

## Klubregler

---

Ved at underskrive klubreglerne giver du tilladelse til, at der må blive taget billeder/video af dig i forbindelse med aktiviteter, som kan bruges som dokumentation i evalueringsrapporter og som en del af Nørrebro Fighters informationsmateriale og hjemmeside. Vi oplyser dig omkring dette hver gang, vi tager billeder og anvender ikke billederne, hvis du på forhånd giver besked, at du ikke vil med i billederne.

### Ansvar

- Vi træner i lånte lokaler og forventer, at I passer godt på vores udstyr og lokalerne.
- Informer din træner, hvis du ikke kommer til træning i en længere periode fx ferie
- Al sport, træning og evt. kampe sker på eget ansvar og efter gældende regler i foreningen – medlemmerne er ikke forsikret af Nørrebro Fighters
- Du (eller dine forældre) skal betale kontingent til tiden (senest den 1. i måneden) og I skal indbetale for en hel sæson.
- Hvis et medlem ønsker at holde en pause fra træningen over to måneder, kan kontingentet sættes i bero i perioden
- Pigeholdene træner i tildækkede og aflåste lokaler tirsdag og torsdag, hvor herre/drenge ikke er velkomne, så det er vigtigt, at I alle husker, at døren skal være låst.

### Din opførsel

- Du skal respektere og hjælpe alle dine kammerater og din træner
- Vi accepterer ikke vold, dårligt sprogbrug eller generende opførsel
- Du skal altid høre efter, hvad din træner siger
- Du skal rydde op efter timen (udstyr på plads, feje, luk vinduer og persienner op)
- Aflevér glemte sager til din træner

### Din træning

- Ingen sko i træningslokalet!
- Du skal hilse, når du træder ind/ud af træningslokalet/dojo'en og hils på din træner
- Oplys dine trænere inden timen, hvis du har skader eller føler dig utilpas/sløj
- Du skal komme til tiden hver gang og være omklædt og klar ved times start
- Eleverne skal iføres beskyttelsesudstyr i direkte kamp
- Oplys din træner, hvis du ønsker at forlade lokalet (i tilfældet af at du bliver utilpas eller besvimer)

### Hygiejne

- Vi opfordrer til god personlig hygiejne - Ta' hensyn til dine træningspartnere
- Anvend altid plaster til sår og rifter
- Du må ikke træne med bare fødder, hvis du har vorter