

## Verhaltensregeln

1. Niemand wird im Training zu einer Übung oder Haltung gezwungen.
2. In der Kommunikation werden keine sexistischen und gewalttätigen Äußerungen, Redewendungen oder Begriffe verwendet. Beschimpfungen, Erniedrigungen oder Lächerlichmachen finden bei uns nicht statt. Wir begegnen einander mit Freundlichkeit und Respekt. Streit klären wir ruhig und rücksichtsvoll.
3. Wir achten auf die Reaktionen unseres Gegenübers auf körperliche Kontakte. Sie erfolgen nicht gegen den Willen oder bei Unbehagen des Gegenübers. Hilfestellungen oder Körperkontakt innerhalb des Trainings müssen angemessen sein und werden angekündigt und erklärt und dürfen abgelehnt werden.
4. Die Übungsleiterin oder der Übungsleiter duscht nicht mit Kindern und Jugendlichen. Im Erwachsenenbereich wird nur mit Gleichgeschlechtlichen geduscht.
5. Die Umkleiden aller Aktiven werden nicht betreten. Ist ein Betreten ausnahmsweise erforderlich, erfolgt dies durch Gleichgeschlechtliche nach vorherigem Anklopfen und klarer Erlaubnis. Umziehen erfolgt in den Umkleidekabinen, nicht in den Sportstätten.
6. Notwendige Unterstützung beim Toilettengang kleinerer Kinder wird vorher mit den Eltern abgesprochen und durch diese schriftlich genehmigt. Ab dem Grundschulalter gehen Kinder selbstständig auf die Toilette.
7. Beim Trösten eines Kindes wird Körperkontakt wie auf den Schoß oder in den Arm nehmen erfragt und konkret durch das Kind gewünscht und erfolgt nur von Bezugspersonen. Er wird auf das Mindestmaß beschränkt.
8. Im Kontakt mit Kindern und Jugendlichen gilt das „Sechs-Augen-Prinzip“: Ein Übungsleiter oder eine Übungsleiterin bleibt nie mit einem Kind alleine.
9. Einzeltrainings finden nach Möglichkeit nicht statt. Sollte dies doch notwendig sein, ist dabei mindestens eine weitere Person, beispielsweise die Eltern des Kindes oder Jugendlichen, anwesend.
10. Vereinsfahrten werden von zwei Personen begleitet, bei gemischten Gruppen von einer männlichen und einer weiblichen. Dies können neben der Übungsleiterin oder dem Übungsleiter auch Elternteile sein. Kinder und Jugendliche und Betreuende übernachten in getrennten Räumlichkeiten.
11. Kinder und Jugendliche werden nicht in den Privatbereich von Übungsleiterinnen oder Übungsleitern mitgenommen.
12. Es gibt keine Geheimnisse zwischen Übungsleiterinnen und Übungsleitern und Kindern und Jugendlichen. Kinder und Jugendliche dürfen grundsätzlich alles an Vertrauenspersonen weitergeben.
13. Sport- und Wettkampfbekleidung muss zwar der Sportart angemessen sein, alle Aktiven müssen sich in ihr aber wohlfühlen und frei bewegen können. Niemand wird zum Tragen gezwungen.
14. Im Training werden zwischen den Aktiven keine direkten, möglicherweise erniedrigenden Vergleiche und Kontrollen, zum Beispiel Gewichtskontrollen, vorgenommen.

15. Kinder und Jugendliche werden nicht alleine gelassen, beispielsweise bei verspätetem Abholen. Bei Notfällen holen die Übungsleiter\*innen Hilfe dazu.
16. Kinder und Jugendliche verlassen die Sportstätten nicht ohne Erlaubnis und melden sich ab.
17. Eltern informieren die Übungsleiter\*innen, wenn Kinder und Jugendliche selbstständig nach dem Training den Weg nach Hause antreten oder von anderen Personen, beispielsweise Großeltern, abgeholt werden.
18. Eltern suchen bei Unklarheiten, Fragen oder Problemen das Gespräch mit den Übungsleitern und Übungsleiterinnen. Diese informieren wiederum Eltern auf Wunsch transparent über Trainingsinhalte und -methoden.
19. Wir üben keine Gewalt gegenüber Gegenständen und achten den persönlichen Besitz anderer. Wir tragen zur Unversehrtheit und zum Erhalt der Sportstätten bei.