



RÈGLEMENT
INTÉRIEUR
DE L'ASSOCIATION SPORTIVE
NADOZ JIU JITSU ARZ
BOURG DES COMPTES
SAISON 2026 - 2027



TABLE DES MATIÈRES

Titre I : Membres	3
Article 1 – Composition	3
Article 2 – Cotisation	3
Article 3 – Admission de membres nouveaux	3
Article 4 – Licence et passeport sportif	4
Article 5 – Certificat médical	4
Article 6 – Responsabilité des parents	4
Article 7 – Exclusion	4
Article 8 – Démission	5
Titre II – Fonctionnement de l'association	6
Article 9 – Le bureau	6
Article 10 – Assemblée générale ordinaire	6
Article 11 – Assemblée générale extraordinaire	7
Titre III - Dispositions diverses	8
Article 12 – Comportement général	8
Article 13 – Tenue et hygiène	8
Article 14 – Règles à appliquer pour les cours 'sports de combat'	9
Article 15 – Sécurité	10
Article 16 – L'équipe de compétition	11
Article 17 - Indemnités de remboursement	11
Article 18 – établissement du règlement intérieur	12
Titre IV - S'Adap'T : activité physique d'entretien pour seniors	12
Article 19 - Nature de l'activité	12
Article 20 - Fonctionnement du cours	12
Article 21 - Cadre de l'activité et distinction avec l'APA	13
Article 22 - Responsabilité du participant	13
Article 23 - Acceptation du cadre	13
Titre IV - Communication	14

Titre I : Membres

Article 1 – Composition

L'association NBCCA BDC est composée des membres suivants :

- Membres adhérents : sont membres adhérents de l'association les personnes qui participent aux activités de l'association et qui acquittent la cotisation annuelle.
- Membres d'honneur : sont membres d'honneur ceux qui ont œuvré à la création de cette association ou qui participe à son rayonnement et son développement. Ils sont exemptés de cotisation annuelle.

Article 2 – Cotisation

Les membres d'honneur ne paient pas de cotisation (sauf s'ils en décident autrement de leur propre volonté).

Les bénévoles assurant les cours ne paient pas de cotisation (sauf s'ils en décident autrement de leur propre volonté).

Les membres adhérents doivent s'acquitter d'une cotisation annuelle couvrant la saison sportive.

Le montant de celle-ci est fixé par le bureau après vote lors de l'assemblée générale ordinaire.

Le versement de la cotisation doit être établi par chèque à l'ordre de l'association ou par virement.

Toute cotisation versée à l'association est définitivement acquise. Aucun remboursement de cotisation ne peut être exigé en cas de démission, d'exclusion, ou de décès d'un membre en cours d'année.

Seul les cas suivants peuvent être étudiés par le bureau en vue d'un remboursement :

- Grossesse ;
- Maladie grave.

La demande doit émaner du pratiquant et doit être justifiée par un certificat médical. En tout état de cause, le remboursement sera calculé en fonction du temps de saison restant.

Article 3 – Admission de membres nouveaux

L'association NBCCA BDC peut à tout moment accueillir de nouveaux membres.

Pour être acceptés, ils devront s'acquitter des démarches administratives et verser la cotisation annuelle. Il n'y a pas de cotisation au prorata du reste de la saison sportive. (Simplification administrative et comptable).

L'adhésion ne peut être considérée comme valide qu'après remise du dossier d'inscription complet. Tout dossier incomplet sera refusé (hors certificat médical ayant un délai de 15 jours pour être remis en version papier) et par conséquent l'accès du pratiquant aux cours sera refusé.

Article 4 – Licence et passeport sportif

L'association étant affilié à la Confédération Française de jiu-jitsu Brésilien (CFJJB), tout membre de l'association pratiquant le JJB/grappling sera titulaire d'une licence.

Les pratiquants de fitness seront assurés par l'assurance dédiée de l'association [AXA].

Article 5 – Certificat médical

Le certificat attestant l'aptitude à la pratique du JJB, du grappling, séance mixte, yogalate, S'Adapt' ou PunchXtrême est **obligatoire** pour la première inscription à l'association.

