szabályzatok

Csoportrend

Beiratkozási rend

Házirend

Tatami rend

Fizetési rend

Plakátolási rend

Vizsgarend



lezárva 2012.01



www.tatamicentrum.hu

30/2067078

Csoportrend

A szabályzatok a Tatami Centrum négy dojo-jának csoportjaira vonatkoznak:

1. Orgoványi dojo – vezetője sensei Cseri József 1. dan

(Általános Iskola 6077, Orgovány Kossuth Lajos u. 62. Tel:76/376-235)

Oktató: sensei Cseri József 1.dan Mobil:30/9081-901
kétszeres kempo Világkupa győztes

Edzések: hétfőn és csütörtökön

Gyermek: 17.00-tól 18.30-ig

Felnőtt: 18.30-tól 20.00-ig

2. Bányai dojo – vezetője shihan Berkes László 5. dan

(Bányai Júlia Gimnázium 6000, Kecskemét Nyíri út 11. Tel:76/481-474)

Központi pénztár kedden 18.30 -tól 19.30 -ig

Oktatók: shihan Berkes László 5. dan Mobil: 30/2067-078
a Magyar Ju Jitsu Szövetség elnöke
sensei Fekete Sándor 1. dan Mobil: 30/2781-224
többszörös Grappling Világbajnok és BJJ Európa Bajnok

Edzések kedden és csütörtökön

Gyermek: 17.30-tól 19.00-ig

Felnőtt: 19.00-tól 20.30-ig

3. Hakkoda dojo – vezetője shihan Berkes László 5. dan

(6000, Kecskemét Burga u. 1.)

Manócska csoport hétfőn 17.00-18.00

4. Hírös dojo – vezetője sensei Fekete Sándor 1. dan

(6000, Kecskemét az M5-ös úton a TESCO fele au autókereskedéseknél)

Oktató: sensei Fekete Sándor 1. dan Mobil: 30/2781-224
többszörös Grappling Világbajnok és BJJ Európa Bajnok

Küzdő edzések hétfőn, szerdán és pénteken 18.00-19.30

Beiratkozási rend

A Beiratkozási rend a Manócska csoport kivételével a többire vonatkozik. A Manócskák a Magyar Ju Jitsu Szövetségnek még nem tagjai, nem kell fényképet leadniuk, nem kell több hónapra beiratkozniuk, nem kell regisztrációs díjat fizetniük. Nem kell sportorvoshoz menniük. Kapnak Tagsági könyvet, de nem kapnak Tagnyilvántartó Lapot és Budo Pass-t. Kedvezményes havidíjat fizetnek.

A Beiratkozási rend szerint a többiek beiratkozása több lépcsőben történik:

1. A későbbi tanítvány értesül az edzésekről és eljön egy edzést megnézni vagy kipróbálni. Kap egy rövid, 4 oldalas ismertetőt.
2. Több edzést is kipróbál, utána kinyilvánítja beiratkozási szándékát (ha nem akar beiratkozni, akkor fizetnie nem kell, ingyen voltak a próbaedzések).
3. Kap egy beiratkozási borítékot, benne adatlappal és két füzetel.
4. Ekkor még mindig átgondolhatja a beiratkozási szándékát. Beiratkozás esetén a borítékban leadja a kitöltött adatlapot, két fényképet és a kezdő befizetést.

Ezt a folyamatot részletezi a beiratkozási rend.

Beiratkozás félévente

Beiratkozni csak a félév első hónapjában: szeptemberben és februárban lehetséges. Ez a kezdők megfelelő felkészítése érdekében van így, a tapasztalat azt mutatja, hogy a többiek után egy-két hónappal később beiratkozót nem sikerül megfelelően felzárkóztatni, nem tudja az alapokat rendesen megtanulni.

Ha a próbaedzések után a tanuló be szeretne iratkozni, Beiratkozási borítékot kér az instruktortól, amely részletes ismertetőt (ez a füzet), az Általános szabályzatokat, és egy Adatlapot a beiratkozási Nyilatkozattal tartalmaz.

Beiratkozni csak a félév első hónapjában lehetséges. **Ez azt is jelenti, hogy a befizetés első hónapja ez a hónap.** A viták elkerülése érdekében kívánjuk ezt leszögezni. Általában a próbaedzések miatt a beiratkozás elhúzódik a hónap végéig, és vannak akik úgy gondolják, hogy csak a következő hónaptól kell fizetniük. A Tatami Centrum kedvezménytel honorálja a féléves befizetést, így egy havi tagdíj vagy a regisztrációs díj megspórolható, ezért javasoljuk ezt a megoldást!

A beiratkozáshoz szükséges

A következőket kell az instruktornak a Beiratkozási borítékban leadni:

- Kitöltött és (13 éves kor alatt a szülő által) aláírt Adatlap és Nyilatkozat
- Két igazolvány fénykép, hátára ráírva a név. Érdemes újat készíteni, hiszen ez lesz az igazolványban, amelyet remélhetőleg hosszú éveken keresztül használ a jitsuka.
- Éves szövetségi tagsági díj (teljes díj februárban, fele szeptemberben)
- Regisztrációs díj (megspórolható féléves, azaz öt havi befizetéssel)
- Az első kettő vagy öt havi díj. (Ha egy családból többen iratkoznak egyszerre be, a második személy a regisztrációs és havi tagdíjból 50% kedvezményt kap.)

Beiratkozási rend

A beiratkozás után

A beiratkozást követően a jitsuka kap (és az átvételt az adatlapon igazolja):

- TATAMI CENTRUM **Tagsági Könyvet**,
- **Budo Pass**-t (Harcművészeti Igazolvány), amely a Magyar Ju Jitsu Szövetség tagsági könyve,
- a felnőttek TATAMI CENTRUM **Bizonyítványt**,
- Tagnyilvántartó Lapot (aláírásra, a lap a központban marad),
- sportorvosi **beutalót** hat éves kor felett,
- honlap **belépési azonosítót** és kezdeti jelszót. (Be kell lépni és átírni a jelszót!)

