

Huisregels Taus Gym

Respect & gedrag

-  Begroet altijd je trainingspartners: teken van respect.
-  Geen discriminerend, intimiderend of ongewenst gedrag.
-  Fysiek contact alleen binnen de oefeningen.
-  Volg altijd de aanwijzingen van instructeurs.
-  Train met respect voor je partner; bepaal samen de intensiteit.

Kleding & hygiëne

-  Alleen schone binnensportschoenen of blote voeten (mits schoon).
-  Kom gedoucht en in schoon sporttenu naar de les.
-  Nagels kort en schoon.
-  Geen sieraden, horloges of scherpe accessoires.
-  Lang haar vast (bij voorkeur knot) met zachte elastiek (geen metaal).
-  Wondjes verbinden vóór deelname.

Gezondheid

-  Blijf thuis bij ziekte of besmettelijke aandoeningen. Twijfel? Raadpleeg instructeur.
-  Meld blessures of medische beperkingen vooraf bij de instructeur.
-  Geen deelname onder invloed van alcohol, drugs of medicatie die alertheid vermindert.

Veiligheid & materiaal

-  Verplicht beschermingsmateriaal (bitje, tok, scheenbeschermers) bij sparren of waar voorgeschreven.
-  Eigen materialen moeten onbeschadigd en veilig zijn.
-  Gebruik attributen alleen na toestemming van de instructeur.
-  Geen ballen of objecten tegen de muur achter het boksakkenrek gooien.

Ruimtes & spullen

-  Kom op tijd; na de warming-up instromen alleen met toestemming van de instructeur.
-  Tijdens lessen wachten in de kleedkamer of op de banken; niet storen.
-  Bezoekers zitten alleen op de banken, niet in de zaal.
-  Kleedkamers netjes achterlaten; waardevolle spullen op eigen risico.
-  Eten in de zaal is niet toegestaan (uitzondering medische reden). Drinken alleen uit een bidon.
-  Mobiele telefoons uit, tenzij toestemming van de instructeur.
-  Foto's/filmpjes maken tijdens de les is niet toegestaan; na de les alleen van jezelf of met toestemming.

Kinderen & ouders

-  Kinderen zijn 10 minuten voor de les aanwezig en worden uiterlijk 15 minuten na afloop opgehaald.
-  Kinderen blijven tijdens de les in de zaal en lopen niet tussendoor naar buiten.
-  Ouders/verzorgers staan buiten het zicht van kinderen. 1x per 90 dagen mag een les bijgewoond worden.
-  Ouders mengen zich nooit in de les, tenzij de instructeur dat toestaat.

Krav Maga-specifiek

-  Kom op tijd en in volledig voorgeschreven tenue.
-  Buig bij aanvang en afsluiting van de les.
-  Draag het uniform correct: T-shirt in de broek, geen opgerolde mouwen of broekspijpen (indien nodig laten omzomen).

Overig

-  Lesroosters, tijden en locaties kunnen wijzigen.
-  Op feestdagen en in schoolvakanties kan Taus Gym gesloten zijn, zonder recht op restitutie.
-  Storend gedrag of overtreding van regels kan leiden tot verwijdering of beëindiging lidmaatschap.
-  Bij betalingsachterstand kan deelname worden geweigerd.
-  Bij afwezigheid van de instructeur wordt een vervanger gezocht; lukt dit niet, kan de les vervallen.