



## Gepflogenheiten im Wettkampforientierten Turnen Zur Beachtung für die Turner/Innen

### Pünktlichkeit:

Es ist sehr wichtig, dass die Kinder pünktlich kommen, da sie sonst einen Teil der Aufwärmung verpassen und somit die Verletzungsgefahr steigt. Bitte sorgen sie dafür, dass ihr Kind so rechtzeitig in die Halle kommt um genügend Zeit zu haben um sich umzuziehen. Die Mädchen genießen sich vor Fremden, - na sie wissen schon -, gehen sie nur in Notfällen mit in die Umkleide.

### Kleidung, Schmuck und Haare:

Schmuck stellt beim Turnen eine Gefahr für Kinder und Trainer dar. Kleine Ohrstecker sind in Ordnung. Damit kein Schmuck in der Halle vergessen wird, bitte diesen gleich zu Hause lassen. Socken und Strumpfhosen gehören auch nicht in eine Turnstunde. Die Kinder rutschen durch den Stoff z.B. am Balken ab und verletzen sich. Deshalb wird entweder mit Turnschlappen oder barfuß geturnt, eng anliegende Sporthosen sind zu empfehlen, da wir Übungsleiter die Kinder besser halten können.

Bitte achten Sie auch darauf, dass ihr Kind die Haare zusammengebunden hat, damit die Kinder z.B. am Balken sehen können, wo sie hintreten. Hohe Spangen oder Haargummis mit z.B. kleinen Plastikwürfeln sollten am besten auch daheim bleiben, da es den Kindern z.B. bei der Rolle vorwärts durch den Druck der Spange weh tut. Wir Trainer versuchen mit gutem Vorbild voran zu gehen und tragen deshalb auch keinen Schmuck und binden unsere Haare ebenfalls zusammen.

### Essen und Trinken:

Während der Übungsstunde brauchen die Kinder nichts zu essen! Jedes Kind kann gerne etwas zum Trinken mitnehmen, da wir Trinkpausen in unsere Stunden einbinden. Verschüttete Schorlen, Säfte, Softdrinks kleben am Boden, am Kind und am Trainer. Deshalb am besten Wasser mitnehmen. Getrunken wird generell nur in der Umkleide, wo auch die Getränke „gelagert“ werden – NICHT in der Halle!

### Anwesenheit

Unsere Turnstunden sind wettkampforientiert. Deshalb ist es wichtig, dass die Kinder an beiden Turnstunden teilnehmen. Im Verhinderungsfall bitte unbedingt mit dem verantwortlichen Übungsleiter absprechen.

Danke für Euer Verständnis

Eure Übungsleiter und Assistenten