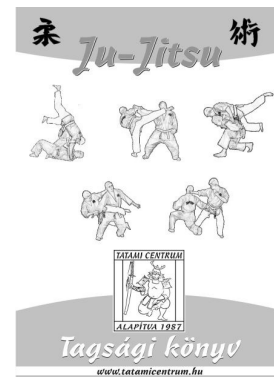
Dokumentumok

A fényképek közül az egyik a **Budo Pass**-ba, a másik a **Tagnyilvántartó Lapra** kerül. A Tagnyilvántartó Lap a Budo Pass minden adatát tartalmazza, így a Budo Pass elvesztése, megsemmisülése esetén az pótolható. A Tagsági Könyv, a Budo Pass és a Bizonyítvány a jitsukánál, a Tagnyilvántartó Lap a központban marad.

A **Tagsági Könyvet** minden edzésre magával kell hoznia, oda kerülnek bejegyzésre az edzések, illetve azon található az a telefonszám, amelyet sérülés esetén fel kell hívunk.

A **Bizonyítványt** a Demonstrációs edzésre, próbavizsgára és vizsgára, valamint külön kérésre kell behozni. Ide kerül rögzítésre a jitsuka fejlődésével kapcsolatban minden fontos esemény: havi edzés összesítő, tesztek, feladatok teljesítése, vizsgaengedély kiadás, jelentkezés a vizsgára, a sikeres vizsga ténye. A teljesítendő feladatokkal kapcsolatosan lásd a Vizsgarendet!

A **Budo Pass**-t csak vizsgára, edzőtáborba és versenyre, illetve külön kérésre kell hozni. A Budo Pass-ba ezen események kerülnek bejegyzésre, illetve az érvényesítés, a sportorvosi igazolás és az oktatói kinevezések, egyéb megjegyzések.



Sportorvosi igazolás

A kapott sportorvosi beutalóval és a Budo Pass-szal együtt menjen el a jitsuka a sportorvoshoz, ahol megkaphatja a '**Sportolhat**' engedélyt az igazolásra és a Budo Pass-ba. A lepecsételt beutalót vissza kell hozni és le kell adni az instruktornak.

Fél év múlva menjen el ismét a sportorvoshoz, akkor már '**Versenyezhethet**' engedélyt kaphat. Ezután indulhat versenyen. A '**Versenyezhethet**' engedélyt később évente meg kell újítani! Minden megújítást közölni kell az instruktornal, hogy a központi nyilvántartásba is bekerüljön. **Az első orvosi vizsgálatnak a beiratkozást követően 30 napon belül meg kell történnie!**

Házirend

Tatami Centrum Harcművészeti Központ házirendje szabályozza az edzéseken, vizsgákon, versenyeken, általában a rendezvényeken a viselkedést, megjelenést, de kitér az általános viselkedési normákra is. A Manó csoport itt is kivétel lehet.

A házirend részei:

- Az edzéseken, rendezvényeken használt ruházat és felszerelés, higiénia
- Viselkedés az edzőteremben, rendezvényeken, dojo és tatami etikett
- Látogatók az edzőteremben, rendezvényeken
- Általános normák, dojo kun (eskü)

Érkezés és távozás, korai érkezés és késés

- Az edzés helyszínéül szolgáló intézményben az edzés kezdete előtt és után csak a feltétlenül szükséges ideig lehet tartózkodni.
- Az intézménybe az első edzés kezdete előtt az átöltözéshez és a terem berendezéséhez szükséges idővel kell hamarabb bejőni.
- Későbbi edzésre csak annyi idővel hamarabb jöjjön a jitsuka, hogy legyen ideje átöltözni, ha kell, befizetni, felkészülni és felsorakozni az edzés előtt.
- Aki nem első edzésre ennél korábban érkezik, köteles bemenni az edzőterembe és ott az edző felügyelete alatt várakozni.
- Az edzés után csak annyi ideig tartózkodhatnak a jitsukák az intézményben, ameddig megmosdanak, átöltöznek, befizetnek. Aki nem megy azonnal haza, átöltözés után be kell jönnie az edzőterembe és az edző felügyelete alatt várakozni.
- Aki késik, ugyanúgy öltözzön át az öltözőben, mintha időben érkezne, majd menjen be az edzőterembe, az ajtóban le kell ülnie térdelő ülésbe, a behozott táskáját maga mellé téve. Amikor az edzésvezető hozzá fordul, kiszabja a késés miatti büntetést és eldönti, hogy beállhat-e, kell-e külön bemelegítenie stb.

Értékek

- Aki be szeretne hozni valamit az edzőterembe, tegye egy táskába és úgy hozza be. Fejenként egy táskát be lehet hozni az edzőterembe. A táskát zárva kell tartani.
- Az értékeket le kell adni az instruktornak!
- **A le nem adott értékekért felelősséget nem vállalunk!**

Az intézményben

- Az alatt az idő alatt, amíg az intézményben, de nem az edzőteremben tartózkodik a jitsuka, köteles vigyázni a rendre és fegyelmezetten viselkedni.
- A jitsukák már az edzés kezdete előtt pár perccel sorakozzanak, hogy időben lehessen kezdeni.
- Papucs használata az edzőterem kívül kötelező! A papucsockat rendben egymás mellé kell a kijelölt helyre tenni az edzés idejére.

Házirend

Az öltözőben

- Az öltözőben rendnek kell lennie!
- A cipőket a pad alá kell tenni egymás mellé, betolni a falig. Zoknit a cipőbe vagy a táskádba tedd, külön ne legyen szanaszét!
- A ruhákat fel kell akasztani a fogasokra! Lehetőleg csak egy vagy két fogast használj, hogy ha sokan vagyunk, akkor is legyen elegendő.
- Amit nem lehet felakasztani (pl. póló, pulóver stb.) tedd táskába és úgy akaszd fel!
- A padokon semmilyen ruha, táska nem lehet!
- Más ruhájához, táskájához, felszereléséhez ne nyúlj hozzá!

