



# BENIMMREGELN

- Nicht dazwischen reden
- Keine Beleidigungen
- Respektvoller Umgang im Teamkameraden
- Aufstellung am Anfang des Trainings
- Aufstellung und Abgrüßung am Ende des Trainings
- Die Fightschool Werte:

***Menschen** sind mir wichtig und jeder bekommt den gleichen Respekt, egal ob Trainer, Profi oder Anfänger. Wir sind **ein Team** und helfen uns gegenseitig, unabhängig von der Sportart. **Respekt** ist das Wichtigste, daher haben Angeber, Schläger und schlechtes Benehmen bei uns keinen Platz.*

Konzentriere dich auf dein Bestes  
Erinnere dich an deine Trainingsfortschritte  
Komme regelmäßig zum Training  
Sei positiv und optimistisch  
Hab Spaß!





# HYGIENEREGELN

- **Trage Badelatschen:** Zieh bitte immer deine Badelatschen an, wenn du im Umkleideraum oder auf dem Weg zur Matte bist. Das hält unsere Schule sauber.
- **Saubere Trainingskleidung:** Zieh deine sauberen Trainingsklamotten erst in der Fightschool an. Komm bitte in normaler Kleidung und wechsle dich dann um. Das sorgt dafür, dass alles schön sauber bleibt.

Konzentriere dich auf dein Bestes  
Erinnere dich an deine Trainingsfortschritte  
Komme regelmäßig zum Training  
Sei positiv und optimistisch  
Hab Spaß!

