



Gemäß dem Leitbild des Begründers der modernen olympischen Idee **Pierre de Coubertin** gilt für uns das Prinzip einer harmonischen Ausbildung des Menschen.

Sporttreiben soll dem Ideal einer ganzheitlichen Erziehung folgen. Das BOX-OUT-Team strebt nach einem ausgewogenen Verhältnis von sportlicher, schulischer und beruflicher Ausbildung. Ein „Muskeltraining“ allein reicht nicht zur Menschenbildung.

### **(1) AKZEPTANZ**

In der Trainingshalle begegnen sich die Menschen auf Augenhöhe. Es gibt Unterschiede zwischen Jungen, Mädchen, dick, dünn, schwarz und weiß, Christen, Atheisten, Hindus und Muslimen, aber alle sind dem Boxsport aufrichtig verbunden und wir wollen uns gemeinsam an der Vielfalt der Menschen und Kulturen erfreuen.

Für das Gemeinschaftsleben der Menschen im BOX-OUTgym gelten Standards der guten Form: Respekt, Aufmerksamkeit, Toleranz, Höflichkeit und Feingefühl.

### **(2) VERSTÄNDIGUNG / VERSTÄNDNIS**

Alle Teilnehmer/innen sprechen in der Halle und den Gemeinschaftsräumen miteinander deutsch. Dies ist einfach praktisch notwendig, sollte aber nicht als Geringschätzung anderer Sprachen und Kulturen missverstanden werden.

### **(3) RESPEKT / AUFMERKSAMKEIT**

Von den Teilnehmer/innen wird erwartet, dass sie ihre Trainer/innen, ihre Coaches und Lehrer/innen mit besonderem Respekt behandeln. Dies ist wesentliche Voraussetzung für eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Ruhe, wenn der Trainer/die Trainerin spricht; ihn/sie anschauen und zuhören – sonst versteht am Ende niemand, was gesagt wird!

### **(4) BEGRÜßUNG / VERABSCHIEDUNG**

Das Training beginnt und endet mit der Aufstellung aller Teilnehmer/innen in einer Reihe in frontaler, aufrechter Haltung (ohne zappeln und reden) und einer kurzen Ansprache durch den/die Trainer/innen.

## **(5) REGELVERSTÖßE**

Boxen ist „The Gentle Art of Self-Defense“ (die Kunst der Selbstverteidigung). Jede verhinderte Schlägerei ist für echte Kampfsportler ein Sieg. Wer Schlägereien anzettelt, wird sofort der Leitung von BOX-OUT sowie der Ausbildungsstätte gemeldet. Diese entscheiden, welche Maßnahme getroffen wird (Beratungsstelle Gewaltprävention und Behörden werden mit einbezogen).

## **(6) ORDNUNG**

Wertschätzung dessen, was wir haben. Schonender Umgang ist das Grundprinzip für die Handhabung von allen Sportgeräten und -utensilien. Ohne intaktes Material ist ein gutes Sporttraining, egal welcher Art, nicht möglich. Der Trainingsraum und die Umkleieräume sind sauber und unbeschädigt zu hinterlassen – nach jedem Training reinigen 3-4 Teilnehmer/innen den Trainingsbereich.

## **(7) ANERKENNUNG**

Eine erste Anerkennung für gute Leistungen ist die Übereignung der Boxbandagen. Diese müssen fortan gepflegt und zu jedem Training mitgebracht werden.

## **(8) STÖRUNG**

Mobiltelefone/Handys sind während des Trainings ausgeschaltet – so wird der Ablauf der sportlichen Ausbildung nicht gestört.

## **(9) SANKTIONEN**

Jegliche Form von regelwidrigem und rechtswidrigem Verhalten (z.B. Diebstahl, Beschädigungen, Vandalismus) führen zu schwerwiegenden Sanktionen. Das Mitbringen von Waffen, insbesondere Messer und Schusswaffen ist streng verboten. Sonst wird sofort die Ausbildungsstätte informiert. BOX-OUT entscheidet dann, welche Maßnahmen getroffen werden müssen. Jegliche Sanktionen obliegen dem Trainer/ der Trainerin und/oder der Geschäftsführung.