Az edzőteremben

- Az edzőteremben mindenki a saját felelősségére edz.
- Az edzést befolyásoló állapotot (sérülés stb.) az edzés előtt vagy az elején jelezni kell az instruktornak.
- A tagsági könyveket az edzés időtartamára le kell adni. Minden befizetés és edzés a könyvben bejegyzésre kerül. Az elveszett, betelt, megrongálódott könyvet pótolni kell. **Tagsági könyv nélkül edzésen részt venni nem lehet!**
- A technikai berendezéseket, könyveket, kazettákat, az eszközöket, fegyvereket, védőeszközöket, tornaszereket csak az instruktor engedélyével szabad használni!
- Mobiltelefont ki kell kapcsolni. Bekapcsolva csak instruktori engedéllyel lehet!
- Az edzőteremben az edzés időtartama alatt az instruktor utasításait minden jelenlévőnek be kell tartania a balesetek elkerülése érdekében.
- Az edzőteremben dohányozni, enni, inni, az oda nem illő viselkedés tilos!

Higiénia

- A **körmöket** le kell vágni!
- A **hosszú haj**at gumival (nem csattal) össze kell fogni!
- Az edzésre szappant és törülközőt kell hozni és edzés után meg kell mosdani!
- Az edzésre ápoltan (tisztán és szagtalanul) lehet bejönni. Ha szükséges, edzés előtt is meg kell mosdani. Az edzésre **koszosan, büdösen bejönni nem szabad!**
- Csak az edzőteremben légy mezítláb, azon kívül használj papucsot!
- Az edzésen másik alsóruházatot használj, mint előtte és utána. Nem higiénikus az izzadt alsóneműben lenni, hazamenni az edzés után!
- Az edzéseken tisztán, ép, tiszta és száraz ruhában kell megjelenni. Az edzőruhát vállfán kell megszáritani. Összehajtvá csak a száraz edzőruhát szabad tárolni!
- A sebeket be kell kötni, le kell fedni és az edzőnek még az edzés előtt meg kell mutatni! **Fedetlen sebbel edzeni nem lehet!**
- A tatamit időnként fertőtlenítőszeres vízzel le kell mosni. Mindig ugyanazzal a felületével felfelé tesszük le. Alsó felületét is le kell takarítani, ez segíti a tapadást.
- **Rágógumizni** az edzőteremben szigorúan **tilos!**

Házirend

Látogatók az edzéseken, vizsgákon

- A látogatók minden edzést, vizsgát megnézhetnek, de csak az elején mehetnek be, a végén jöhetnek ki. Cipőben is bemehetnek, és csak a terem legszélén járhatnak.
- Edzésidőben csak a padon ülve tartózkodhatnak, és nem zavarhatják az edzés menetét beszélgetéssel, vagy más módon. Tatamira nem léphetnek.
- Mobiltelefont ki kell kapcsolni.
- A látogatók sem dohányozhatnak, étkezhetnek, ihatnak az edzőteremben!
- Az instruktor utasításait a látogatók is kötelesek betartani.
- Az edzésen, vizsgán fotózni és videózni általában szabad, de előzőleg minden esetben ki kell az edzés/vizsgavezető instruktor engedélyét kérni.
- Különösen tilos az edzés menetébe, vagy az edzésen részt vevő tanulók munkájába beleszólni, nekik instrukciókat adni, figyelmüket elterelni.
- Figyelmeztetést követően az instruktor ki is zárhatja a teremből a látogatót!

Az edzésen használt ruházat

- Kezdőknek az első két hónapban engedélyezett a jogging ruha használata. Nem lehet rajta gomb, zipzár, üresnek kell lenni a zsebeknek. A ruha **hosszúujjú és hosszúszerű** legyen, egyrészt az izzadság felfogására, másrészt, hogy takarja a könyököt és a térdet. Manó edzéseken ez a ruha mindig megfelelő.
- Később az edzéseken a **szövetség előírása szerint emblémázott edzőruhában** (kabát és nadrág) veszünk részt, amely az övfokozatnak megfelelő övvel van összefogva.
- Az edzőruha nem lehet szakadt, koszos! (foltozott lehet)
- Az edzésre, rendezvényekre az edzőruhát előírás szerint behajtva hozzuk.
- Az edzőruha alatt csak alsóneműt használunk: fiúk alsónadrágot, lányok bugyit és fehér pólót vagy dresszt. Az edzésen és azon kívül használt ruházat minden darabja más legyen. Teljesen öltözz át az edzéshez.
- A terembe papucsban kell bejönni, amelyet az edzés előtt a fal mellé teszünk.
- Az edzésen ékszert (fülbevalót, órát, nyakláncot, stb.) viselni nem szabad!

A Kelemen Ryu emblémák

- Az edzőruhákra az öt emblémát kell felvarrni. A mellen, háton, a bal nadrágszáron a Kelemen Ryu feliratos, a bal karon a szövetségi embléma, alatta a dojo neve.
- Az embléma granitúrát a dojo vezetőtől lehet megvenni 2.000 Ft-os egységáron.
- A felvarrásról a tanítványoknak saját maguknak kell gondoskodniuk.



Házirend

Meghajlás

Meghajlással köszönni kell a következő alkalmakkor:

Zászló felé	<ul style="list-style-type: none"> • A dojoba való belépéskor, illetve annak elhagyásakor. • A tatamira való első rálépéskor, illetve utoljára elhagyásakor.
Csoportos	<ul style="list-style-type: none"> • Az edzés megkezdésekor és befejezésekor. • A vizsga, bemutató, verseny megkezdésekor és befejezésekor.
Személyes	<ul style="list-style-type: none"> • A mesterek, instruktorok, magasabb fokozatúak megszólításakor. • Partnerrel történő edzés megkezdésekor és befejezésekor. • Miután a mester, oktató velünk külön foglalkozott az edzésen. • A küzdelem, versenygyakorlat megkezdésekor és befejezésekor.

