

Regels en Richtlijnen

KICKTHIS heeft een aantal belangrijke huisregels opgesteld. We willen het namelijk graag leuk en sportief houden met z'n allen. Onderstaande regels gelden vanaf het moment dat je het complex betreedt tot aan het moment dat je het complex weer hebt verlaten. We verwachten van een ieder dat deze gelezen worden en dus bekend zijn. Have fun!

- Zowel mannen als vrouwen moeten zich op hun gemak voelen bij KICKTHIS
- Train met enthousiasme en plezier
- We verwachten positief en sportief gedrag
- Geef respect, krijg respect
- Houd rekening met medesporters; Sterkere en meer gevorderde sporters dienen zich aan te passen aan de minder sterke en minder gevorderde sporters
- Elkaar opzettelijk blesseren is uit den boze
- Verbaal en/of lichamelijk geweld wordt niet getolereerd;
- Discriminatie, schelden, grof taalgebruik, treiteren, pesten, irriteren of kwetsen van wie dan ook wordt niet geaccepteerd en kunnen aanleiding zijn tot sancties
- Wees op tijd! Te laat komen = storend
- Een handdoek is verplicht, zowel in de fitnessruimte als tijdens de lessen
- Tijdens de training draagt u schone en correcte sportkleding
- Petjes, halterhemden en trainen in ontbloot bovenlijf is niet toegestaan
- In de fitnessruimte draag je sportschoenen met een schone zool
- Op de kickboks vloeren trainen we op blote voeten
- Bij aanvang en einde les, groeten we de trainer
- De trainer wordt door de jeugd altijd aangesproken met U
- Beperk onderlinge gesprekken tijdens de training, dit is storend
- Bij uitleg door de trainer blijf je rechtop staan en luister je aandachtig
- Volg de aanwijzingen van de trainer zonder tegenspraak op, we willen je helpen
- We trainen alleen de oefeningen die de trainer aangeeft
- We spreken allemaal Nederlands zolang je binnen de muren van KICKTHIS bent
- Laat alle materialen staan/hangen/liggen i.v.m. de veiligheid
- Meld eventuele blessures voor het begin van de les bij de trainer, zodat daar rekening mee kan worden gehouden
- Gebruik apparatuur alleen voor de daarvoor bestemde doeleinden
- KICKTHIS kan niet aansprakelijk worden gesteld voor verlies, diefstal of schade aan uw eigendommen die zich in of om de sportlocatie bevinden
- Ga op een nette manier om met je eigen materialen én die van KICKTHIS
- Iedere bezoeker is aansprakelijk voor de door hem of haar aan de eigendommen van KICKTHIS toegebrachte schade
- Schade zal op de veroorzaker worden verhaald
- Het gebruik van alcohol, doping, drugs, tabak of stimulerende middelen in en om KICKTHIS is verboden
- Het nuttigen van etenswaren is alleen aan de bar toegestaan
- Etenswaren zijn op de mat niet toegestaan
- Kauwgom is ten strengste verboden tijdens de les i.v.m. verstikkingsgevaar
- Alleen bidons/flessen met een afsluitbare dop zijn toegestaan en gelieve deze goed afgesloten te houden bij gebruik in de sportruimten
- Kinderen onder de 14 jaar mogen in area 2 niet de fitnessruimte gebruiken
- Het is verplicht om de apparatuur na gebruik te reinigen en dit kan met de aanwezige papierrollen en het daarvoor bestemde desinfectiemiddel
- Leg alle gebruikte spullen terug op de plaats waar ze horen

- Zorg dat je schone (kickboks)broek, t-shirt, bandages en beschermers bij je hebt
- Eventuele bandages aanleggen doe je vóórdát de training begint
- Het is niet toegestaan om, zonder toestemming van de instructeur, tijdens de lessen de trainingsruimte te verlaten
- Houd teennagels kort en schoon
- Sieraden zijn niet toegestaan tijdens het trainen
- Een sieraad dat niet af gaat moet je met sporttape afplakken
- Lange haren samenbinden met een elastiek
- Ga vóór de training naar de wc
- Iedereen helpt mee om de zaal na de training op te ruimen, indien nodig
- De boksring is géén klimrek!
- Achtergebleven items, zoals o.a. kleding en bidons, worden 1 maand bewaard en daarna weggegooid
- Bellen is in de sportruimten en tijdens de lessen/trainingen niet toegestaan
- Is het om een bepaalde reden noodzakelijk bereikbaar te zijn, dan kunt u dit voor de les aangeven bij de trainer
- Jassen, tassen, schoenen, petjes e.d. blijven in de kleedkamer
- Wij raden u aan om voor het opbergen van uw waardevolle spullen gebruik te maken van de lockers
- Laat de kleedkamer schoon achter
- Toeschouwers dienen het zitgedeelte en de bar opgeruimd achter te laten
- Laat de kleedkamers en toiletten schoon en op orde achter
- Neem de kluissleutels niet mee naar huis
- Dieren zijn niet toegestaan
- Draag zorg voor de omgeving en voorkom overlast
- De wachtende sporters dienen de les die bezig is, niet te verstoren
- I.v.m. de wet AVG is het niet toegestaan om ongevraagd foto's te maken van anderen
- Niet-leden mogen alleen deelnemen aan de les als dit vooraf (aan)gevraagd en akkoord bevonden is
- Niet-leden mogen niet ongevraagd het fitness gedeelte betreden
- U neemt op eigen risico deel aan de lessen en trainingen
- Reserveren van lessen is verplicht
- Je kan tot 3 weken vooruit reserveren
- Afmelden moet via de website of app en mag tot maximaal een uur voor tijd
- Bij een derde keer niet (tijdig) afmelden voor een les rekenen wij € 10,-
- Leden met een rittenkaart, die niet (tijdig) afmelden, kost het een rit
- Zorg ervoor dat de contributie afgeschreven kan worden
- Indien u opmerkingen of ideeën heeft ter verbetering dan stellen wij het zeer op prijs als u dit aan ons kenbaar maakt

VOOR OUDERS/VERZORGERS VAN JEUGDLEDEN

De ouder/verzorger:

- is een goede supporter en geeft het goede voorbeeld door respect te hebben voor iedereen
- houdt zich afzijdig ten opzichte van de begeleiding en training
- wordt verzocht om eventuele telefoongesprekken buiten de trainingsruimte te voeren
- draagt er zorg voor dat zoon/dochter op tijd aanwezig is voor de training
- ziet er op toe dat zoon/dochter zich tijdig aan- en afmeldt voor een training
- ziet er op toe dat zijn/haar kinderen die geen training volgen, geen overlast veroorzaken
- spreekt zoon/dochter aan op eventueel wangedrag
- neemt tijdens de les plaats op de daarvoor bestemde plekken en kan vanaf daar de les volgen

MISDRAGING EN/OF OVERTREDING

Bij misdrijving en/of overtreding van onze regels kunnen wij je de toegang ontfeggen. Het in strijd handelen met de bovengenoemde regels kan tevens leiden tot intrekking van het lidmaatschap, zonder restitutie van het lesgeld. Bij het plegen van een strafbaar feit wordt te allen tijde de politie ingeschakeld.