



Almindelige Bestemmelser for Fægtning på FÆGTEKLUBBEN TREKANTEN`s Fægtesal samt brug af Fitnessrummet

- 1) **Træningstider**

Indtil videre finder træningen sted på de sædvanlige tidspunkter – som aftalt med din fægtelærer.
Et skema over træningstiderne findes på opslagstavlen i gangen.
Træningstiderne kan ændre sig - vær derfor opmærksom på eventuelle meddelelser på opslagstavlen.
- 2) **Adgang**

Adgang til klubben sker gennem for-bygningen til Ryparkhallen.
Selve fægtesalen og kondirummet må ikke betrædes med gadesko – skift venligst til indendørs sportsko eller benyt overtræk!
For at forhindre unødvendig tilsmudsning af klubben's område vil skiftet fra gadesko/påsætning af overtræk i tilfælde af dårligt vejr blive flyttet nærmere indgangsdøren.
- 3) **Omlædning**

Omlædning sker i håndboldhallen's omlædningslokaler. Disse lokaler bruges også af andre idrætsudøvere, der måtte have aktiviteter i hallen og er derfor frit tilgængelige for enhver. Penge/værdigenstande/værdifuldt tøj bør ikke efterlades.
- 4) **Klubben's lokaler, installationer og rekvisitter**

Klubben's jakker, handsker, masker og manuelle våben er beregnet til at blive brugt af begyndere i de første måneder af deres medlemskab i klubben. Efter 4 måneders medlemskab er det ikke længere tilladt at bruge klubben's begynderudstyr - medlemmer må selv anskaffe sig de nødvendige rekvisitter.

Medlemmer, der ønsker at deltage i konkurrencer, må selv anskaffe sig el-udstyret inklusive el-våben.
Alle rekvisitter kan købes på salen (se opslagstavlen).
Såfremt der er mulighed for det, vil klubben supplere med reservévåben de første par gange, et medlem deltager i fægtstævner.

Klubben's lokaler, installationer og rekvisitter skal behandles med omhu.
Kommer man til at knække en af klubbens klinger, skal det pågældende våben forsynes med den ansvarliges (hvilket altid er den fægter eller fægterske, som har ført klingens af det pågældende våben) navn, sådan at regningen kan sendes til rette vedkommende. Det knækkede våben stilles ind på værkstedet (under etablering - der vil blive opsat våbenstativer for hhvs. defekte og reparerede våben).

Beskadigelser af klubben's installationer eller øvrige ejendele skal ligeledes meddeles bestyrelsen i kort skriftlig form (afleveres til fægtelærer, bestyrelsesmedlem eller lægges i postkassen uden for kontoret). Bestyrelsen vil da tage stilling til eventuelle erstatningsspørgsmål.

Undlader man at informere om, at man har knækket en eller flere af klubben's våben/er kommet til at beskadige installationer/andre af klubben's dele, betragtes det som forsøg på snyd, hvilket i givet fald, ligesom uautoriseret brug af klubben's eller andres våben og rekvisitter, kan medføre bortvisning.

Klubben's våben og andre rekvisitter må ikke fjernes fra klubben's lokaler uden tilladelse af de bestyrelsesmedlemmer, som måtte være ansvarlig for klubben's udstyr! (se venligst opslaget på tavlen!)

Klubben's vaskemaskine er beregnet til vask af klubben's fægtetøj.
- 5) **Lektioner**

Såfremt bestyrelsen skønner, at det vil være gavnligt for en gnidningsløs afvikling af undervisningen, vil der blive fremlagt lektionslister, hvor de medlemmer, som ønsker at få lektion, må skrive sig på.
Lektionslisten er vejledende for fægtelærer/mester med hensyn til rækkefølgen af lektionerne. Uanset lektionslisten bestemmer fægtelærer/mester hvem af de påførte medlemmer der skal have (eller i givet fald ikke have) lektion den pågældende dag.
- 6) **Sikkerhed**

Ved al fri fægtning skal der af sikkerhedshensyn bæres maske, fægtejasse, handske (der dækker over ærmet) og lange bukser.
Kvinder skal desuden altid bruge brystbeskyttere!
Øget sikkerhed opnås ved brug af følgende rekvisitter (obligatorisk for officielle FIE-stævner):

 - FIE-fægtejasse
 - FIE-maske af rustfri stål og skæg med 1600 N gennemtrængningsmodstand
 - FIE-sikkerhedsvest
 - FIE-fægtebukser
 - FIE-klinger (elektrisk fægtning)

Derudover findes der en del ekstra-beskyttelsesudstyr:

 - Skridtbeskyttere (Suspensorium)
 - Integr. bryst-/mavebeskytter af plastic (t. pige/kvinde)

Hvert enkelt medlem har ansvaret for egen sikkerhed - al deltagelse i aktiviteterne på fægtesalen er på eget ansvar!