Az edzésen kinn van a dojo zászló, az edzés elején, végén először a zászló felé, majd az oktató(k) és a tanítványok egymással szemben köszönnek kétszer: sensei-ni rei: a tanítványok az oktató(k)nak, otagai-ni rei: a tanítványok egymásnak köszönnek.

Szombati szemináriumok

- Külön edzések vannak azokon a szombati napokon, amikor nincs egyéb program.
- Ezek dupla edzés időtartamúak, külön fizetni a részvételért nem kell.
- 9 órakor kezdődik, de érkezz 8.30-ra, hogy időben felöltözz és a termet is berendezd, mire az edzés kezdődik. A pontos kezdést ekkor is szigorúan vesszük!

Utazások autóval

Előfordul, hogy közösen utazunk vidékre autóval/autókkal, a szabályok:

- **Hozzájárulás:** Célszerű már az utazás elején tisztázni, hogy az utasok mennyivel járulnak hozzá az útiköltséghez.
- **Kölcsönösség:** Lehetőség szerint ne mindig csak ugyanazok ajánlják fel az autójukat. Aki teheti, szintén vegye ki ebből is a részét.
- **Edzőteremtől edzőteremig:** Nem várjuk el, hogy a társunk eljöjjön értünk reggel és este haza is hozzon. Lehet így is, de nem természetes. Az edzőteremtől indulunk és oda is érkezünk.

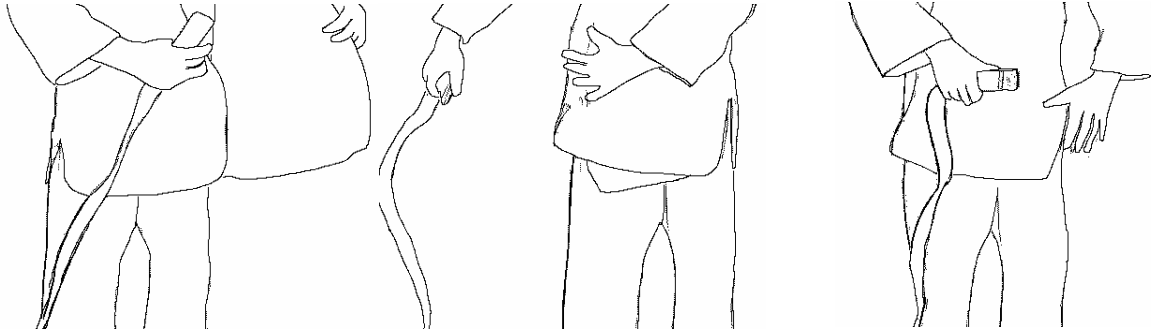
Dojo kun (eskü)

- Mindenkor követem a Ju Jitsu tanításait.
- Ju Jitsukához méltóan élek, állandóan fejlesztem képességeimet, gyarapítom tudásom.
- Betartom az udvariasság szabályait, tisztelem az idősebbeket, feljebbvalóimat, a rangban előttem állókat, segítem a gyengébbeket.
- Töreksem önmagam legyőzésére, kerülöm az erőszakot, mindig gyakorlom az alázatosság erényét.
- Szeretem hazámat, hűséges maradok klubomhoz, mesteremhez, a választott Ryu-hoz.
- Ju Jitsu tudásommal soha nem élek vissza.

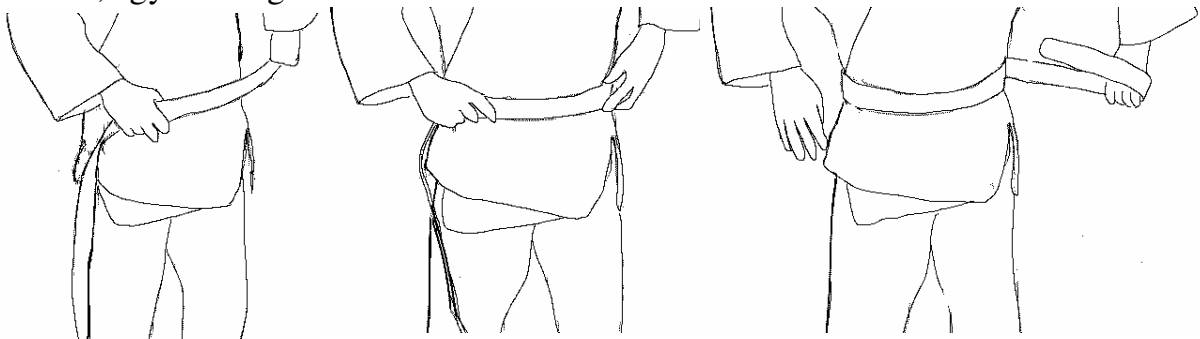
Házirend

Az öv megkötésének helyes módja

1. A kabát szarait előírás szerint, felül a bal (emblémás) szára, a derekunkra hajtjuk.



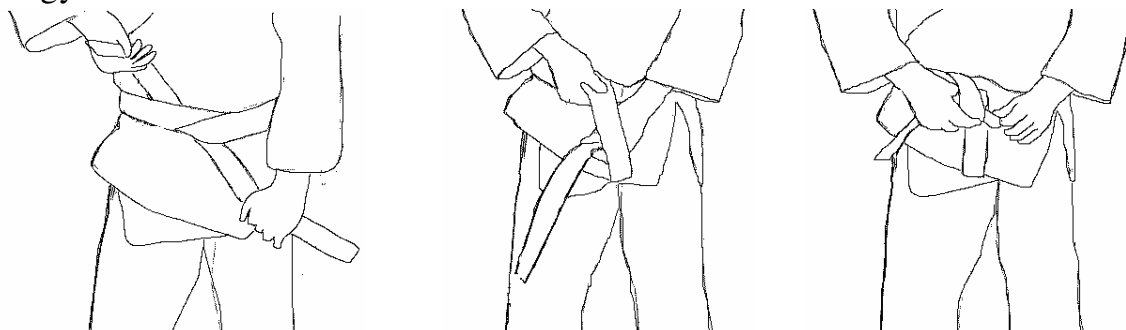
2. Bal oldalról az embléma vagy csík felöli véggel a derekunkra tekerjük az övet két körben, egymásra igazítva a köröket.



