

# ***Sportgemeinschaft 1868 Bruchköbel e.V.***

Abteilung: Turnen - Leichtathletik - Gymnastik

## **Allgemeine Regeln und Verhalten in der Halle**

**„Sportmix“ Functional Fitness Training ü30**

**Wir sind Gast in der Turnhalle und müssen uns an gewisse Vorgaben, der Hallenordnung (Aushang), halten.**

- Wir legen Wert auf einen pünktlichen und gemeinsamen Beginn der Übungsstunde.
- Die Sportkleidung soll funktionsgerecht, nicht bewegungshemmend, aber auf keinen Fall zu weit sein.
- Die Halle nicht mit Straßenschuhen betreten. Geeignete Hallenschuhe und Sportkleidung tragen, wegen Rutschgefahr nicht mit Strümpfen.
- Etwas zum Trinken; Apfelsaftschorle, Tee oder Wasser.
- Keinen Schmuck wie Ketten, Ringe, Uhren etc. tragen, sonst besteht Verletzungsgefahr.
- Keine Wertsachen unbeaufsichtigt lassen, am besten gar nicht erst mitbringen.
- Nur wer Mitglied im Verein ist, ist auch über dem Landessportbund Hessen unfallversichert.
- **Nach einer Schnupperteilnahme muss eine Vereinsanmeldung erfolgen.**
- **Bitte keinen Müll hinterlassen. Verpackungen wieder mitnehmen. Wir haben keinen Hausmeister.**
- Der Übungsleiter leitet die Sportstunden. Seine Anweisungen sollen unbedingt befolgt werden.

**Die Gesundheit liegt in der Eigenverantwortung und steht immer an vorderster Stelle.**

**Lieber zu Hause eine Krankheit auskurieren, als halb krank ins Training kommen.**

***„Der Spaß am Sport darf in keiner Gruppe verloren gehen“***