ANNEXE 1

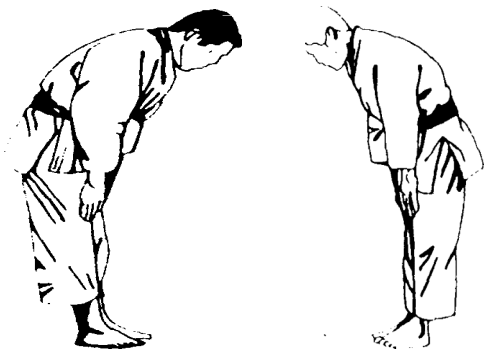
LES 13 RÈGLES DE SÉCURITÉ ET D'ÉTHIQUE DU GENTIL COMBATTANT

1. Je ne porte pas de vêtements amples
2. J'enlève mes bijoux
3. J'enlève mes souliers et mes bas
4. Je vide mes poches

Je ne fais pas mal à l'autre, pas plus que je me laisse faire mal, ce qui veut dire:

5. Aucune prise de tête ou de cheveux
6. Pas de « chatouilles »!
7. Ne pas s'agripper aux vêtements de l'autre ni aux tapis
8. Ne pas « forcer » les articulations
9. Ne pas mettre ses mains au visage de l'autre
10. Ne pas pousser l'autre violemment dans le dos
11. Tous les coups sont interdits

12. Chaque combat commence et se termine par un _ _ _ _ _



13. L'AUTRE N'EST PAS UN ENNEMI, C'EST UN PARTENAIRE-ADVERSAIRE À RESPECTER