

Fondée en 1996 par Hérald Loygue, l'école Lishan est aujourd'hui développée par l'institut du même nom, structure associative dont l'objet est la promotion et la diffusion de l'enseignement d'Hérald Loygue dans les "Arts classiques du Tao" que sont le Qigong, Daoyin, les arts-martiaux internes (Taïchi, Kungfu,...) ou encore le Tuina. Ce règlement intérieur est le fruit d'une longue expérience et d'années d'enseignement. Il est à appréhender non comme un carcan stérile et formel, mais plutôt comme un ensemble de directions et règles de vie indispensables pour permettre à chacun de progresser dans sa pratique. D'une façon générale, nous pourrions résumer ce règlement intérieur par :

***"Ensemble, soyons attentifs, délicats, respectueux du lieu et des personnes.
Créons, par notre attitude, un climat paisible et joyeux."***

1°) Règles générales :

● Cours, cotisation & Dossier d'inscription :

- Les cours ont lieu de début septembre à fin juin. Ils s'interrompent (sauf exception) durant les vacances scolaires. Un cours d'essai gratuit par discipline est possible avant votre inscription. Les cours d'essai supplémentaires sont facturés 15 € et déduits par la suite de votre cotisation au moment l'inscription.
- La cotisation est forfaitaire, annuelle et non remboursable. Elle est exigible dans son intégralité dès le 1er cours. Au cas par cas, des facilités de paiement pourront être accordées, en fractionnant le paiement en plusieurs chèques, remis en intégralité dès le premier jour de votre inscription et encaissés par la suite selon un échéancier mensuel.
- La cotisation annuelle vaut pour 10 mois (septembre à juin). A partir du mois de novembre uniquement, elle est calculée au prorata du nombre de mois restants jusqu'à la fin de la saison sportive. Tout mois débuté est dû dans son intégralité.
- Il est indispensable d'avoir complété votre dossier d'inscription dès votre première participation aux cours. Cela inclut notamment : fiche d'inscription, règlement, photo d'identité, certificat médical obligatoire (ou décharge de responsabilité).

● Ponctualité / absence :

- Le cours commence à l'heure, il suit une logique, un déroulement spécifique... aussi soyez ponctuel, en signe de respect pour l'enseignant, les autres élèves et vous-mêmes... L'idéal étant d'être présent 10 mn avant le début du cours. En cas de retard, merci d'intégrer le cours le plus discrètement possible.
- Si vous manquez un cours, celui-ci est "rattrapable" uniquement dans la discipline choisie, et uniquement sur une autre séance de la même semaine.
- En cas d'absence prévue à un cours, il est important de prévenir l'enseignant par avance (via le site internet, ou par email, SMS).

● Circulation dans le dojo : seuls l'accueil et le vestiaire, sont accessibles librement. Pour les autres lieux : dojo, salle de thé, cabinet tuina, cuisine..., merci d'attendre d'y être invité. Plusieurs activités peuvent en effet avoir lieu ensemble.

● Vestiaires : hommes et femmes partagent le même vestiaire, ici encore, messieurs, soyez courtois, délicats et attendez votre tour ! Merci de bien vérifier que vous n'oubliez rien dans le vestiaire à votre départ. Nous ne pouvons conserver longtemps les vêtements ou effets personnels oubliés.

● Santé : Merci d'alerter l'enseignant de tout problème de santé particulier avant le cours. Durant la séance, il est important de prévenir votre enseignant si vous ne vous sentez pas bien.

● Mineurs : ils doivent être déposés et repris à l'accueil de l'école sauf autorisation écrite des parents.

● Hygiène : Veuillez être très attentifs aux odeurs corporelles fortes (parfums forts, transpiration, tabac, alcool,...) afin de ne pas déranger vos partenaires. L'usage des toilettes implique de les quitter dans un bon état de propreté..

- **Objets** : Certains objets décoratifs sont précieux et coûteux, et parfois dangereux... Merci de ne toucher à aucun objet sans y être invité : bouddha, armes, potiches, cadres, ...
- **Bibliothèque** : Des ouvrages sont mis à disposition des adhérents uniquement. Leur consultation est libre sur place. Après lecture, ils doivent retrouver leur place dans la bibliothèque. L'emprunt de certains livres peut être possible, sur demande préalable, en précisant bien vos nom, prénom et coordonnées, sur une fiche de prêt.
- **Téléphones portables** : ils doivent être éteints avant le cours. (On ne les recharge pas dans nos locaux...).
- **Atmosphère générale durant le cours** : Elle reste détendue et studieuse, centrée sur le travail proposé. Le temps du cours n'est pas celui du 'poulailler', merci de respecter le silence nécessaire à la transmission paisible de l'enseignement. Si vous arrivez en avance, soyez discret et veillez à ne pas déranger le cours précédant le vôtre. Nous nous réservons le droit d'exclure toute personne qui portera préjudice à l'école ou à ses enseignants. En cas de problème, n'hésitez pas à en parler à l'un de vos enseignants.

2°) Règles spécifiques :

Qigong / Daoyin

- Tenue :
 - Tenue souple : éviter robe, jupe et jean et pantalon serré
 - Chaussures souples de salle : rythmique, chaussures de modern jazz... **semelles noires interdites (traits sur le parquet)**. Pour l'hygiène et la sécurité - Pas de pieds nus ni chaussettes.

Kungfu / Sanshou

- Tenue :
 - Kimono noir croisé et ceinture rouge / ou T-shirt de l'école, pantalon noir
 - Chaussures souples de salle : ex : basket. **Semelles noires interdites (traits sur le parquet)**.
 Pour l'hygiène et la sécurité - Pas de pieds nus ni chaussettes.
 Change obligatoire, petite serviette pour ceux qui transpirent...
 Afin d'éviter tout accident, les ongles doivent être courts, les bijoux laissés au vestiaire...
 Protections : messieurs, coquille obligatoire... gants de sac pour atelier sac et pao.
 Protection casque et gants pour les armes. Demander avant d'acheter.
 Armes : une paire de bâtons courts, couteau d'entraînement en bois ou alu, demander avant d'acheter

- Règles spécifiques au Kungfu / Sanshou :

Afin d'éviter tout accident, le calme, la concentration ainsi que le respect du partenaire et des enseignants est de rigueur. A tout moment, se référer aux consignes de sécurité de votre enseignant. Le pratiquant s'engage à tout faire pour permettre aux cours de conserver une atmosphère studieuse. Il s'engage à arriver à l'heure au cours, en tenue propre et prêt au salut. Si, pour des raisons exceptionnelles, le pratiquant ne peut être à l'heure, il se change discrètement, attend le signal du professeur, puis salue avant d'entrer dans la salle. Le pratiquant salue le professeur à son arrivée, après chaque explication générale ou particulière. De même, il salue son partenaire après chaque exercice.

Taïchi Chuan

- Tenue :
 - Tenue souple : éviter jean et pantalon serré
 - Chaussures souples de salle : rythmique, chaussures de modern jazz **sans semelle noire (traits sur le parquet)**
 Pour l'hygiène et la sécurité - Pas de pieds nus ni chaussettes.