

REGELS TIJDENS DE TRAINING

- 1: kom op tijd voor je training
- 2: tijdens de training luisteren naar de trainer
- 3: zorg dat je materiaal in orde is vóór de training
- 4: heb je een blessure deel die mee aan de trainer voordat de training begint
- 5: zorg dat je drinken en dergelijke bij de baan hebt en niet in de kantine
- 6: tijdens de training mag de helm niet af
- 7: je mag alleen aan je eigen trainingsgroep deelnemen. Tijdens de andere trainingen mag je niet op de baan
- 8: niet schelden en of vloeken op het complex; dit geldt voor iedereen
- 9: niet elkaar slaan; ook niet voor de lol
- 10: niet gooien met FIETS, HELM of ander materiaal
- 11: als je de training verlaat meld je dat vóór vertrek aan de trainer
- 12: bij twijfel beslissen de trainers
- 13: houd jij je niet aan deze regels dan kan je door de trainer weggestuurd worden
- 14: maar...heb vooral plezier en lol in je sport en zet je in voor 150%

DE TRAINERS