Les deux saisons suivantes, le questionnaire de santé suffit. Le certificat médical doit être renouvelé chaque année pour les adhérents souhaitant faire de la compétition. Si l'association n'est pas en possession de ce document, l'accès aux cours sera refusé au pratiquant.

L'utilisation du modèle de l'association, téléchargeable sur le site est obligatoire. Seuls les certificats portant les mentions exactes des disciplines, le cas échéant, pourront exceptionnellement être acceptés.

Le délai autorisé pour la remise du certificat médical pour l'accès aux séances **est fixé à 15 jours maximum après la remise du dossier d'inscription**. Au-delà, l'accès aux séances ne sera pas autorisé.

Article 6 – Responsabilité des parents

Les parents sont responsables de leurs enfants :

- jusqu'à l'arrivée des coachs encadrant la séance;
- dans les couloirs pour le dojo/salle (prise en charge par l'association uniquement dans le dojo);
- après la fin de la séance d'entraînement.

Pour le cours JJB enfant (mercredi après-midi) l'accès aux vestiaires est INTERDIT aux parents.

Pour les mineurs, le dossier d'inscription sera rempli et signé par un représentant légal, qui tient lieu d'autorisation parentale.

Les autorisations de sortie doivent impérativement être renseignées lors de l'inscription. En cas de souhait de modification, cette dernière doit obligatoirement faire l'objet d'un courriel à l'association pour indiquer la modification.

Article 7 – Exclusion

Selon la procédure définie à l'article 6 des statuts de l'association NBJJA BDC, seuls les cas de défaut de paiement de la cotisation annuelle ou pour tout autre motif grave peuvent déclencher une procédure d'exclusion. Ces dernières sont développées à l'article 9 du présent règlement intérieur.

Celle-ci doit être prononcée par le bureau à l'unanimité des membres présents ou représentés, seulement après avoir entendu les explications du membre contre lequel une procédure d'exclusion est engagée. La personne contre laquelle une procédure d'exclusion est engagée peut se faire assister par un membre de l'association de son choix.

Une fois l'exclusion prononcée, il ne peut y avoir d'appel du prononcé.



Article 8 – Démission

Conformément à l'article 8 des statuts, le membre démissionnaire devra adresser sous lettre recommandée avec AR sa démission au Président de l'association.

Le membre démissionnaire ne peut prétendre à une restitution de cotisation.

Titre II – Fonctionnement de l'association

Article 9 – Le bureau

L'association est dotée d'un Président, un vice-Président/trésorier et d'un Secrétaire, qui composent les membres du bureau.

Les membres du bureau sont élus pour une durée de 5 ans et sont immédiatement rééligibles, sans limite de mandat.

Le bureau assure la gestion courante de l'association. Il se réunit aussi souvent que l'intérêt de l'association l'exige sur convocation du Président.

Le Président représente seul l'association dans tous les actes de la vie civile et est investi de tous pouvoirs à cet effet. Le vice-Président possède les mêmes prérogatives afin de maintenir la continuité de gestion de l'association.

Le Président peut déléguer partiellement ses pouvoirs, sous sa responsabilité, à un ou plusieurs mandataires de son choix, membres ou non du bureau.

Les membres du Bureau assurent la gestion courante de l'association. Il se réunit aussi souvent que l'intérêt de l'association le demande.

1. Le Président représente l'association dans tous les actes de la vie civile et est investi de tous les pouvoirs à cet effet. Il a qualité pour ester en justice au nom de l'association. En cas d'absence, de maladie ou de toute autre cause d'empêchement, il est remplacé par le vice-président. Il établit et présente le rapport moral aux Assemblées qu'il préside.
2. Le Secrétaire est chargé de la vie administrative de l'association, de la correspondance et de l'archivage des documents. Il assure la mise en forme des rapports de réunions.
3. Le Trésorier établit ou fait établir, sous sa responsabilité, les comptes de l'association. Il est chargé de l'appel des cotisations et procède au paiement et à la réception de toutes sommes. Il se charge de faire tenir la comptabilité de l'association et la gestion du patrimoine de celle-ci. Il établit le rapport financier présenté à l'assemblée générale.

