

Unsere Verhaltensregeln



Alle im Sport sollten ihr Bestes tun, um ihre Ziele zu erreichen, aber geduldig sein, wenn es noch nicht klappt!

Sportlerinnen + Sportler haben das Recht ...

- ... **fair, freundlich** und **gerecht** behandelt zu werden.
- ... sich **sicher** und **wohlzufühlen**.
- ... **Nein! zu sagen** zu allem, was ihnen schlechte Gefühle macht (z. B. Berührungen am Körper).
- ... **Spaß** und **Freude** im Sport zu haben.
- ... bei Problemen **Unterstützung** und **Verständnis** zu erhalten.
- ... ihre **Meinung zu sagen** und **ernst genommen zu werden**.
- ... sich **Hilfe zu holen**, wenn eine Person sie bedroht, gefühlsmäßig oder körperlich verletzt hat.
- ... dass ihre **Gesundheit geschützt** wird.

Sportlerinnen + Sportler haben die Pflicht ...

- ... andere **fair, freundlich** und **gerecht** zu behandeln.
- ... bei **Gewalt** und **Mobbing** nicht mitzumachen.
- ... ihre **Teammitglieder** in guten und schlechten Zeiten zu **unterstützen**.
- ... daran zu denken, dass **alle Sportlerinnen und Sportler gleich wertvoll** sind, auch wenn sie sportlich unterschiedliche Leistungen erbringen.

Trainerinnen + Trainer haben das Recht ...

- ... **respektvoll** und **fair** behandelt zu werden.
- ... **Wertschätzung** für ihr Können und ihre Arbeit zu erhalten.
- ... auf ihre **Privatsphäre**.

Trainerinnen + Trainer haben die Pflicht ...

- ... als Wichtigstes die **Gesundheit** und **Sicherheit der Sportlerinnen und Sportler** zu schützen.
- ... **Ängste** und **Sorgen** von Sportlerinnen und Sportlern **ernst zu nehmen**.
- ... **alle Mitglieder** ihrer Gruppen gleich gut zu **unterstützen**.

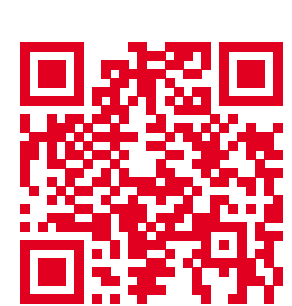
Trainerinnen + Trainer dürfen nicht ...



- ... mit einer Sportlerin oder einem Sportler unter 18 Jahren **allein sein** (Training, Fahrten, Freizeit).
- ... Sportlerinnen und Sportler **zu Übungen zwingen**.
- ... Sportlerinnen und Sportler **gegen deren Willen berühren**.
- ... Sportlerinnen und Sportler **anschreien** oder **bloßstellen**.
- ... Sportlerinnen und Sportler **ignorieren, wenn sie Angst** oder andere **schlechte Gefühle haben**.
- ... körperliche **Berührungen zur Bestrafung** oder Durchsetzung ihres Willens einsetzen.



Dies sind die wichtigsten Regeln in unserem Sport. Jede und jeder sollte aber **alle Regeln** kennen und sie deshalb durchlesen. Alle Regeln findest du hier!



Du brauchst **Hilfe** und weißt nicht weiter? Du hast einen **Verdacht**? Oder du hast **Fragen** rund ums Thema **Gewalt**? Hier gibt es **Unterstützung**!