

## **Trainingsordnung des Turnteam Helmstedt**

1. Alle Turner werden vor der Halle von den Eltern abgegeben und auch nach dem Training wieder vor der Halle in Empfang genommen. Während des Trainings sind Zuschauer in der Halle nicht erwünscht.
2. Schmuck jeglicher Art (Ohringe, Ketten, Armbänder, Uhren, ...) ist vor dem Training abzulegen. Ggf. können Ohringe bereits Zuhause mit Tape abgeklebt werden.
3. Längere Haare sind vor dem Training zu einem Zopf zusammenzubinden.
4. Das Kauen von Kaugummis während des Trainings ist verboten.
5. Alle Turner bauen gemeinsam auf und ab. Aufgrund dessen wird erwartet, dass sie sich pünktlich zum Trainingsbeginn in der Halle befinden.  
In Ausnahmefällen darf die Halle früher verlassen werden. In diesem Fall hat sich der Turner bei dem zuständigen Trainer abzumelden.
6. Während des Trainings, außer zum Auf- und Abbauen, hat sich niemand in den Geräteräumen aufzuhalten.
7. Die Geräte dürfen erst in Benutzung genommen werden, wenn sie von den Trainern freigegeben worden sind.
8. Sofern kein geschlechtergetrenntes Training stattfindet, ist auch an heißen Sommertagen eine angemessene Turnbekleidung, bestehend aus einer Hose und einem Top / T-Shirt oder einem Turnanzug, zu tragen. Ein Sport-BH als Oberbekleidung reicht nicht aus.
9. Alle Turner turnen barfuß oder mit Gymnastikschuhen. Einfache Socken reichen aus Sicherheitsgründen nicht aus.
10. Während des Trainings gilt ein allgemeines Handyverbot. Handys dürfen nur nach Absprache mit dem zuständigen Trainer verwendet werden. Die Handys sind nach der Benutzung wieder weg zu packen.
11. Die Musik während des Trainings ist auf eine Lautstärke zu stellen, in der normale Gespräche zwischen Trainer und Turner stattfinden können, ohne extra laut sprechen zu müssen.
12. Die Turnhalle darf während des Trainings ausschließlich in Absprache mit dem zuständigen Trainer verlassen werden.
13. Trinkflaschen dürfen ausschließlich außerhalb der Halle aufbewahrt werden. In der Regel wird vor und nach dem Training getrunken. Ausnahmen bestimmen die Trainer.
14. Ein Verstoß gegen die Trainingsordnung kann zum Ausschluss vom Training führen.