



# Trainingsordnung:



---

## **Die Trainingsordnung ist für alle Besucher, Breiten-, Fitness- und Wettkampfsportler während des Trainingsbesuches bindend.**

---

- Die Sportler/Trainer haben sich pünktlich vor Trainingsbeginn in/an der Halle einzufinden. Wer nicht rechtzeitig zum Training erscheinen kann, hat sich abzumelden. Wer zu spät kommt, kann ausgeschlossen werden.
- Die Kleidung im Training besteht aus einer Trainingshose und einem T-Shirt/Top und Sportschuhe mit vorwiegend hellen Sohlen oder Boxstiefeln.
- Generelle Schmuckstücke müssen, um Verletzungen vorzubeugen vor dem Training ausgezogen oder zumindest abgeklebt werden.
- Alle Personen in der Halle haben sich so zu verhalten, dass der Trainer jederzeit von allen verstanden wird. Private Gespräche werden außerhalb des Trainings geführt.
- Sportler, die das Training stören, können durch Übungen (z.B. Liegestützen) zur Ruhe ermahnt werden oder von der Trainingseinheit ausgeschlossen werden. Der Ausschluss vom Training gilt auch für alle Besucher, aktiven & passiven Mitglieder.
- Wer Freunde, Gäste oder Verwandte mitbringt, ist für diese verantwortlich und stellt sie zu Trainingsbeginn dem Trainingsverantwortlichen persönlich vor.
- Wettkämpfer haben regelmäßig im Training zu erscheinen. Sie sind Vorbilder und sollen den anderen Sportlern zeigen wie man sich richtig benimmt und helfen.
- Wer die Halle während des Trainings verlässt, meldet sich beim Trainer ab. Muss das Training vor offiziellem Trainingsende verlassen werden, ist dies einem der Trainer zu Beginn des Trainings mitzuteilen.
- Sparring darf nur nach ausdrücklicher Genehmigung des Trainers und unter dessen Beobachtung durchgeführt werden.

# Trainingsordnung:

- Beim Wettkampfsparring ist die komplette Ausrüstung (Mund- und Kopfschutz) zu tragen. Beim freien Sparring müssen alle Sportler mindestens den Mundschutz tragen.
- Auf Hygiene ist selbstverständlich zu achten. Auch Speisen und Kaugummi kauen ist während des Trainings verboten.
- Das Trinken ist in entsprechenden Pausen während den Übungen möglich.
- Die Trainingsausrüstungsgegenstände des Vereins sind stets sorgsam zu behandeln. Diese sind nach dem Training unaufgefordert wieder in den Spind zu bringen.
- Langfristig ist eine vollständige Ausrüstung (Bandagen / Boxhandschuhe / Mundschutz und Springseil) Pflicht.
- Es ist selbstverständlich, dass kein Teilnehmer im alkoholisierten Zustand zum Training kommt und auch sonst keine Drogen oder Medikamente eingenommen hat, die sein Verhalten und seine Leistung beeinflussen. Diese Teilnehmer werden sofort vom Training ausgeschlossen.
- Zum Verständnis aller, sprechen alle Teilnehmer deutsch. Es wird auch respektiert, wenn ein Teilnehmer nicht gut deutsch sprechen und/oder verstehen kann. Diesen Teilnehmern wird geholfen sich möglichst gut in verständlich zu machen um sich in der Gruppe und Gemeinschaft zu integrieren um am Training teilzunehmen zu können.
- **Respekt dem Sport gegenüber, zeigt sich auch im Verhalten eines Boxers außerhalb des Trainings. Ein Boxer prahlt nicht mit seinem Sport oder seinen Leistungen. Er behandelt seine Mitmenschen respektvoll. Er verhält sich außerhalb des Trainings und in der Öffentlichkeit so, dass er anderen ein Vorbild sein kann und dem Verein nicht schadet oder dieser schlecht dargestellt wird.**