Article 10 – Assemblée générale ordinaire

Conformément à l'article 11 des statuts de l'association, l'assemblée générale ordinaire se réunit au moins une fois par an sur convocation du Président.

Seuls les membres à jour de leur cotisation à la date de la convocation de l'AG sont autorisés à participer. Les mineurs inscrits à l'association, sont représentés par un des deux représentant légal.

La convocation est effectuée par email contenant l'ordre du jour arrêté par le Président et adressée à chaque membre de l'association 15 jours à l'avance.

Le vote des résolutions s'effectue à la main levée ou par vote électronique.

L'Assemblée Générale ordinaire l'assemblée délibère valablement quel que soit le nombre de membres présents ou représentés.



Les délibérations de l'Assemblée Générale ordinaire sont prises à la majorité des voix des membres présents ou représentés.

Article 11 – Assemblée générale extraordinaire

Conformément à l'article 12 des statuts de l'association, une Assemblée Générale Extraordinaire peut être convoquée en cas de modification essentielle des statuts, dissolution de l'association, fusion avec une association ayant le même objet, dévolution de ses biens.

Elle a compétence pour délibérer d'une façon générale sur toute décision de nature à mettre en cause l'existence de l'association ou de porter atteinte à son but.

Elle délibère dans les mêmes conditions que pour l'assemblée ordinaire.

Titre III - Dispositions diverses

Article 12 – Comportement général

Chaque membre doit respecter les règles élémentaires de savoir-vivre et de savoir-être en collectivité. Le respect des personnes et du matériel est exigé de la part de tous les pratiquants.

L'adhésion à l'Association suppose le respect de ses règles. Toute personne dont le comportement ou les propos seraient non conformes avec l'éthique de l'Association se verra immédiatement exclue.

Cette exclusion sera prononcée par le Bureau, signifiée par lettre recommandée AR stipulant les motifs de la radiation et ne donnera droit à aucune indemnisation.

Sont considérés comme motifs d'exclusion toute rixe, injure, insulte, comportement agressif, incivilité et a fortiori tout acte pénalement sanctionnable. Il en est de même de tout comportement raciste, de prosélytisme, xénophobe, sexiste et/ou discriminant au sens des dispositions du Code du travail et du Code pénal.

Différents motifs, parmi lesquels :

- Infraction aux statuts et règlement intérieur de l'Association ;
- Toute action de nature à porter préjudice, directement ou indirectement, aux activités de l'Association ou à sa réputation, à ses intérêts moraux et matériels ;
- Détérioration du matériel ;
- Comportement inconvenant ou dangereux ;
- Propos désobligeants, injurieux ou diffamatoires envers les autres membres ou les entraîneurs, sur Internet ou lors des activités de l'Association ;
- Le non-respect des règles de sécurité lors des activités ;
- Une pratique sportive agressive, où la force prime sur la technique,

entraîneront la radiation immédiate.

Si un adhérent blesse un autre adhérent, la situation sera examinée par le bureau pour connaître les éléments de la blessure. Si les faits amènent à conclure que la blessure est concourante au non-respect des consignes du professeur ou des items de l'article 14 pour les sports de combat, l'association exclura sans préavis l'adhérent responsable.

Les membres du Bureau sont chargés de l'application de ces règles.

Il est formellement interdit de fumer dans les locaux où sont pratiquées les activités sportives de l'Association.

Article 13 – Tenue et hygiène

Les règles légales d'hygiène et sécurité doivent être respectées. Les tenues doivent être propres et adaptés au style de pratique.

Il est obligatoire d'enlever les bijoux lors de la pratique sportive.

La pratique sportive de Jiu-Jitsu brésilien ou de fitness impose un minimum de matériel. A charge à l'adhérent de se munir de ce matériel. L'association n'a pas vocation à prêter du matériel individuel cependant le matériel pédagogique est mis à disposition de tous.

