



FICHE D'INSCRIPTION GONG ACADEMIE 2025 – 2026

NOM :	PRÉNOM (S) :	PRIX DE LA COTISATION 280 €
DATE DE NAISSANCE :		EN ESPECES → La totalité à régler à l'inscription.
ADRESSE :		PAR CHEQUE → A l'ordre de GONG Académie Emerainville , possibilité de payer en 2 fois, les 2 chèques à donner avec le dossier, dernier encasement fin novembre.
		TÉLÉPHONE :
		MAIL :
MES OBJECTIFS :	<input type="checkbox"/> LOISIR <input type="checkbox"/> COMPETITIONS.	SI OUI INDIQUEZ VOTRE POIDS :KG
POUR LES COMPETITEURS EN LOISIR : UN CERTIFICAT MEDICAL ATTESTANT DE VOTRE APTITUDE A PARTICIPER AUX COMPETITIONS DE BOXE SANDA, VALABLE 3 ANS. POUR LES COMPETITEURS ELITE : UN CERTIFICAT MEDICAL ATTESTANT DE VOTRE APTITUDE A PARTICIPER AUX COMPETITIONS DE BOXE SANDA EN ELITE POUR L'ANNEE EN COURS + UN ELECTROCARDIOGRAMME (ECG) & UN ELECTROENCEPHALOGRAMME (EEG), VALABLES 3ANS. POUR LA PRATIQUE EN CLUB PAS D'OBLIGATION DE CERTIFICAT MEDICAL.		

Signature de l'adhérent :

Je soussigné(e)..... déclare avoir pris connaissance des règles de vie et m'engage à les respecter.

Fait à..... le.....

Signature :

Autorisation parentale pour les mineurs :

Je soussigné(e)..... représentant légal de autorise mon enfant à pratiquer le SANDA. J'autorise GONG Académie à prendre toutes les dispositions nécessaires en cas de problème.

Fait à le.....

Signature :

GONG Académie s'autorise le droit à l'image de ses adhérents lors d'un cours, d'une compétition ou d'une représentation sportive.

En cas de refus, merci de nous le signaler.

Le club GONG Académie n'est pas ouvert pendant les vacances scolaires.



Règlement Intérieur – GONG Académie



Règle 1 – Horaires

Arrivez à l'heure à l'entraînement.

La ponctualité est une marque de respect envers vos professeurs et vos partenaires.

👉 En cas de retard, des efforts supplémentaires pourront être demandés.



Règle 2 – Tenue & Matériel

- Short + t-shirt ou débardeur
- Bandes de protection
- Gants de boxe :
 - 10 Oz (\leq 56 kg) | 12 Oz (56–70 kg) | 14 Oz (\geq 70 kg)
- Gants MMA **sparring** (cours du lundi)
- Protège-tibias (chaussettes ou velcro)
- Coquille de protection
- Protège-dents
- Bouteille d'eau
- Tongs (obligatoires hors tatami)
- Casque conseillé



Règle 3 – Hygiène & Sécurité

- Tenue **propre** à chaque cours
- Ongles **coupés** (mains & pieds)
- **✗ Pas de bijoux ni d'accessoires**
- **✓ Laissez vos gants et protège-tibias s'aérer** après l'entraînement



Règle 4 – Esprit GONG Académie

- Bienveillance et respect envers tous les partenaires
- Adapter sa pratique au **niveau et au gabarit** de chacun
- Silence quand les professeurs parlent
- Toujours garder un **esprit positif** et prendre du plaisir !