

Huisreglement Jeugd Taekwondo

Hygiëne

- Schone handen & voeten
- Belangrijk is dat de nagels kort geknipt zijn. Dit is voornamelijk ter preventie van eventuele blessures.
- Geen sieraden!

Kleding

- De leden dienen gekleed te zijn in een witte taekwondobroek en een wit shirt. Dit is met name belangrijk voor het groeten in het begin van de training. Deze kleding is te bestellen bij Annette.
- Er wordt getraind op blote voeten.

Groeten

- Aan het begin van de training wordt er gegroet.
- Er wordt door alle leden gegroet bij het binnenkomen en verlaten van de dojang (zaal)

Zaalregels

- Er mag onder geen beding gebruik gemaakt worden van de sportattributen in de zaal zonder toezicht en toestemming van de instructeurs.
- Spelen, rennen of sporten buiten de sportzaalruimte is niet toegestaan.
- Let op met morsen van water op de vloer in de zaal. Dit voorkomt dat het glad wordt en hierdoor dus eventuele blessures ontstaan.
- Omkleden gebeurt in de daarvoor bestemde kleedruimtes. Niet in de theeruimte.
- Zorg ervoor dat de zaal en de kleedruimtes netjes achtergelaten worden.
- Tijdens de training graag stilte in de zaal, ook toeschouwers, dit geldt met name tijdens het groeten.
- Mobiele telefoons uit of op stil!
- Schoenen uit bij het betreden van de zaal.

Blessures

- Dit altijd melden bij de instructeurs
- **dKSport & Therapie** is niet verantwoordelijk voor eventuele blessures. Het sporten gebeurt onder eigen verantwoordelijkheid. (Zie inschrijfformulier)

Contributie

- Deze dient op tijd betaald te worden. Dat wil zeggen **voor** de eerste van iedere maand.