3. A felső öv szarát átbújtatjuk alulról felfelé mindkét kör mögött, az alsó szarát lefelé kihúzzuk úgy, hogy a bújtatásnál kialakuló öv kereszteződés a hasunkon középre kerüljön és egyenlő szárak maradjanak fenn és lenn.

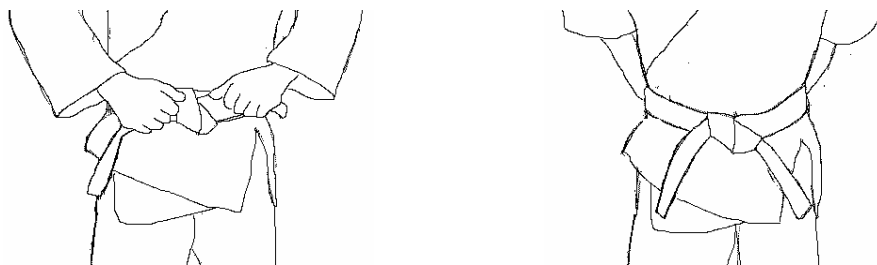


4. Az alsó szarát visszahajtjuk jobbra rézsutosan a két kör elé, a felső szarát ráhajtjuk, majd az alsó szár mögött alulról fölfelé balra átbújtatjuk és meghúzzuk az így kialakult csomót.



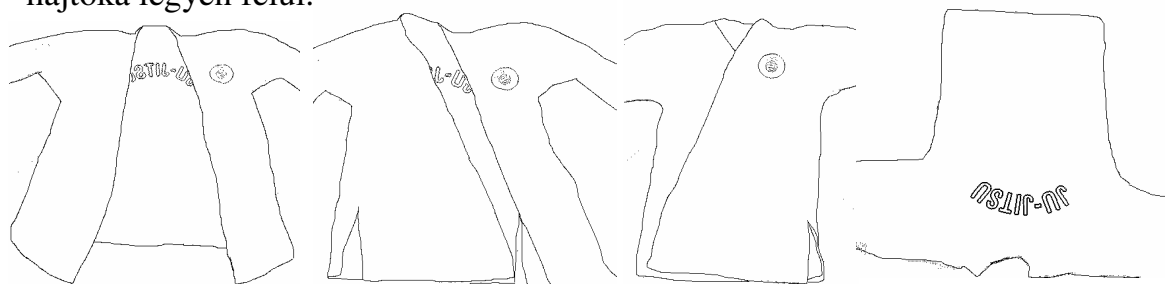
Házirend

5. A helyesen megkötött öv jobb oldalán színével kifelé van az övfokozat jelzése és a kalligráfia, bal oldalon a név színével kifelé.

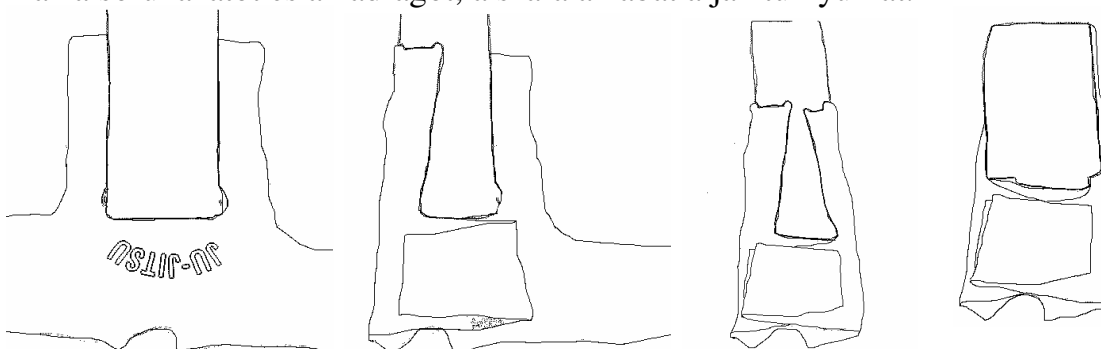


Az edzőruha összehajtásának helyes módja

1. A kabátot a hátával lefelé a tatamira vagy a padra fektetjük. A hajtókákat behajtjuk annyira, hogy a kabát két oldala párhuzamos legyen. Az emblémás (bal) hajtóka legyen felül.



2. Ezután megfordítjuk a kabátot, hogy a hátulja legyen felül. Középre behelyezzük az alsóruházatot és a nadrágot, a szára a kabát alján túlnyúlhat.



3. A kabát két oldalsó szélét behajtjuk annyira, hogy a szövetségi embléma teljesen alul maradjon. Alulról kezdve a nadrágot és a kabátot felhajtjuk. Az így kapott hengeren a szövetségi embléma teljesen látszik.



4. Az övet a tanult módon körbetekerjük és megkötjük, mintha a gi lenne a törzsünk (a szövetségi embléma van felül a mellünk helyén).

Tatami rend

Tatami

- Legfontosabb edzéseszközünk a tatami, ezért tudnunk használatát ismernünk kell.
- Állapota nagyon nagy mértékben kihat az edzésinkre, ezért illő alázattal, gondoskodással használjuk, állagát óvjuk,
- Szabványos mérete 2 m x 1 m x 4 cm.
- Kemény, nem süpped be, ha rálépünk, viszont elegendően tompítja a ráeső emberi testet, nem okoz fájdalmat.
- Lehet csúszásgátló az alján. Ebben az esetben egyértelmű, hogy melyik felület van alul és melyik felül. Ha nincs csúszásgátló, akkor is általában ugyanazt a felületet tesszük a földre.
- A tatamit rögzíteni lehet ragasztással és kitámasztókkal.
- Súlya többféle lehet anyagától függően, 5 kg. és 25 kg. között. A klubban a könnyebb szőnyegek vannak rendszeresítve, hogy gyerekek is tudják pakolni.