- 7) Opbevaring af medlemmers fægterekvisitter
Medlemmer kan – på eget ansvar – efterlade deres fægterekvisitter på de af klubben anviste steder, dvs. intakte våben og masker på dertil indrettede stativer på salen, fægtetøj/håndklæder/fægtesko mm. anbragt på bøjler og hængt på en af stængerne i tørrerummet. (Handsker og småting kan også anbringes i maskerne, men ikke ovenpå dem!)
- Lukkede våbensæk/rollbags kan anbringes i tørrerummet til venstre fra indgangsdøren.
- Alt andet udstyr efterladt i klubben's lokaler samt rekvisitter, der ikke er anbragt på de dertil indrettede steder, vil blive fjernet uden ansvar!
- 8) Tobak/Drikkevarer
Hele klubben er røgfrit område.
- Gulvet under aluminiumspistene bliver ødelagt af fugt. Drikkevarer i åbne beholdere/glas/plastikkrus må derfor ikke tages med ind på selve fægtesalen - faren for spild på gulvet er for stor.
Hvis man tager drikkevarer i lukkede beholdere med ind på fægtesalen, må man ikke lade dem stå frem i åbnet tilstand på noget tidspunkt!
- 9) Telefon
Klubben's telefon (39 27 13 13) er ikke til fri afbenyttelse.
Skulle du have glemt din egen mobiltelefon, må du bruge klubbens telefon til korte samtaler indenfor danmark.
Misbrug kan medføre bortvisning.
- 10) Pauser / Ophør
Medlemmer kan få behov for at holde en pause fra fægtning i forbindelse med uddannelse, udlandsophold, skader mm.
En skriftlig besked om pause skal være klubben i hænde inden den 15. i en måned for at have virkning fra og med følgende måned.
Pligten til at betale kontingent ophører ikke, såfremt man bare bliver bort fra træningen – verbale beskeder om pauser eller ophør er ikke tilstrækkelige.
- 11) Ferielukning
Der er som regel ingen undervisning på fægtesalen i vinterferie, ugen før påske, skolesommerferie, efterårsferie og i tiden mellem jul og nytår, men der kan være træningssamlinger og der er som regel adgang til "fri contra" i visse perioder.
Se venligst eventuel meddelelse herom på opslagstavlen.

OBS! Sidste person, som forlader lokalerne, skal sørge for, at terrassedørene i klubrummet er låst, slukke for lyset i alle rum og sørge for, at indgangsdøren's lås bliver slået til igen og at døren bliver lukket!

FITNESSRUMMET

Hvem har adgang?

- Medlemmer af FKT (fra og med det kalenderår, hvor man fylder 16 år)
- Medlemmer af Marchez (indtil det kalenderår, hvor man fylder 15 år), såfremt FKT har modtaget skriftlig ansøgning fra forældrene om dispensation – under forudsætningen, at der er en instruktør til stede
- Medlemmer af FKT Fitness

Regler

- Rummet må ikke betrædes med gadesko
- Tasker/bags skal forblive udenfor
- Rengøring efter spild med drikkevarer er vanskelig – drikkevarer i åbne beholdere/glas/krus må derfor ikke tages med ind i rummet
- Træningen skal foregå i minimum T-shirt og shorts
- Håndklæde(r) skal medbringes (til dig selv og til at tørre maskinerne af med efter endt brug)
- Maskinerne må ikke flyttes rundt
- Vægtskiverne hænges på plads efter endt brug
- Tør maskinerne af for sved efter brug
- Styrketræningshold har første prioritet ved træning på i forvejen fastlagte tidspunkter (se opslagstavle)
- Instruktørernes anvisninger skal følges

OBS! Sidste person, der forlader kondirummet skal sørge for, at vinduerne er lukket (med begge hasper på plads), slukke for radioen samt lyset og sørge for at indgangsdøren's lås er slået til og at døren bliver lukket!