

1. Ich habe immer meine **Sportsachen** dabei und trainiere immer in sauberen Sportschuhen, Schlappchen oder barfuß.
2. Ich binde **lange Haare** zusammen, damit sie mich und andere nicht stören.
3. Ich lasse Kaugummi, **Ketten**, Ringe, Ohrringe, Armbänder, Kopftücher und Kappen zu Hause oder in der Umkleidekabine, damit ich mich frei bewegen kann.
4. Ich schalte mein **Handy** aus, sobald ich die TGM Gonsenheim betrete, damit ich mich voll auf das Training konzentrieren kann.
5. Ich **betrete die Sporthalle** nur, wenn meine Übungsleiterin / mein Übungsleiter in der Halle ist.
6. Ich **starte** erst mit dem Training, wenn es offiziell beginnt und mir alles erklärt wurde.
7. Ich **helfe** beim Auf- und Abbau der Geräte und betrete den Geräteraum nur, wenn es meine Übungsleiterin / mein Übungsleiter erlaubt.
8. Ich **höre zu**, wenn die Übungsleiterin / der Übungsleiter etwas erklärt, um gut vorbereitet zu sein.
9. Ich gehe vor oder nach dem Training auf die **Toilette**. Während des Trainings frage ich vorher und gehe alleine. So wissen die Übungsleiter immer, wo ich bin. Hände waschen nicht vergessen!
10. Ich **mache** bei allen Übungen und Spielen **mit**, weil jede Bewegung wichtig ist.
11. Ich stelle mich immer in der **Schlange** an und drängele mich nicht vor.
12. Ich bleibe sicher und **klettere** nur dort, wo es erlaubt ist.
13. Ich trinke nur in den **Trinkpausen auf der Bühne**, damit der Hallenboden sauber bleibt. Essen gehört nicht in die Halle.
14. Ich bin freundlich zu anderen Kindern und zu meinen Übungsleiterinnen / Übungsleitern. Ich **spiele fair** ohne zu schummeln.
15. Ich ziehe mich vor und nach dem Training leise und zügig um, damit ich niemanden störe, und ich erscheine **pünktlich** zum Training.
16. Ich hinterlasse die Sporthalle, Umkleidekabinen und Toiletten **ordentlich und sauber**.
 - a) Ich warte in der Halle bei meiner Übungsleiterin / meinem Übungsleiter, wenn meine Eltern zu spät kommen, und gehe nicht alleine nach draußen.
 - b) Ich verlasse die Halle während des Trainings nicht, ohne vorher Bescheid zu geben.
17. Ich halte mich an alle Regeln, damit wir zusammen viel Spaß beim Training haben!