A tatami pakolása

- Tatami pakolás során a szőnyeget oldalánál fogva függőlegesen kell vinni, ne érjen a földre (ne törjön, kopjon, egy szőnyeget évente százszor letesznek és felszednek, a tataminak illik évtizedeket kiszolgálni, ezért vigyázni kell rá).
- A tatamit a tárolási hely és az edzésen elfoglalt helye között kézben visszük, vagy átadjuk, fölöslegesen nem tesszük le, csak a végső helyére. Nem pakoljuk, csúsztatjuk feleslegesen!
- A tatami felszedését csak akkor kezdjük, ha mindenki lejött a szőnyegről!
- Mindig a legközelebbi szőnyeget kezdjük felszedni, a legtávolabbiakat lerakni. Így nem járunk át a szőnyegeken a pakolás során.

A tatami elhelyezése

- 2-2 tatamit rakunk egymás mellé, így 2 x 2m-es négyzetek alakulnak ki. Lehet a következőt elforgatva letenni, lehet ugyanolyan irányban. Az elforgatott kevésbé mozog, de nehezebb igazítani is. Nálunk ugyanúgy állnak a szőnyegek.
- Optimálisan legalább 3 csík van egymás mellett, azaz legalább 6 m széles a tatami.
- Az edzéshez legalább annyi tatami kell, mint ahányan edzenek.

A tatami kitámasztása

- A kitámasztást használjuk edzésen, edzőtáborban, vizsgán, versenyen nem.
- A kitámasztók állítható hosszúságú fém támasztók, egyik végük szilárd felülethez feszül, a másik végük fa támasztékok segítségével a szőnyegekhez.
- A kitámasztókat az edzés elején letesszük és az edzés végén felszedjük.
- Használaton kívül a kitámasztók egy tároló ládában vannak, melyet zárható helyre tegyünk. Használatba vételkor ellenőrizzük, hogy minden benne van.

Tatami rend

A tatami leragasztása

- Vizsgán, versenyen, edzőtáborban fordul ez elő általában. Edzésen a legritkább esetben ragasztjuk le a tatamit.
- Ehhez kétoldalas ragasztó szalagot használunk, amely egyszerre tapad a talajhoz és a szőnyeghez. A tapasztalat azt mutatja, hogy sokkal jobb a vászonalapú (textilbázisú) kétoldalas ragasztó, mint a papír alapú. Általában csak a szélső szőnyeget ragasztjuk le, de különösen nagy igénybevétel esetén mindegyiket. Kb. 0.5 méter ragasztó szalag kell egy szőnyeg leragasztásához.
- A ragasztás előtt a tatamit is és azt a felületet is, ahova leragasztjuk, megtisztítjuk, zsírtalanítjuk.
- A tatamit lerakjuk, majd azokat, amelyeket le akarunk ragasztani, megfordítunk. A négy sarok közelében 10-15 cm-es darabokat ragasztunk minden tatamira.
- Összeigazítjuk szorosra a tatamikat, majd egyesével lehúzzuk a ragasztó másik oldaláról a papírt és lefordítjuk a tatamikat. Jól megtapossuk mezítláb, hogy odaragadjon.
- Leragasztott tatamit óvatosan feszítsük fel, hogy ne kizakadjon a borítója, vagy megtörjön.

A tatami igazítása

- Az igazítás akkor fontos, ha sem leragasztva, sem kitámasztva nincs a szőnyeg. Ez ritkán fordul elő, mert balesetveszélyes.
- Az igazítás során ne legyen senki rajta! Először keresztben, majd hosszában kell igazítani, így a csíkok egymás mellé kerülnek.
- A legfontosabb, hogy a mozgatás során senki sem lehet a tatamin, különben az megtörhet, sérülhet.

A tatami tárolása és tisztítása

- A tatamit rendszeres időközönként fertőtlenítőszeres vízzel le kell mosni mind a két oldalán.
- A tatamit mindig ugyanazzal a felületével felfelé tesszük le. Pakolás során össze kell forgatni, azaz alsó felület alsó felülettel, felső felület felső felülettel találkozzon.
- Célszerű tatami tároló kocsit rendszeresíteni (kb. 5 tatami árába kerül). A tatamit minél kevesebbet cipeljük, inkább toljuk a kocsin.
- Félre eső helyen tároljuk a tatamit, ahol nincs útban, nem sérül, lehetőség szerint a tatamit takarjuk le.

Tatami rend

Viselkedés a tatamin (tatami etikett)

- A tatamira csak mezítláb vagy tatami cipőben lehet felmenni.
- Minden edzésen az első fellépéskor és az utolsó lelépéskor köszönni kell.
- A tatamira ne vigyünk ételt, italt, rajta enni, inni tilos!
- Ne vigyünk a tatamira olyan tárgyakat, amely a tatami sérülését, szennyeződését okozhatná (pl. hegyes, éles kés) !
- A tatamin az edzés eszközeit (bot, gyakorlókés) úgy kell letenni, hogy ne akadályozzanak senkit. Legyenek összeszedve ha nincsenek használatban.
- Mindig csak azt a technikát gyakoroljuk, amire az oktató éppen tanít! Ne gyakoroljon senki összevissza! Figyeljünk a körülöttünk gyakorlókra is!
- Ha az oktató jelzi a gyakorlat végét, azonnal be kell fejezni a technikát, köszönni kell a partnernek és a szőnyeg szélén féltérdelésben figyelni! Ha az oktató mutat egy technikát, féltérdelésben kell figyelni.
- A tatamin, ha éppen nem edzünk, seizá-ban kell ülni (ha hosszúra nyúlik, esetleg törökülésben). Soha nem ácsorogunk a tatamin! Ne üljön senki nyújtott lábbal és ne támassza a hátát a falnak, oszlopnak! A tatamin soha ne feküdjünk edzésen! (Természetesen, ha edzőtáborban a dojo-ban alszunk, akkor lehet feküdni a tatamira.)
- A tatamin nem beszélgetünk! Ha útmutatásra van szükség, menj az oktatóhoz, állva köszönts és várd meg, míg a rendelkezésedre áll.
- Ha az oktató külön mutatott valamit Neked, a pároddal együtt köszönd meg. Ha egy szomszédos párnak mutat valamit, akkor azt megnézheted Te is és velük együtt köszönd meg.