Si le matériel spécifique est nécessaire à l'objectif pédagogique du cours, les entraîneurs **ont le droit** de ne pas accepter l'adhérent pour le cours si ce dernier n'est pas équipé.

Article 14 – Règles à appliquer pour les cours 'sports de combat'

14 – 1 : Hygiène

- Les ongles des pieds et des mains devront toujours être soigneusement coupés, les cheveux longs doivent être attachés.
- La tenue de combat devra toujours être propre avant chaque séance.
- L'ensemble des pratiquants doit porter un tee-shirt ou lycra couvrant intégralement leur poitrine (homme et femme).
- Tous les bijoux (montres, bagues, chaînes, bracelets, boucles d'oreilles, piercings ...) sont interdits pendant la pratique.
- En dehors des tapis, le pratiquant doit être chaussé.

14-2 : L'attitude à adopter

- [JJB] NBJJA BDC est une association créée par des bénévoles motivés, souhaitant partager leur connaissance mais aussi leurs valeurs. L'une d'elle, fondatrice de l'association est le partage. Ainsi la mise en place et le rangement des tapis pour les sports de combat est l'affaire de tous. Par conséquent, l'adhérent, se doit d'arriver en avance pour mettre en place les tapis et rester après le cours pour les ranger. Si en cours d'année, le président constate un trop grand nombre d'absent à la mise en place des tapis, l'ouverture de la salle se fera à l'heure du début du cours et la mise en place sera prise sur le temps de pratique.
- [JJB] [FITNESS] La politesse étant une valeur fondamentale, on doit saluer chaque membre présent à son arrivée.
- [JJB] [FITNESS] L'activité se déroulant selon un principe laïque, la mixité est de mise, sans exception aucune.
- [JJB] [FITNESS] La coopération étant une valeur fondamentale, tout le monde se doit de pratiquer avec tout le monde, sans exception aucune.
- [JJB] [FITNESS] Le professeur étant là pour assurer le juste déroulement des séances en tout sécurité, il est obligatoire de suivre les consignes données par celui-ci.



- [JJB] En cas de retard, le pratiquant devra attendre l'autorisation du professeur avant de rejoindre ses partenaires sur l'aire de travail.
- [JJB] Les compétiteurs et adultes de l'association ont une obligation d'exemplarité pour les jeunes qui les prennent pour modèles : aucune dérive ne sera acceptée de quelque sorte qu'elle soit par le professeur.
- [JJB] Le travail « en force » est interdit. La technique prime.
- [JJB] Le professeur suit une progression pédagogique adaptée à chacun. L'apprenant doit se conforter aux choix retenus par l'équipe pédagogique et ne pas transformer le cours en open mat.
- [JJB] Il est interdit de commencer à s'entraîner avant le salut de début de cours.
- [JJB] Il est interdit de continuer à s'entraîner/combattre après le salut de fin de cours.
- [JJB] L'adhérent a obligation de saluer le tatami en entrant et sortant des tatamis par respect pour les gradés.
- [JJB] [FITNESS] L'adhérent doit être silencieux pendant le cours particulièrement lors des explications.
- [JJB] L'adhérent doit aller accueillir les débutants et aller les inviter pour travailler avec eux pour leur permettre de progresser.
- [JJB] L'adhérent a obligation de respecter les consignes (thème du combat, répétition de la technique démontrée, ...). Les cours dirigés ne sont pas à la carte contrairement aux OPEN MAT, où chacun travaille techniquement ce qu'il veut.
- [JJB] Le protège dents est autorisé pour les sports de combat (les coquilles sont interdites pour le JJB et le grappling).
- [JJB] Lors des combats/randoris, l'adhérent a obligation de garder comme priorité la sécurité du partenaire quel que soit son niveau (les débutants doivent aussi faire attention à ne pas blesser les pratiquants confirmés). La force est proscrite pour laisser place à la technique. L'objectif n'est pas de gagner mais de mettre en place sa technicité et sa stratégie.
- [JJB] Lors de randori, les gradés invitent les débutants et pas le contraire, ceci dans le cadre du respect dans le monde des sports de combat. Dans le cadre de la progression pédagogique, le professeur peut imposer des binômes.

