

Regels leden

- Geen kauwgom
- Vastmaken van je haar
- Vertrekken tijdens les, altijd vragen
- Drinken op aangegeven momenten
- Niet eten
- Geen telefoon
- Respect materiaal - doorgeven
- Groeten binnen en buiten
- Niet binnen zonder trainer
- Te laat - wachten op signaal trainer
- Geen schoenen of kousen (tenzij medisch)
- Witte t-shirt onder dobok
- Sportieve kledij tijdens de lessen
- Herbruikbare fles bij voorkeur
- Geen juwelen (tenzij medisch)
- Geen kap, muts of pet op het hoofd tijdens de training. Religieuze hoofdbedekking is toegestaan met voorkeur op sportieve hoofdbedekking.
- Pesten of uitlachen NEEN!