Elhelyezkedés a tatamin

- Ha sokan edzenek és 2-2 szőnyeg elforgatva van letéve, akkor egy pár egy négyzetet használ.
- Ha sokan edzenek és a szőnyegek sorban egymás mellé vannak letéve, akkor életbe lép a **sakktábla szabály**: a párok a tatamin úgy helyezkedjenek el, mint ahogy a sötét mezők a sakktáblán. Ilyen elhelyezkedés esetén minden szomszédos szőnyeg szabad, azaz kisebb az összeütközés veszélye.
- Ha kevesen edzenek, a párok minél szellősebben helyezkedjenek el a tatamin.
- A jitsukák tanulják meg egy szőnyegen dobni a csípődobást, az uke is és a tori is a dobás megkezdésekor is és befejezésekor is maradjanak a szőnyegen és közben se lépjenek le. Ennek különösen akkor van jelentősége, ha sem ragasztva, sem támasztva nincs, ezért szétesésveszélyes a tatami.
- Ha társas sorgyakorlatot hajtunk végre a tatamin, a légy résen szabályt kell alkalmazni! (lásd következő oldal). Ha hárman dolgoznak a tatamin, a csiki-csuki szabályt kell alkalmazni! (lásd következő oldal)

Fizetési rend

A Tatami Centrum a pénzfolyamatai irányítására fizetési rendet alkalmaz, melynek betartását kedvezménytel jutalmazza.

Befizetési jogcímek

A tagok a **Tatami Centrumnak** a következő jogcímeken fizetnek:

- Havi tagsági díj (*)
- Regisztrációs díj (*)
- Dokumentumok pótlási díja
- Próbavizsga díja (*)
- Vizsgadíj (*)
- Klub edzőtábor díj (*)

A tagok a **Magyar Ju Jitsu Szövetségnek** a következő jogcímeken fizetnek:

- Éves tagsági díj (*)
- Szövetségi vizsgadíj
- Nemzetközi edzőtábor díj
- Emblémák díja

(*)-gal jelölt jogcímekre kedvezmény kapható.

Befizetés módja

A befizetés módja - bármelyik jogcímen is történik – kétféle lehet:

- Pénztári befizetés: a központi, vagy kihelyezett pénztárba a meghatározott pénztári órákban. A központi pénztár Kecskeméten a Bányai Júlia Gimnáziumban van, keddenként 18.30-tól 19.30-ig.
- Borítékos befizetés: közvetlenül az instruktornak. Lezárt borítékban, a borítékra ráírva a név, a befizetés(ek) jogcíme és az összeg(ek).

Alapösszeg

- A dokumentumok pótlási díjának alapértéke és a havi díj félévente történő emelésének a mértéke megegyezik egymással.
- Ez az alapösszeg, a mértéke **300 Ft**.

Embléma garnitúra

- Három hónap eltelte után kötelező az emblémázott edzőruha viselése.
- Edzőruhát be lehet egyénileg szerezni, az embléma csomag a pénztárban kapható.
- Az embléma garnitúra (5 db) díja 2.300 Ft.

Dokumentumok pótlási díja

- Tagsági könyv pótlási díja megegyezik az alapösszeggel, a Bizonyítvány és a Budo Pass pótlási díja az alapösszeg ötszöröse.
- A dokumentumok megrongálódása, elvesztése esetén kell fizetni.
- Esedékes a pótlási igény jelzésekor.

Fizetési rend

Havi tagsági díj

- A TATAMI CENTRUM havi tagsági díja 8.100 Ft (az 50. félévünkben a kezdők is kapnak kedvezményt, csak **7.200 Ft** -ot fizetnek!).
- A fizetéskor a Tagsági Könyvnek ott kell lenni, a befizetés bejegyzésre kerül.
- Esedékes az adott hó első pénztári napján.
- Félévente az alapösszeggel emelkedik.
- Érvényes rá a családi és a hűség kedvezmény.
- Akik befizetnek a klub edzőtáborba, a júniusi tagsági díjnak csak a felét fizetik.

Regisztrációs díj

- A beiratkozáskor kell fizetni a Manócska csoport kivételével. **Most elengedjük!**
- Mértéke megegyezik a havi tagsági díjjal.
- Féléves befizetés esetén nem kell megfizetni.

Kedvezmények

- **Tagsági kedvezmény:** A tagok a díj fejében a klub összes csoportjának összes edzésén részt vehetnek (kivéve a Hírös dojo-t).
- **Féléves kedvezmény:** Akik egész félévre (azaz öt hónapra) fizetnek a havi díjból 25 % kedvezményt kapnak.
- **Szövetségi éves díj kedvezmény:** A szeptemberi beiratkozók a Magyar Ju Jitsu Szövetség azévi éves tagsági díjából 50% kedvezményben részesülnek.
- **Klub edzőtábor kedvezmény:** A klub tábor résztvevői a tábor hónapjának (június) tagsági díjából 50% kedvezményben részesülnek.
- **Családi kedvezmény:** Ha egy családból többen járnak, a második tagtól 50%-os kedvezményt kapnak, ha egyszerre fizetnek. Hatálya a tagdíjon kívül kiterjed a regisztrációs díjra, a klub edzőtábori díjra és a (próba)vizsgadíjra is.
- **Hűség kedvezmény:** Tagjaink a havi tagsági díjból, a (próba)vizsga- és klub edzőtábori díjból hűség kedvezményt és színes tagsági könyvet kapnak:
 - 24 havi tagsági díj után sárga könyv és 10% kedvezmény
 - 48 havi tagsági díj után zöld könyv és 20% kedvezmény
 - 72 havi tagsági díj után kék könyv és 30% kedvezmény
 - 96 havi tagsági díj után barna könyv és 40% kedvezmény
 - 120 havi tagsági díj után szürke könyv és 50% kedvezmény
- **Feladat kedvezmény:** Az egyes feladatok (pl. plakátolás) elvégzése esetén bizonyos hónapokra kedvezményes tagsági díj fizethető.
- **Maximális kedvezmény:** A kedvezmények összevonhatók, de az elért mérték az 50%-ot nem haladhatja meg.
- **A kedvezmények igénybevételének feltétele a fizetési rend betartása.** Különös tekintettel a határidőre, pénztárban, tagsági könyvvel történő teljesítésére.