Le non-respect de ces consignes peut entraîner une exclusion temporaire du cours, voire de l'association.

Article 15 – Sécurité

- Les cours ne sont pas autorisés aux spectateurs afin de ne pas perturber les pratiquants.
- L'accès aux tatamis/salles est interdit aux non pratiquants.
- Il est recommandé de ne pas laisser les enfants se déplacer seuls jusqu'au dojo/salle.
- Les parents doivent s'assurer de la présence du coach avant le début du cours.
- Il est interdit de consommer chewing-gums, bonbons et autres denrées sur les tatamis/dans les salles.
- Il est recommandé de ne pas laisser d'affaires personnelles de valeur dans les vestiaires. L'association décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol.



Article 16 – L'équipe de compétition

L'association NBJJA BDC possède une équipe pour la pratique en compétition qui est ouverte à toutes et tous, débutants ou non, enfants et adultes. Le processus succinct pour rejoindre cette équipe est décrit ci-après.

L'adhérent souhaitant faire de la compétition doit se manifester à l'un des coachs de l'association. **Pour rappel, l'accès à l'équipe de compétiteur n'est pas un droit lié à l'adhésion à l'association.**

Les coachs examinent la candidature afin de donner un avis favorable ou non à la demande. Cette dernière n'est pas basée uniquement sur les qualités sportives mais aussi sur les qualités d'engagement personnel, d'état d'esprit ...

Après un avis favorable, le candidat doit fournir un certificat médical apte à la compétition, et accepter et signer la charte des compétiteurs.

Une fois les documents reçus et validés complets, l'adhérent devient officiellement un membre de l'équipe et de facto un(e) ambassadeur(trice) de l'association, **avec des droits et des devoirs.**

Le fait d'être membre de l'équipe de compétiteur impose de ne pas représenter une autre équipe/ team en compétition. Cependant, des partenariats au sein de l'association existe et au cas par cas, le compétiteur pourra avoir l'autorisation de combattre sous une autre bannière après accord du bureau

Les licences complémentaires seront prises en charge par l'association au besoin. Dans la mesure du possible l'association prendra à son compte les frais des compétitions. Le cas échéant, l'adhérent candidat accepte le fait de devoir participer partiellement ou totalement aux frais.

En cas de manquement à la charte, le compétiteur est immédiatement exclu de la Breizh Team et de l'association.

Pour mémoire, le fait d'être membre de l'équipe court sur une saison. Chaque compétiteur en début de nouvelle saison doit suivre le processus décrit ci-dessus. Le fait d'avoir été compétiteur ne garantit pas de l'être la saison suivante.

Le bureau peut proposer à des adhérents de rejoindre l'équipe, si elle juge que l'adhérent possède de belle qualité humaine et est en adéquation avec les valeurs de l'équipe.

Article 17 - Indemnités de remboursement

Seuls les membres élus du bureau et les enseignants, peuvent prétendre au remboursement des frais engagés dans le cadre de leurs fonctions et sur justifications. Cela comprend le matériel pédagogique, les stages de perfectionnement au profit de l'association, le passage de grade et de diplôme d'enseignant uniquement.

Aucun salaire ou dédommagement ne sera accordé pour la dispense de cours au sein de l'association.

Article 18 – établissement du règlement intérieur

Le présent règlement a été établi par le Bureau. En cas de nécessité, il pourra être modifié par le Bureau, mais les nouvelles réglementations ne prendront effet qu'à partir du 1er septembre suivant.

Ce règlement intérieur est disponible en ligne sur le site de l'association.

Titre IV - S'Adap'T : activité physique d'entretien pour seniors

Article 19 - Nature de l'activité

S'Adap'T est une activité physique collective d'entretien, principalement destinée aux seniors.

