

Ordensreglement for Hwarang Tigers

Påklædning

- Almindelig god hygiejne påkrævet, da træningen foregår i bare tæer, og fordi kampsport indebærer fysisk kontakt (husk rene tæer, hænder og vasket dobog samt træningstøj).
- Under selve træningen har man bare fødder, men det tilladt at bære Taekwondo-sko i særlige tilfælde.
- Man skal bære dobog indenfor de almindelige træningstider. (Det gælder dog ikke for medlemmer i opstartsperioden).
- Der må kun bæres hvide beklædningsgenstande under dobog. Det vil sige hvide strømper og hvide T-shirts.
- For piger og kvinder er det tilladt at bære tørklæde under træning.
- Ingen pyntegenstande (øreringe, halskæder og lignende).
- Medbring egen beskyttelsesudstyr til træning.

Dojang

- Af respekt hilser man pænt på hinanden både når man træder ind i dojang og forlader denne.
- Træningen startes og afsluttes med, at der hilses på instruktøren ved at bukke. Højest graduerede elev sørger for at hilsen bliver afviklet.
- Dojang må ikke betrædes med udendørs fodtøj.
- Kommer man for sent til en træning, hilser man på instruktøren og afventer instrukser.
- Inden træningens start skal instruktøren vide, hvis man går før tid.
- Har man skader eller lignende, der kan have en indvirkning på ens træning, bør instruktøren vide det inden træningens start.
- Ingen tændte mobiltelefoner.
- Ingen forældre under træningen medmindre man har en aftale med instruktøren.
- Medbring egen hånddesinfektion, drikkedunk og evt. håndklæde.
- Ingen tyggegummi, mad eller slik i salen.
- Bliv hjemme i tilfælde af milde symptomer på forkølelse og sygdom

Oprydning

- Ryd altid op efter dig selv og din træning såvel i dojang som i resten af klubbens lokaler.
- Vis et godt eksempel ved at tage ansvar, det er din klub.
- Instruktør uddeler rengøringsopgaver efter træning.
- Sæt udstyr pænt på plads, desinficere udstyret og pas på det ved afbenyttelse.
- Hjælp altid med at slukke lyset og lukke vinduer samt døre hvis du er den sidste, der efterlader klubben.

Elev regler

- Ingen højrøstet tale under træningen.
- Er du i tvivl, så spørg træneren - ikke sidemanden.
- Ingen må forlade trænings salen uden tilladelse.
- Kom altid til tiden.
- Vær altid opmærksom når der gives instruktion.
- Træn aldrig andet end det, der er givet besked om.
- Træn energisk og målbevidst.
- Vis altid respekt for din træner og de højere graduerede.
- Aftagne smykker, kortklippede negle og korrekt påklædning er en selvfølge.

Medlem

- Vær stolt af at bære klubbens mærke, dobog og klubdragt.
- Tag godt imod nye kammerater.
- Vær altid en god kammerat.
- Det skal være sjovt at dyrke taekwondo i vores klub.
- Dyrk Taekwondo med glæde og humør.
- Husk på, at du repræsenterer klubben og sporten udenfor dojang.
- Vi har en seriøs og positiv indstilling.
- Når der er træning - så trænes der.
- Vi husker at melde afbud til træneren.
- For mange afbud til træning har indflydelse på hvornår man kan gradueres og stille op til stævne.
- Vi taler pænt til hinanden - grimt sprog eller mobning tolereres ikke og udøvelse af vold medfører udelukkelse.
- Når vi er til stævner, træningslejre og udendørsaktiviteter opfører vi os ordentligt.

Forældre

Med nedenstående retningslinjer forsøger Hwarang Tigers at sætte en standard for forældre til klubbens børn og unge.

- Skæld ikke ud på børnene, andre forældre eller ledere.
- Vær altid i åben dialog med trænere og ledelse.
- Foregå børnene med et godt eksempel (vi opfører os altid pænt overfor hinanden og andre mennesker).
- Respekter altid trænerens dispositioner.
- Tag aktivt del i dit barns kampsports liv.
- Hjælp til i klubben eller på holdet når det kræves.
- Vis respekt for arbejdet i klubben – og husk på, at det er frivilligt.
- Når du melder dit barn ind i klubben ”melder” du også dig selv ind.
- Ingen tændte mobiltelefoner og snak under træningen.