



TRAININGS KODEX Flying Tigers

Beim BMX geht es nicht nur ums Schnellsein oder Gewinnen.

Es geht darum, **gemeinsam zu lernen, Spass zu haben und sicher zu trainieren.**

Damit sich **alle Kinder und Jugendlichen wohlfühlen** – egal wie alt oder wie stark sie sind – brauchen wir **gemeinsame Regeln.**

Dieser Kodex hilft uns:

- fair miteinander umzugehen
- Streit und Missverständnisse zu vermeiden
- dem Trainerteam eine **klare Grundlage** zu geben, auf die man sich bei Problemen beziehen kann

Unser Ziel ist **Motivation, Sicherheit und gegenseitiger Respekt** – nicht Strafen.

Unsere 8 einfachen Grundregeln

1. **Sicherheit geht vor**
Wir fahren fair und rücksichtsvoll. Gefährliches Verhalten ist nicht erlaubt.
Anweisungen der Trainer sind immer einzuhalten.
2. **Wir gehen respektvoll miteinander um**
Keine Beleidigungen, kein Auslachen, kein Mobbing – auf und neben der Bahn.
3. **Jede:r ist anders – und das ist okay**
Nicht alle sind gleich schnell oder gleich weit.
Wir helfen uns gegenseitig und freuen uns miteinander.
4. **Der / die Trainer:in gibt den Rahmen vor**
Die Trainer sorgen für Sicherheit und ein gutes Training.
Ihre Anweisungen gelten für alle.
5. **Im Training sind wir fokussiert**
Wir hören zu, machen mit und stören den Trainingsablauf nicht.
6. **Pünktlich & bereit**
Wir kommen pünktlich zum Training und haben die komplette Ausrüstung dabei.
7. **Eltern & Trainer ziehen am gleichen Strang**
Eltern unterstützen ihr Kind – das Coaching im Training übernehmen die Trainer.
Gespräche sind willkommen, aber bitte zum passenden Zeitpunkt.
8. **Konsequenzen helfen, nicht bestrafen**
Wenn Regeln missachtet werden, entscheiden die Trainer situationsgerecht:
von einer klaren Ansage über eine kurze Pause bis zum Trainingsabbruch – immer im Sinne der Sicherheit und der Gruppe.

Dieser Kodex gilt **für alle**: Fahrer:innen, Eltern und Trainer.

Er soll helfen, ein **starkes, faires und positives Clubgefühl** zu schaffen.

Gemeinsam. Fair. Flying Tigers. 🐯 🚲