

# TRAININGSORDUNG



## KICK-BOXING FÜNF DÖRFER

1. Es ist verboten in den Räumlichkeiten der Firma „Della Gatta“ zu rauchen.
2. Die von uns benutzten Räumlichkeiten der Firma „Della Gatta“ sind in einwandfreiem Zustand zu halten.
3. Die Trainingsbesucher, Mitglieder und Zuschauer haben ihre Fahrzeuge (Velos, Mopeds, Motorräder, Personenwagen und andere Fahrzeuge) auf dem Areal der Firma „Della Gatta“ korrekt abzustellen.
4. Die Mitglieder dürfen das Trainingslokal und den Umkleieraum benutzen. Damen dürfen das WC in ihrem Umkleieraum benutzen.
5. Alle A-Mitglieder (Art. 2.1A der Vereinsstatuten) müssen gemäss Beschluss der Generalversammlung vom 15. Februar 1985 im Clubtenü, bestehend aus Hose, Gurt und T-Shirt, zum Training erscheinen.
6. Allen B-Mitgliedern (Art. 2.1B der Vereinsstatuten) wird empfohlen, ebenfalls im Clubtenü zu trainieren. Auf jeden Fall muss das Tenü aus einer langen Hose und einem T-Shirt bestehen.
7. Die Bekleidung muss sauber und gepflegt sein (z.B. kein störender Schmutz, nicht verwaschen, keine grossen Flicke, keine Risse).
8. Die Mitglieder haben korrekt zum Training anzutreten. (Neben der vorgeschriebenen Bekleidung z.B. ohne störenden Körpergeruch, ohne Schmuck ausser Ehering, ohne Fussbekleidung).
9. Von den Mitgliedern wird verlangt, dass sie sich stets ruhig und diszipliniert verhalten.
10. Vor und nach jedem Training haben sich die Schüler in einer Reihe vor dem Trainingsleiter zum Gruss aufzustellen. Die Ausrichtung erfolgt nach a) Graden b) Körpergrösse, wobei der Höchstgradierte aus der Sicht des Trainingsleiters an erster Stelle links stehen muss.
11. Als Trainingsleiter gilt derjenige, welcher ein Training leitet.
12. Der Trainingsleiter muss vor jedem Training die Absenzliste auflegen. Jedes anwesende Mitglied trägt sich mit seiner Unterschrift bei seinem Namen ohne Aufforderung ein. Am Trainingsende muss der Trainingsleiter mit seiner Unterschrift bestätigen, dass die Liste korrekt ausgefüllt wurde.

13. Wer an einem Training nicht teilnehmen kann, muss sich auf der Absenzliste selber oder durch einen Kameraden bei „Abmeldungen“ eintragen.

14. Es gibt folgende Trainings:

- Kick-Boxen
- Selbstverteidigung
- Übrige Trainings (z.B. Aerobic, Boxgymnastic, etc)

15. Will jemand das Training aus irgendwelchen Gründen unterbrechen oder abbrechen, muss er die Bewilligung des Trainingsleiters einholen.

16. Zur Prüfung werden nur Kickboxer zugelassen, die im Club einen einwandfreien Leumund geniessen und folgende Bedingungen erfüllen:

<u>Grad</u>	<u>Trainingsdauer 1)</u>	<u>Trainingslektionen 2)</u>
5. SG (Gelbgurt)	5 Monate	4 Lektionen
4. SG (Orangegurt)	6 Monate	4 Lektionen
3. SG (Grüngurt)	7 Monate	6 Lektionen
2. SG (Blaugurt)	8 Monate	6 Lektionen
1. SG (Braungurt)	9 Monate	8 Lektionen
1. MG (Schwarzgurt)	15 Monate	8 Lektionen

1) Seit Beginn bzw. letzter Gradierung.

2) Pro Monat während der Trainingsdauer. Mindestens die Hälfte der Trainingslektionen müssen im Club absolviert werden. Privattrainings werden angerechnet, sofern diese fachgerecht erfolgen und glaubhaft nachgewiesen werden können.

Auf ein begründetes Gesuch hin können der Vorstand und die TK zusammen Ausnahmen bewilligen.

17. Für Wettkämpfe werden nur noch Kickboxer selektioniert, die folgende Bedingungen erfüllen:

- Einwandfreier Leumund
- 4. SG (Orangegurt) für Nachwuchsturniere
- 3. SG (Grüngurt) für Wettkampfturniere
- Der Vorstand und die TK dürfen in begründeten Fällen Ausnahmen vorsehen.

18. Verstösse gegen die Trainingsordnung haben letztlich die Ausschlussverfahren gemäss Art. 2.4 der Vereinsstatuten zur Folge.

Die Trainingsordnung wurde vom Vorstand und der Technischen Kommission in gemeinsamer Sitzung vom 19. Februar 1999 einstimmig genehmigt und sofort in Kraft gesetzt.

Geändert und dem Raum in Untervaz angepasst am 28. Januar 2005.

Der Vorstand

Die Tech. Kommission