

# Spelregels Kung Fu Kids

**1. Aan het begin van de les en het einde van de les, maar ook voor en na elke (contact) oefening groeten we elkaar.**

Door te “groeten” beloof je eerlijk en leuk te zullen trainen tijdens de les. Je toont respect aan iedereen die mee traint en je belooft dat je alles wat je leert, niet zomaar zal gebruiken. Alleen als het echt nodig is.

**2. Als de juf/meester praat, praat jij natuurlijk niet.**

Door te luisteren naar de juf/meester kan je de lessen beter volgen en leer je meer, wat natuurlijk ook belangrijk is om beter te worden in Kung Fu.

Als je niet luistert, dan kan de les niet goed verder gaan voor de rest van de kinderen. Kinderen die niet luisteren krijgen daarom een waarschuwing. Als je niet luistert naar deze waarschuwing zal de juf/meester aangeven dat je even niet mee kan doen. Dat is natuurlijk helemaal niet leuk! Doe daarom je best om goed mee te doen tijdens de les.

**3. Iedereen doet zijn/haar best tijdens de les.**

Train je mee? Dan ga je er ook voor!

Heb je een blessure dan geef je dit natuurlijk aan voor de training start aan de juf/meester.

**4. Als je de les binnen komt of tijdens een pauze wacht je rustig totdat de les begint.**

Bewaar je energie voor tijdens de les. Is er nog een les bezig? Hou hier dan rekening mee.

**5. Alle leerlingen trainen met elkaar.**

De trainingen zijn zo opgezet dat alle leerlingen (jongens en meisjes) met elkaar kunnen trainen. Je kan dus niet altijd met dezelfde persoon trainen, want dan raak je te veel op elkaar ingespeeld. Zit je al langer op Kung Fu Kids en train je met een beginner, pas je dan aan en geef elkaar de ruimte om beter te kunnen worden.

**6. Draag je sieraden? Dan doe je deze voordat de les begint af.**

Het is gevaarlijk om je sieraden om te houden tijdens de les. Ben je vergeten de sieraden thuis af te doen, kan je ook aan de juf/meester vragen om ze even te bewaren. Na de les kan je ze dan weer ophalen.

**7. Iedereen draagt dezelfde kleding (schoon zwart pak MET band) tijdens de les.**

Het zwarte pak is gemaakt van stevige stof, zodat je elkaar tijdens een oefening goed kan beetpakken, zonder dat het pijn doet. Om veilig te kunnen trainen mag je je hoofd niet bedekken, behalve als je dit anders hebt afgesproken met de juf/meester.

**8. Snoepen tijdens de les mag niet.**

Het is gevaarlijk als je tijdens de les een snoepje of kauwgom in je mond hebt, dus spuug dit voor de les uit.

**9. Je mag niet trainen met lange nagels.**

Op deze manier kan je, je trainingsmaatje niet, per ongeluk, krabbelen.

**10. Heb je lang haar? Dan draag je dit in een staart.**

Op deze manier kan je alles goed blijven zien, wat natuurlijk handig is tijdens de les.