

# ETICKÝ KÓDEX ŠPORTOVCA

## CITY SPORT CLUB ŽILINA

Členstvom v **City Sport Club Žilina** sa zaväzujem dodržiavať nasledujúce pravidlá. Ich cieľom je budovať silný tím, vychovávať charakterných ľudí a profesionálne reprezentovať náš klub.

### 1. REŠPEKT A KOMUNIKÁCIA

- **Zdravím:** Pri vstupe do dojo a pri odchode vždy pozdravím (REI). Pozdrav je prejavom úcty k priestoru, trénerovi, dospelým a spolubojovníkom.
- **Rešpektujem autority:** S trénerom, rozhodcom a staršími členmi komunikujem slušne. Rozhodnutie rozhodcu je konečné – mojou jedinou odpoveďou na krivdu alebo chybu rozhodcu je ešte lepší športový výkon.
- **Otvorenosť:** Ak mám problém, obavu alebo otázku, hovorím o tom s trénerom priamo a včas.
- **Tímový duch:** Sme jedna rodina. Pomáham slabším, podporujem nových členov a rešpektujem svojich sparingpartnerov.

### 2. DISCIPLÍNA A NASADENIE

- **Dochvilnosť:** Na tréning prichádzam včas. Prípadné meškanie alebo neúčast' ja (alebo rodič) hlásim vopred.
- **Sústredenie:** Počas tréningu udržujem ticho a plnú pozornosť. Slová ako „nedá sa“ alebo „neviem“ v našom slovníku neexistujú – hľadám spôsob, ako sa zlepšiť.
- **Maximálne úsilie:** Do každého tréningu a zápasu dávam 100 %. Zlepšovať sa môžem aj vo voľnom čase nad rámec tréningov.
- **Taktika:** Na súťaži je jedinou autoritou pre taktiku tréner. Počas zápasu sa plne koncentrujem na jeho pokyny.

### 3. HYGIENA A REPREZENTÁCIA

- **Čistota úboru:** Na tréning prichádzam v čistom a vyžehlenom kimone (alebo predpísanom úbore). Moje oblečenie je mojou vizitkou.
- **Osobná hygiena:** Dbám na ostrihané nechty na rukách aj nohách (prevencia zranení) a čistotu tela. Dlhé vlasy nosím zopnuté.
- **Vzorné správanie:** Reprezentujem #karatecity nielen v telocvični, ale aj v škole a na verejnosti. Som vzorom slušnosti pre svoje okolie.
- **Školské povinnosti:** Záleží nám na tvojom vzdelaní. K škole pristupujem rovnako zodpovedne ako k tréningu.

### 4. BEZPEČNOSŤ A ZODPOVEDNOSŤ

- **Sebaovládanie:** Karate techniky nikdy nezneužívam na agresiu mimo telocvične. Sila v dojo je vždy kontrolovaná a bezpečná pre partnera.

- **Ochrana majetku:** K tréningovým pomôckam a priestorom sa správam zodpovedne. V telocvični a šatni udržujem poriadok a čistotu.
- **Fair-Play:** Vždy hrám čestne. Priznám chybu, nezávidím úspech iným a víťazstvá aj prehry prijímam s pokorou.

---

*Nerešpektovanie tohto kódexu, a to aj po opakovanom upozornení, môže viesť k pozastaveniu alebo ukončeniu členstva v klube. **V #karatecity netvoríme len šampiónov, ale predovšetkým hodnotných ľudí.***