

Schulordnung

**der
Kickbox-Schule
Mack**

Stand: August 2013

Schwarzgürte und Lehrer der Kickboxschule Mack

Ferdinand Mack	8. Dan
Schahrsad Shahmirzadi	3. Dan
Fatma Örgü	2. Dan
Viktor Krahl	2. Dan
Christian Pfeiffer	2. Dan
Fredi Lutz	1. Dan Kick-Boxen 1. Dan Taekwondo
Miriam Nagel	1. Dan
Maya Kleinhans	1. Dan
Michael Hohenadel	1. Dan
Claudia Syler	1. Dan

Verhaltensregeln im Training

Die folgenden Regeln wurden geschaffen, um dem/der Schüler(-In) mitzuteilen, was von ihm /ihr erwartet wird, damit ein wirkungsvolles Training möglich ist.

- 1.** Die Kleidung im Kick-Boxen besteht aus einer Kick-Hose und einem Vereins T-Shirt (oder weißes T-Shirt). Gürtel, welche die Rangordnung darstellen, müssen im Training getragen werden. Bei Neulingen genügt Anfangs eine übliche Trainingshose.
- 2.** Halsketten, Uhren, Ringe, Ohrringe und sonstige Schmuckstücke müssen, um Verletzungen vorzubeugen vor dem Training ausgezogen werden.
- 3.** Finger und Fußnägel sind wegen Verletzungsgefahr kurz zu halten.
- 4.** Wenn der Lehrer die Trainingsfläche betritt, sind alle Aktivitäten einzustellen und die SchülerInnen begeben sich zur Aufstellung an ihren Platz. Es wird sich, wenn nicht anders angeordnet, im Dreier-Block nach der Rangordnung des Gürtelgrades aufgestellt, wobei die Ranghöchsten vorne stehen.
- 5.** Hat das Training begonnen wird nicht unnötig gesprochen.

- 6.** Solltest du zu spät zum Training erscheinen, meldest du dich beim Trainer, der dich anweist, wie dein Training beginnen soll.
- 7.** Musst du das Training vor Trainings - Ende verlassen, teile dies dem Lehrer frühzeitig mit.
- 8.** Beim freien Sparring müssen alle Schüler(-Innen) ausreichend geschützt sein. Es ist die komplette Ausrüstung (Fuß, Schienbein, Tief [männlich], Hand, Mund, und Kopfschutz) zu tragen.
- 9.** Sollten Unstimmigkeiten oder Beschwerden im Training auftauchen, sollen diese nach Trainings-Ende dem Lehrer mitgeteilt werden.
- 10.** Auf Hygiene ist selbstverständlich zu achten. Auch Speisen und Kaugummi kauen ist während des Trainings verboten.
- 11.** Ohne die Erlaubnis des Lehrers darf kein(e) Schüler(-In) unterrichten.
- 12.** Wenn du die Trainingshalle betrittst, **lass alle Probleme des Alltags hinter der Tür zurück.**

Verhaltensregeln außerhalb der Kickboxschule Mack

- 1.** Kick-Boxer(-Innen) wenden ihre Fähigkeiten nur an, wenn durch einen gegenwärtigen, gesetzeswidrigen Angriff auf sich oder Andere, ihre oder der anderen Ehre, Gesundheit oder Leben bedroht ist.
- 2.** Kick-Boxer(-Innen) sind bescheiden und ruhig, prahlen nicht mit ihrem Können und gehen Streitigkeiten aus dem Wege.
- 3.** Kick-Boxer(-Innen) sind gegenüber allen Schwächeren und Unterdrückten hilfsbereit.
- 4.** Kick-Boxer(-Innen) werben für ihren Sport und ihre Schule.

Gürtelprüfungen

Auch wir führen wie im Karate oder Judo Gürtelprüfungen durch.

Gürtel müssen getragen werden, damit der Lehrer sieht welcher Schwierigkeitsgrad im Training einzusetzen ist.

Außerdem wirst du stets daran erinnert was noch zu erreichen ist. Die Gürtelprüfungen im Kick-Boxen setzen sich zusammen aus:

- **Wettkampftechniken**
- **Sparring**
- **Selbstverteidigung**
- **Fallschule**
- **Theorie**

Die zu erreichenden Gürtelgrade sind: Gelb – Orange – Grün – Blau - Braun – und Schwarz.

Bei Kindern können Zwischenfarben verwendet werden.

Alle drei bis sechs Monate findet in unserer Schule eine Gürtelprüfung statt.

Von Braun bis zum 1. Meistergrad (Schwarz) muss man sich jedoch mindestens ein Jahr in Vorbereitung befinden.