



TuS Augustfehn & F.I.S.T. European Division



Liebe Teilnehmer/innen und Eltern!

Das F.I.S.T. – Schnuppertraining ist nun vorbei und es steht an, u. a. die Pässe zu bestellen und somit die Voraussetzungen für Prüfungen und Wettkampfteilnahmen zu schaffen. Die Pässe sind ein Dokument, welches die Mitgliedschaft im F.I.S.T. Verband, die Bestätigung abgelegter Prüfungen, Seminare und Wettkampferfolge sowie die regelmäßige Teilnahme am Trainingsbetrieb belegt. Die Pässe werden mit Jahressichtmarken gültig gestempelt. Die Kosten für die Sichtmarken trägt der TuS-Augustfehn.

Um am **regelmäßigen Training teilnehmen zu können** und **die Pässe zu beantragen** müssen einige Voraussetzungen erfüllt und durch die Unterschrift des / der Erziehungsberechtigten bestätigt sein. Für das Training im TuS Augustfehn heißt das:

Für unser Kind

Name, Vorname

Geburtsdatum

Anschrift

Telefon / Mailadresse

Name des / der Erziehungsberechtigten und ggf. abweichende Anschrift

bestätigen wir / bestätige ich

- die Mitgliedschaft im TuS Augustfehn
- unser / mein Einverständnis zur Teilnahme am F.I.S.T. – Training
- die Kenntnisnahme und Anerkennung der anliegenden Trainingsregeln
- den Verzicht auf einen über die vereinsmäßig abgedeckte Versicherung hinausgehenden Haftungsanspruch (der sich etwa aus anordnungswidrigem oder missbräuchlichem Anwenden von Selbstverteidigungstechniken etc. ergeben könnte)

Ort, Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigte / r

Für mein Kind beantrage ich die Bestellung eines F.I.S.T. – Passes und lege ein Passfoto (Namensvermerk des Kindes auf Rückseite) bei

ja / nein

Mein Kind soll am regelmäßigen Training teilnehmen aber vorerst noch keinen Pass erhalten

ja / nein

Ich möchte einen schwarzen Gi (Kampfsportanzug) bestellen und bitte um ein Angebot für Körpergröße _____ cm

ja / nein

Unzutreffendes bitte durchstreichen!

Einen Vordruck bitte vollständig ausgefüllt bis **30. 11. zurückgeben!** Das zweite Exemplar ist für Ihre Unterlagen

Mehr Informationen: Thomas Tamke, Tel: 04409 8236 oder @adresse: info@kreativ-buero.de und auf F.I.S.T.-Homepage www.fist-european-division.de
Homepage TuS Augustfehn: www.tus-augustfehn.de

F.I.S.T. – Trainingsregeln im TuS Augustfehn (Für die Trainierenden und Eltern)

Wir trainieren ein Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungssystem, in dem unter anderem Kampftechniken aus verschiedenen Bereichen der Kampfkunst und des Kampfsportes geübt werden! Dies setzt ein hohes Maß an Disziplin und Respekt gegenüber anderen voraus und ist immer zu bedenken um Verletzungen und Schaden für sich und andere zu vermeiden:

Folgende Regeln sind daher unbedingt zu beachten:

- 1. Den Anweisungen des Trainers sowie der ggf. von ihm benannten Assistenten ist grundsätzlich sofort Folge zu leisten.** (Fragt bei einer Ansage nicht warum, sondern tut es und fragt ggf. später warum!)
- 2. Als F.I.S.T. – Trainierende habt ihr eine Vorbildfunktion. Begegnet anderen Menschen stets mit Respekt und Freundlichkeit! Dies gilt nicht nur im Training sondern überall, also auch zu Hause und in der Schule.** Auch wenn es manchmal schwer fällt, lernt zuzuhören, übt andere zu verstehen, nehmt Rücksicht (schließlich ist niemand perfekt, auch ihr selbst nicht). Wenn euch etwas nicht gefällt oder passt, dann sagt dieses klar und deutlich, aber freundlich! Beschimpft niemanden als Person sondern kritisiert das Handeln, das euch stört (Also nicht: „Du bist doof“ sagen, sondern „ich finde das was du da machst nicht gut weil...“)
- 3. Die gelernten Techniken der Selbstverteidigung dürfen nur im äußersten Notfall bei einer wirklichen Bedrohung angewandt werden!** F.I.S.T. – Trainierende haben es nicht nötig, sich zu prügeln. Wer das im Training gelernte missbraucht um sich einen Vorteil zu verschaffen, Schlägereien zu provozieren etc. hat nicht verstanden, worum es geht und kann / darf nicht weiter F.I.S.T. trainieren.
- 4. Zum Training ist regelmäßig, pünktlich und sauber zu erscheinen.** Natürlich kann es mal einen wichtigen Grund geben, nicht oder zu spät zu kommen (z. B. weil ihr krank seid, eine Familienfeier habt oder einen Schultermin). Aber: „Kein Bock“ gilt nicht! Denn: So wie ihr eure Trainingspartner zum Üben braucht brauchen sie auch euch!
- 5. Zum dauerhaften Training gehört angemessene Sport-Kleidung = Schwarzer Gi mit rotem Gürtel.** Zwar kann F.I.S.T. auch in normaler Kleidung trainiert werden (manchmal soll es sogar so sein), aber allgemein gilt (besonders für das Outdoortraining): Ihr sollt für eventuelle Zuschauer als F.I.S.T. - Trainierende erkennbar sein damit sie wissen, dass es z. B. bei der Nothilfeübung nicht um eine echte Schlägerei geht. Außerdem ist ein Gi stabil und speziell dafür ausgelegt, bei bestimmten Techniken nicht wie ein Hemd oder Shirt zu zerreißen!
- 6. Wer schwerwiegend oder wiederholt gegen diese Grundregeln verstößt kann vom Trainingsbetrieb und aus dem F.I.S.T. - Verband ausgeschlossen werden.** Ein Trainingsausschluss aus selbst verschuldetem schwerwichtigem Grund berührt etwaige Kündigungsfristen im Verein oder Verband nicht. D. h.: Die üblichen Kündigungsfristen sind einzuhalten und bereits gezahlte Beiträge werden nicht zurück erstattet!

Ort, Datum

Unterschrift des / der Trainierenden

Unterschrift des / der Erziehungsberechtigten