



# KLUBOVÉ PRAVIDLÁ

Etický kódex a prevádzkový poriadok, ktoré sú súhrnne označené ako klubové pravidlá, sú záväzné pre všetky osoby ustanovené do organizačnej štruktúry TITAN GYM, trénerov a všetkých členov klubu vrátane zákonných zástupcov nepĺnoletých členov.

*Tento dokument bol vytvorený v spolupráci s právnickou kanceláriou pre účely združenia TITAN GYM a je jeho duševným vlastníctvom. Použitie a kopírovanie tohto materiálu ako celku alebo jeho jednotlivých častí je možné len so súhlasom autora, resp. držiteľa duševného vlastníctva a v súlade s platnou legislatívnu úpravou. Porušenie je trestné a páchatel' sa vystavuje hrozbe právneho postihu.*

---

## ETICKÝ KÓDEX

Definuje základné hodnoty, ktoré vyznáva. Ich dodržiavanie buduje obraz, ktorým sa klub chce prezentovať v očiach športovej i laickej verejnosti.

**a) férovosť**

Rešpektujeme princíp fair-play, a to nielen na športovisku, ale aj mimo neho.

**b) rešpekt a slušnosť**

Naše správanie a prístup ku všetkým je na vysokej úrovni. V komunikácii, či už osobnej, telefonickej, mailovej alebo na sociálnych sieťach vystupujeme vždy slušne.

**c) dodržiavanie ľudských práv**

Dodržiavame ľudské práva v rámci všetkých aktivít klubu i mimo neho. Rešpektujeme ľudskú dôstojnosť a odmietame akúkoľvek diskrimináciu založenú na farbe pleti, pôvode, rasovej príslušnosti, zdravotného stavu, sexuálnej orientácii, jazyku, kultúre, náboženského vyznania, politických alebo svetonázorových otázkach, majetku, či sociálnom statuse.

**d) inklúzia**

Spájame ľudí bez výnimky, podporujeme toleranciu, mier a sociálny zmier prostredníctvom športu. Odstraňujeme neopodstatnené bariéry v presvedčení alebo postojoch, predsudky a iné prekážky, ktoré ľuďom bránia podieľať sa na športovej činnosti.

**e) spolupráca**

Podporujeme sa navzájom a poskytujeme súčinnosť pri plnení spoločných cieľov. Vždy s najlepším vedomím a svedomím pomáhame udržiavať súdržnosť medzi členmi klubu s jeho vedením.

**f) integrita**

Vo všetkom, čo robíme, podporujeme čestnosť, poctivosť, dôveryhodnosť a konanie založené na etických a morálnych základoch i zákonných štandardoch. Odmietame akékoľvek podvodné konanie, korupciu, ovplyvňovanie výsledkov súťaží, doping či iné negatívne javy v športe.

**g) rozvaha a zodpovednosť**

Ovládanie bojových umení a športov prinášajú zručnosti, ktoré môžu byť nebezpečné. Preto je použitie akýchkoľvek útočných techník v civilnom živote nad rámec nutnej sebaobrany, nutnej obrany a krajnej núdze zakázané.

**i) osвета**

Vlastným príkladom a edukatívnym pôsobením sa snažíme búrať mýty, že bojové športy sú výsadou agresívnych a neprispôsobivých indivíduí. Svojich zverencov vedieme

---

---

k tomu, že násilie do slušnej spoločnosti nepatrí. Ak sa ocitnú v konfliktnej situácii, budú sa vedieť účinnejšie brániť. Radíme im však, aby sa takýmto momentom vyhýbali.

## PREVÁDZKOVÝ PORIADOK

Záleží nám, aby sa každý člen cítil v klube dobre, preto dôležité dodržiavať nasledovné interné pravidlá:

### Správanie v priestoroch klubu

- v priestoroch klubu zachovávajúce poriadok a v maximalnej miere dbajte na čistotu
- po príchode do priestorov športového klubu sa vyzujte a obuv odložte na miesta na to určené
- na začiatok tréningu čakajte v šatniach, na chodbách alebo v chill zóne pod schodmi
- chill zóna slúži všetkým na oddych a/alebo občerstvenie
- v šatniach, sprchách a sociálnych zariadeniach dodržiavajte nevyhnutné hygienické pravidlá
- zo sprch vychádzajte dosucha utretí, aby na mokrej dlážke neprišlo k pošmyknutiu a úrazu

