

# VEILIGHEIDSREGLEMENT

Vereniging voor Middeleeuwse Europese Krijgskunsten D.C.A.



## **Dit reglement is van toepassing op iedere participant van een training, toernooi of soortgelijke activiteit (hierna genoemd 'training') bij D.C.A.**

1. Aanwijzingen van de instructeurs tijdens trainingen zijn leidend.
2. Het niet naleven van dit reglement kan ernstige verwondingen ten gevolge hebben. Het bewust niet naleven van dit reglement kan een officiële waarschuwing of verwijdering uit de les tot gevolg hebben. Dit is te beoordelen door de instructeur.
3. Tijdens de trainingen is het verboden onder invloed te zijn van alcohol, drugs, of medicijnen die de reactie te zeer belemmeren. Bij twijfel besluit de instructeur of iemand mag meedoen.
4. Wapens worden slechts gebruikt naar opdracht van de instructeurs.
5. Tijdens rustmomenten, bijvoorbeeld tijdens instructies, dienen wapens met de punt richting de vloer gedragen te worden.
6. Grepen, klemmen en andere technieken tegen gewrichten en de hals mogen nooit worden doorgezet.
7. Er wordt onderscheid gemaakt tussen oefeningen met een theoretische benadering en spelsituaties zoals spargevechten en/of wedstrijden. Deze tweede categorie wordt hierna samengevat als "spargevechten".
8. Bij afkloppen op het lichaam of op de grond dient de oefening of het gevecht direct gestaakt te worden. Dit geldt ook voor kreten als 'los', 'stop' en dergelijken.
9. Het gehele lichaam is een trefvlak, met uitzondering van het achterhoofd en de achterzijde van de nek.
10. Leden dienen zelf hun tegenstander op de hoogte te stellen van lichaamsdelen die eventueel ontzien dienen te worden in verband met blessures of andere redenen.
11. Participanten dienen elkaars grenzen te respecteren, en deze niet te overschrijden. Dit betekent onder andere dat de intensiteit en snelheid van oefeningen en spargevechten wordt aangepast naar een niveau waarbij beide participanten zich comfortabel voelen.
12. Participanten dienen zich bewust te zijn van het risico op ongelukkige treffers.
13. Lang haar dient in een staart te worden gedragen.
14. Sieraden dienen voor de training te worden afgedaan. Als dit niet mogelijk is zal het sieraad toereikend moeten worden afgedekt.
15. Voor deelname is degelijk schoeisel een vereiste.
16. Voor deelname is het dragen van een toque voor de heren een vereiste.
17. Tijdens de training dient men met oog op veiligheid een gepaste afstand tot elkaar te bewaren. Dit betreft ook de afstand tot eventuele omstanders.
18. Werpen van wapens is niet toegestaan tijdens spargevechten.
19. Slagen met de pareerstang zijn niet toegestaan tijdens spargevechten.
20. Tijdens spargevechten met nylon wapens zijn een schermmasker (met bescherming voor het achterhoofd) en handschoenen verplicht.
21. Tijdens spargevechten met stalen wapens is tevens degelijke bescherming voor het bovenlichaam, de keel en voor de gewrichten verplicht.