

Kopie für Antragsteller

Trainingsordnung

1. In einem Taekwondo-Dojang (Übungsraum) gibt es einige Verhaltens- und Höflichkeitsregeln. Diese Etikette-Regeln dienen der Schulung von Achtsamkeit und Rücksichtnahme, also der charakterlichen Fortbildung eines Taekwondoin, dem Schutz aller Trainierenden vor Verletzungen und sie ermöglichen zudem ein effektives Training.
Die unten stehenden „Dojang-Regeln“ sind sprachlich für unsere jüngsten Teilnehmer geschrieben, gelten aber inhaltlich auch für jugendliche und erwachsene Kursteilnehmer.
2. Nur Vereinsmitglieder bzw. Kursteilnehmer haben Zutritt zum Trainingsraum. Der jeweilige Trainer kann Eltern oder sonstigen Begleitpersonen jederzeit widerruflich den Zutritt gestatten, sofern der Trainingsablauf dadurch nicht gestört wird.
Die Mitnahme von Glasflaschen in den Trainingsraum sowie die Umkleieräume ist nicht gestattet (Verletzungsgefahr bei Bruch für die barfuß trainierenden Sportler). Kein Kaugummi während des Trainings.
Sollten während des Trainings kleinere Zuschauer verköstigt werden müssen, bitten wir, Möbel und Boden nachher von Bröseln und anderen Überbleibseln zu reinigen.
Der Verzehr von Alkohol, Nikotin oder sonstigen Suchtmitteln ist nicht gestattet. Doping berechtigt zur Kündigung des Vertrages.
3. Kostenloses Schnuppertraining für Nichtmitglieder: Wenn Sie als Nichtmitglied beim Training zusehen oder mitmachen wollen (Schnuppertraining), melden Sie sich bitte rechtzeitig (mehrere Tage) vorher beim Trainer an. Ohne vorherige Genehmigung durch den Trainer ist eine Teilnahme nicht möglich. Bitte sorgen Sie für geeignete Kleidung (Taekwondo-Anzug oder T-Shirt und lange Sporthose).
4. Jeder Sportler hat selbst dafür Sorge zu tragen, dass er gesundheitlich für die jeweilige Sportart geeignet ist. Insbesondere sind auch versteckte Erkrankungen (z.B. Asthma) und Beeinträchtigungen (z.B. Herzklappenfehler) zu berücksichtigen. Dies gilt auch für Allergien und sonstige Unverträglichkeiten (z.B. Hautpflaster). Im Zweifel konsultieren Sie bitte Ihren Hausarzt. Einschränkungen und Beeinträchtigungen des Gesundheitszustandes sind dem Trainer sowie dem Vorstand vor dem Training anzuzeigen. Der jeweilige Sportler hat selbständig Vorsorge zu treffen, dass ihm im Notfall geholfen werden kann.

Dojang-Regeln

1. Ich behandle andere so, wie ich selbst behandelt werden möchte.
2. Im Training bin ich leise und schaue den Trainer an, wenn dieser etwas erklärt (Zeit zum Plaudern mit den Anderen ist vor und nach dem Training).
3. Ich halte mich an die Anweisungen des Trainers und mache die Übungen nur so, wie sie mir gezeigt werden.
4. Jeder trainiert mit jedem, so wie der Trainer mich zuteilt.
5. Wir alle helfen einander und gehen vorsichtig und respektvoll miteinander um. Nur gemeinsam kommen wir weiter.
6. Ich fange erst an, wenn der Trainer das Kommando dazu gibt.
7. Ich frage den Trainer um Erlaubnis, vor allem, bevor ich Geräte benutze oder rausgehe.
8. Ich warte, bis ich an der Reihe bin.
9. Vor Betreten der Halle, vor dem Rausgehen sowie vor und nach jeder Partnerübung verneige ich mich kurz nach koreanischer Tradition (Respektsbezeugung).
10. Ich komme pünktlich und trage einen sauberen, weißen Dobok. Es ist gestattet, ein weißes Unterhemd oder T-Shirt darunter zu tragen.
11. Ich binde den Gürtel mit dem korrekten Knoten, bevor ich den Dojang betrete.
12. Ich achte auf Körperhygiene und wenn es nötig ist, wasche ich mich vor dem Training oder putze mir die Zähne. Ich halte die Finger- und Fuß-Nägel sauber und kurz.
13. Schmuck, Uhren, Bänder, Piercings lege ich vor dem Training ab. Ein Überkleben von Ohrringen und Piercings genügt nicht. Mein Handy schalte ich aus.
14. Nach dem Training helfe ich selbständig mit, alle Trainingsgeräte aufzuräumen und die Halle wieder ordentlich herzurichten (z.B. Flaschen und Abfall aufräumen, Holzsplitter aufkehren, Bänke und Stühle zurückstellen).
15. Ich bin höflich, hilfsbereit und bescheiden, sowohl während des Trainings als auch außerhalb.

Taekwondo 1995 Pfaffenhofen e.V.

1. Vorstand: Paul Kreuzer, Jetzendorfer Straße 24a, D-85298 Scheyern-Fernhag, E-Mail: paul@tkd-paf.de
Registergericht Ingolstadt, Vereinsregister Nr. VR 20448

Datenschutzhinweis:

Die Angaben werden datentechnisch verarbeitet und an Landesverbände im Rahmen der entsprechenden Satzungen sowie Kooperationspartner (z.B. Stadt Pfaffenhofen) weitergereicht. Eine Weitergabe an Dritte zu gewerblichen Zwecken erfolgt nicht.