L'objectif du cours est de favoriser l'entretien des capacités physiques générales, la mobilité, la souplesse, l'équilibre, la coordination, le renforcement musculaire et le maintien d'une activité physique régulière.

Le cours est conçu pour être accessible à des participants d'âges et de niveaux physiques différents.

Article 20 - Fonctionnement du cours

Les exercices sont proposés collectivement à l'ensemble des participants.

Afin de permettre à chacun de pratiquer à son niveau, l'intensité de l'exercice peut être modulée individuellement, notamment par :

- le choix de la résistance des élastiques ou du petit matériel ;
- le nombre de répétitions ;
- la vitesse d'exécution ;
- l'amplitude du mouvement ;
- le temps d'effort ou de récupération ;
- la réalisation d'un exercice debout ou assis ;
- l'utilisation d'une variante plus simple ou plus difficile du même exercice.

Chaque participant est invité à respecter ses propres capacités et à adapter son effort en fonction de ses sensations.

L'encadrant peut également proposer des variantes générales d'un exercice afin de permettre à un participant de participer au cours dans de bonnes conditions.

Ces adaptations relèvent de la pédagogie et de la gestion de l'intensité d'une activité physique collective d'entretien. Elles ne constituent pas, en elles-mêmes, une prescription ou une prise en charge individualisée.

Article 21 - Cadre de l'activité et distinction avec l'APA

S'Adap'T est une activité physique collective d'entretien et de loisir.

S'Adap'T n'est pas présenté par l'association comme une activité physique adaptée (APA) au sens de la réglementation relative à l'activité physique adaptée, ni comme une activité de rééducation, de soins ou de prise en charge thérapeutique.

L'association ne réalise pas, dans le cadre de S'Adap'T, de bilan individualisé destiné à déterminer les exercices en fonction d'une pathologie, ni de programme thérapeutique individuel ayant pour objectif de traiter ou de compenser une pathologie.

Une personne présentant une pathologie ou une limitation fonctionnelle peut informer l'encadrant de sa situation afin que celui-ci puisse apprécier, dans le cadre du fonctionnement collectif du cours, si les exercices proposés peuvent être réalisés dans des conditions raisonnables de sécurité.

L'encadrant peut, lorsque cela reste compatible avec le fonctionnement général du cours, proposer une variante ou une réduction d'intensité permettant au participant de réaliser l'exercice.

Cette possibilité ne vaut pas validation médicale de la pratique et ne constitue pas une prise en charge en APA.

Article 22 - Responsabilité du participant

Chaque adhérent doit s'assurer que son état de santé lui permet de participer à l'activité proposée et doit signaler à l'encadrant toute contre-indication, restriction ou difficulté connue susceptible d'avoir une incidence sur sa pratique.

En cas de doute concernant son aptitude à pratiquer, notamment en présence d'une pathologie ou d'une limitation importante, il appartient au participant de solliciter l'avis du professionnel de santé compétent avant ou pendant sa participation à l'activité.

Pendant la séance, tout participant doit respecter ses capacités et interrompre un exercice en cas de douleur, malaise ou difficulté inhabituelle et en informer l'encadrant.

Article 23 - Acceptation du cadre

L'inscription à S'Adap'T implique que l'adhérent reconnaît avoir pris connaissance du présent article et du caractère collectif, non thérapeutique et non médicalisé de l'activité.

La signature du règlement intérieur vaut acceptation de ces conditions de fonctionnement.

Titre IV - Communication

Article 24 – mode de communication

Pour toute communication montante, l'association possède un site internet, une page Facebook et un compte Instagram.

Pour la communication descendant, l'association possède une application dédiée (SOCIE) qui sera le seul vecteur d'information au sein de l'association

Tous les membres ont accès à ces derniers.

Les compétiteurs possèdent une application (Team Pulse) supplémentaire, pour les inscriptions aux cours, stages et compétitions.

A Bourg des Comptes, le 01/05/2026

Monsieur le Président

Laurent AILLOUD

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Laurent Ailloud".

Madame la Vice-président/Trésorière

Véronique AILLOUD

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Veronique Ailloud".