Fizetési rend

Övvizsga és próbavizsga díja

- Az övvizsga díja megegyezik a havi tagsági díjjal.
- Próbavizsga díja a havi tagdíj negyede.
- Esedékes a (próba)vizsga napján.
- Az övvizsgára érvényes a családi és a hűség kedvezmény.

Magyar Ju Jitsu Szövetség éves tagsági díja

- A Magyar Ju Jitsu Szövetség éves tagsági díja **5.000 Ft**.
- Manócska csoport kivételével a beiratkozóknak a beiratkozáskor, folyamatos tagság esetén január utolsó pénztári napján esedékes.
- A szeptemberi beiratkozók az azévi szövetségi díjnak csak a felét (azaz 2.500 Ft-ot) fizetik.

Klub edzőtábori díj

- A Tatami Centrum **klub edzőtáborát** június utolsó hetében rendezzük meg.
- Díja a havi tagsági díj kétszerese.
- Érvényes rá a családi és a hűség kedvezmény.
- Esedékes a tábor első napján.
- A tábor résztvevői a júniusi havi tagsági díjnak csak a felét fizetik.

Szövetségi Nyári Tábor díj

- A Magyar Ju Jitsu Szövetség **Nyári Táborát** július második felében meg, időpontja és díja mindig a tábor kiírásában található.
- Esedékes az első fele április, a második fele június elején.

Példák a havi tagdíjra

Érvényes rá a családi és a hűség kedv., tehát fontos a tagsági könyvek színe és száma:

Fehér: 7.200 Ft	Két fehér: 6.000 Ft	Három fehér: 5.300 Ft.
Sárga: 6.700 Ft	Fehér és sárga: 5.600 Ft	Sárga és két fehér: 5.000 Ft.
Zöld: 6.200 Ft	Két sárga: 5.600 Ft	Zöld és két fehér: 4.750 Ft.
Kék: 5.670 Ft	Zöld és fehér: 5.100 Ft	Zöld, sárga, fehér: 4.750 Ft.
Barna: 4.860 Ft	Kék és fehér: 4.700 Ft	Kék és két fehér: 4.500 Ft.
Szürke: 4.050 Ft	Barna és fehér: 4.300 Ft	Barna és két fehér: 4.250 Ft.

Féléves befizetés esetén további 25% kedvezmény kapható (4.050 Ft alá nem mehet)

Vizsgarend

Ju jitsu övfokokozatok

A ju jitsu övfokokozatokat három csoportba lehet sorolni:

- **gyermek fokozatok** (11 db): fehér öv egy és kettő narancs csíkkal, narancssárga öv, egy és kettő lila csíkkal, lila öv, egy és kettő szürke csíkkal, szürke öv, egy és kettő fehér csíkkal
- **felőtt tanuló fokozatok** (6 db): fehér öv sárga csíkkal (6. kyu [ejtsd kiu]), sárga öv (5. kyu), zöld öv (4. kyu), kék öv (3. kyu), barna öv (2. kyu), barna öv fekete csíkkal (1. kyu)
- **mester fokozatok** (10 db): fekete öv (1. dan), fekete öv kettő-négy arany csíkkal (2., 3., 4. dan), piros fehér öv öt-hét fekete csíkkal (5., 6., 7. dan), piros öv nyolctíz fehér csíkkal (8., 9., 10. dan)

Azok a jitsukák, akik 12-13 éves kor alatt kezdik ismerkedésüket a ju jitsu-val, a gyermek fokozatú vizsgákat is leteszik. Ez azonban nem befolyásolja hátrányosan előmenetelüket, hiszen sűrűbben vizsgáznak, ezért ugyanolyan életkorban jutnak el a magasabb fokozatokhoz, mint azok az idősebb társaik, akik azonnal a felőtt tanuló fokozatokra vizsgáznak.

Övvizsga

Vizsgázni a gyermek, tanuló és a négy fekete öv fokozatokra lehet.

- A gyermek fokozatokra és a tanuló fokozatok első felére klub övvizsga keretein belül lehet vizsgázni. A klub övvizsgán a Tatami Centrum Harcművészeti Központ mesterei vizsgáztatnak. Klub övvizsgákat évente kétszer, minden január és minden június utolsó szombatján tartunk (lásd az Időrendet). A klub övvizsgán a narancs, lila, szürke, sárga és zöld övre sikeresen vizsgázó tanítványoknak fel is kötjük az új övüket.
- A felőtt tanuló fokozatok második felére országos vizsganapon lehet vizsgázni. Az országos vizsganapot a Magyar Ju Jitsu Szövetség vezetősége írja ki évente két vagy három alkalommal. Mi rendszeresen a júliusi (első vagy második szombat) országos vizsganapon vizsgázunk kék és barna övfokokozatokra. Országos vizsganapon a Magyar Ju Jitsu Szövetség vizsgáztatói jogosítvánnyal rendelkező mesterei vizsgáztatnak.
- Mester fokozatokra (1.-3. dan) csak a nemzetközi edzőtáborban lehet vizsgázni (minden évben július vége, augusztus eleje), ahol a külföldi vezető mesterekkel kiegészített magyar dankollégium vizsgáztat soke Kelemen István elnökletével.

Bizonyítvány

Minden felőtt jitsukának van bizonyítványa, amelyben nyilvántartjuk az elért eredményeit, az előírt feltételeknek való megfelelést. Tartalmazza magát a feltételt, a dátumot, az elért eredményt és az igazoló aláírását. A próbavizsga és a vizsga időpontja előtt ellenőrizzük, hogy az előírt feltételek teljesülnek-e.