### Správanie počas tréningového procesu

- rešpektujte a dodržiavajte všetky pokyny trénera pred, počas aj po tréningu
  - voči spolutrénujúcim sa správajte s rešpektom a úctou
  - rodičia alebo zákonní zástupcovia, počas tréningu sa nezdržiavajte v hlavnej tréningovej miestnosti, ale na svoje dieťa počkajte v chill zóne, resp. mimo priestorov klubu
  - dbajte na to, aby ste svojim konaním nepoškodili tréningové náčinie alebo priestory klubu
  - všetky tréningové pomôcky po ich použití uložte späť na miesto, odkiaľ ste ich vzali
  - dodržiavajte základy hygieny a tréningového procesu sa zúčastňujte v čistom a nezapáchajúcom oblečení. Týka sa to aj vybavenia ako sú boxerské rukavice, bandáže, holenné chrániče, atď.
  - na každú tréningovú jednotku prídte včas, aby neskorý príchod nenarušoval tréningový proces
  - rozhovormi, nesústredenosťou a nepozornosťou nerušte priebeh tréningu
  - na tréning nebude pripustený človek pod vplyvom alkoholu a/alebo omamných a psychotropných látok
  - tréningového procesu sa môže zúčastniť len zdravý jedinec, bez nádchy, zvýšenej telesnej teploty a/alebo zjavných príznakov akýchkoľvek nákazlivých ochorení
  - tašky s tréningovou výbavou si odkladajte na parapety a nie na podlahu
-

---

### Povinná výbava a oblečenie na tréningoch

- na prvé tréningy je potrebné si priniesť krátke športové nohavice prípadne legíny (ženy), tričko alebo tielko, uterák a fľašu na vodu
- do tréningového priestoru sa vstupuje naboso, bez ponožiek. V prípade potreby je možné mať na členkoch fixačné bandáže. Na tréningoch klasického boxu je povolené použitie špeciálnej boxerskej obuvi
- počas tréningu je potrebné zložiť si z tela všetky šperky a ozdoby
- počas prvého mesiaca trénovania si podľa usmernení trénera zabezpečte (alebo svojmu dieťaťu) boxerské rukavice resp. MMA rukavice, bandáže a chránič na zuby. Toto platí pre box, thajský box a MMA. Na BJJ sa vyžaduje rashguard.
- počas druhého mesiaca si podľa usmernení trénera zabezpečte (alebo svojmu dieťaťu) thajské, boxerské či MMA šortky. Ženy môžu mať pod nimi oblečené legíny. Na tréningy taekwonda je potrebná kompletná výbava chráničov rúk a nôh, ktorá spĺňa pravidlá Taekwondo WT (chrániče rúk, predlaktí, prehliavkov, holení a dobok).
- počas tretieho mesiaca si podľa usmernení trénera zabezpečte (alebo svojmu dieťaťu) holenné chrániče (thajský box a MMA), pre mužov/chlapcov aj suspensor (thajský box a MMA)
- všetky tréningové pomôcky je potrebné mať nepoškodené natoľko, aby neohrozovali spolucvičiacich alebo neznečisťovali priestory klubu
- po tréningoch si odnášajte svoje vybavenie domov a nenechávajte ho v šatniach

### Povinné oblečenie pre súťažiacich

- súťažiaci členovia sú povinní zúčastňovať sa súťaží v klubovom oblečení

### Tréningy so sparring partnerom

- na sparringoch nemá miesto nenávisť, ale športový duch a rešpekt
  - dbajte na to, aby ste úmyselne ani z nedbanlivosti nespôsobili zranenie svojmu tréningovému partnerovi
  - trénujte len s adekvátnou výbavou, ktorá zabezpečuje maximálnu ochranu vám aj oponentovi:
    - a) chránič zubov (povinný pre všetky športy, okrem detí)
    - b) rukavice príslušných veľkostí a typov podľa jednotlivých športov (okrem BJJ)
      - box a thajský box - muži do 85 kg: min. 14 oz.
      - box a thajský box - muži nad 85 kg: min. 16 oz.
      - box a thajský box - ženy: 12 oz.
      - box a thajský box - deti: podľa veku, výšky a hmotnosti (odporúči tréner)
      - MMA - sparringové rukavice s hrubou výplňou
    - c) holenné chrániče (thajský box, MMA)
    - d) suspensor (povinný pre thajský box a MMA),
  - vysoko odporúčané sú:
    - a) prilba (box, thajský box, MMA a taekwondo)
-

---

b) chrániče kolien a lakt'ov (thajský box, MMA)

- nechty na rukách aj nohách majte vždy čisté a ostrihané, aby ste nespôsobili poranenie sebe alebo oponentovi

