



Infos an alle Kinder, Schüler und Jugendlichen

Um einen geordneten und unfallfreien Trainingsbetrieb gewährleisten zu können, gelten folgende Regelungen, die **strikte** einzuhalten sind:

Den Anordnungen des Trainingsleiters ist jederzeit Folge zu leisten.

Von der Garderobe bis zum Rand der Matten müssen Schuhe, Finken oder Flip-Flops getragen werden.

Es ist untersagt, ausserhalb der Judo-Matten barfuss zu laufen!

Mädchen tragen unter der Kimono-Jacke ein weisses T-Shirt mit Rundausschnitt.

Kaugummi im Training ist nicht gestattet!

Bei Erkältungen und Grippeerkrankungen darf **nicht** trainiert werden.
Man schadet nicht nur sich selber, sondern steckt auch andere an.

Metallene Gegenstände, wie Uhren, Armringe, Halsketteli und Ohrringe müssen vor dem Training abgelegt werden.

Ebenso sind Leder- oder Textilbändeli an den Hand- oder an Fussgelenken **nicht gestattet**. Um die Haare zu fixieren, dürfen **keine metallenen Spängeli** verwendet werden!

Stark verschwitzte oder schmutzige Judo-Kimonos mit mindesten 50 Grad waschen.

Wir legen in unserem Club sehr Wert auf die geltenden **Judo - Umgangsformen**:
Respekt gegenüber dem Trainingsleiter und gegenüber höher gradierten Judokas, korrektes japanisches Grüßen der jeweiligen Trainingspartner, faires und freundschaftliches Verhalten gegenüber schwächeren Schülern.

Verantwortlicher Trainingsleiter: Werner Hunziker
Schmiedegasse 665
5732 Zetzwil

Mail: weel.hunziker@bluewin.ch