#### Porušenie pravidiel

- neúmyselné, resp. nedbanlivostné porušenie pravidiel miernej závažnosti budú riešené pohovorom alebo vykázaním z tréningu
- opakované, úmyselné alebo závažné porušenie pravidiel, poškodenie priestorov či tréningového vybavenia klubu alebo tretích strán, resp. ohrozenie zdravia iných osôb môžu mať za následok zrušenie členstva na 12 mesiacov bez náhrady
- porušenia pravidiel, ktoré sú priestupkom či dokonca trestným činom, budú riešené v súčinnosti s príslušnými orgánmi a doživotným zrušením členstva bez náhrady
- ak klub alebo tretie osoby utrpia porušením pravidiel hmotné či nehmotné škody, budú ich náhradu od vinníka vymáhať právnou cestou

#### Cennosti

- cennosti, finančná hotovosť, šperky alebo predmety vyššej hodnoty nenechávajte bez dozoru v šatniach, ale si ich zoberte do tréningovej miestnosti, ktorá je monitorovaná kamerovým systémom
- v prípade odcudzenia cenností z priestorov šatní klub nenesie zodpovednosť za ich krádež
- v prípade odcudzenia cenností z priestorov tréningovej miestnosti klub nenesie zodpovednosť za ich krádež, ale poskytne súčinnosť pri objasnení takýchto skutkov sprístupnením kamerových záznamov poškodenému, prípadne vyšetrovacím orgánom

#### Zabudnuté predmety

- ak nájdete v priestoroch gymu akýkoľvek predmet, ktorý nepatrí k výbave klubu a nehlási sa k nemu žiadny z vašich spolucvičencov, odovzdajte ho, prosím, svojmu trénerovi
- zabudnuté predmety sa odkladajú do nádoby na to určenej (straty a nálezy). Ak si ich priebežne nevyzdvihnete, budú na konci každého kalendárneho mesiaca zlikvidované

#### Bezpečnosť a vylúčenie zodpovednosti

- akákoľvek športová a pohybová činnosť v je vykonávaná vždy v celom rozsahu na vlastné riziko a vlastnú zodpovednosť osôb, ktoré ju vykonávajú. Akákoľvek športová a pohybová činnosť je vždy spojená s rizikom poškodenia zdravia čo platí najmä o kontaktných bojových športoch. Riziko poškodenia zdravia osoba používajúca priestory klubu preberá na seba.
  - svojím vstupom do priestorov klubu osoba deklaruje, že je spôsobilá na športovú
-

---

a pohybovú činnosť aká je vykonávaná v priestoroch klubu. TITAN GYM odporúča pred prvým vstupom do priestorov klubu a pred prvou účasťou na športovej aktivite osvojiť si základy bezpečného a zdraviu prospešného vykonania športovej a pohybovej aktivity v priestoroch klubu.

- V prípade používania športových zariadení umiestnených v priestoroch klubu je osoba povinná oboznámiť sa s bezpečným spôsobom ich používania tak, ako je uvedený na zariadení. V prípade nejasností je osoba povinná požiadať o vysvetlenie spôsobu použitia športového zariadenia odborne spôsobilú osobu, prípadne výrobcu zariadenia alebo zariadenie nepoužiť.
- TITAN GYM zdôrazňuje, že neodborným používaním športového zariadenia alebo pri nedostatočnom ovládaní techniky vykonávanej športovej aktivity, hrozí vážne zranenie alebo poškodenie zdravia.
- TITAN GYM nie je zodpovedný za žiadne škody na zdraví a majetku osôb, ktoré sa rozhodnú využívať priestory klubu alebo ktoré sa rozhodnú zúčastniť na vykonávanej športovej aktivite.
- V prípade úrazu je osoba povinná kontaktovať záchrannú zdravotnú službu cez tiesňovú linku 112 ak to povaha úrazu vyžaduje, alebo použiť lekárničku umiestnenú v priestoroch klubu.

#### Zodpovednosť za nepľnoleté osoby

- TITAN GYM nezodpovedá za nepľnoletých členov mimo tréningových časov jeho tréningovej skupiny, do ktorej je registrovaný.

#### Zodpovednosť za škody spôsobené nedodržaním Klubových pravidiel zo strany tretích osôb

- TITAN GYM nie je zodpovedný za škody spôsobené na majetku a zdraví osôb vykonávajúcich športovú aktivitu v priestoroch klubu, ak sa preukáže, že ku škode došlo zavinením porušením príslušných zákonných ustanovení a ustanovení týchto Klubových pravidiel za strany osôb, vykonávajúcich športovú aktivitu v priestoroch klubu.

-----

TITAN GYM si vyhradzuje právo na zmenu týchto klubových pravidiel, pričom nové klubové pravidlá sa stanú účinnými ich zverejnením na webovej stránke [www.titangym.sk](http://www.titangym.sk) a zároveň budú zaslané emailom členom.

-----