

## **Commitment Regionalzentrum Sportklettern St. Gallen**

### **für Athleten und Trainer**

#### **Der Athlet ist bereit:**

- engagiert und motiviert das Training vollständig mitzumachen.
- sich fair und sportlich zu verhalten. Mobbing, Lästern oder diskriminierendes Verhalten werden nicht toleriert.
- Verantwortung für sich und seine Kletterpartner zu übernehmen.
- die Sicherheitsvorgaben, Regeln und Anordnungen der Trainer zu befolgen.
- pünktlich zu den Trainings zu erscheinen. Bei Verspätung oder Abwesenheit sich rechtzeitig bei dem/der zuständigen Trainer/in abzumelden.
- Neues zu lernen und Feedback anzunehmen sowie umzusetzen.
- Konflikte respektvoll, offen und lösungsorientiert anzusprechen.
- nimmt an internen Anlässen teil.
- Sorgfalt zu Material, Infrastruktur, Kletterhalle und Umwelt zu tragen.
- an Wettkämpfen die Bekleidung vom Regionalzentrum zu tragen.

#### **Pflichten des Trainerteams:**

- sich um ein positives, respektvolles und motivierendes Trainingsklima zu bemühen.
- die Athlet:innen bei ihrem sportlichen Einsatz zu unterstützen und individuell zu fördern.
- notwendige Sicherungs- und Klettertechniken fachgerecht zu vermitteln.
- sich aktiv für gute zwischenmenschliche Beziehungen und eine gesunde Teamkultur einzusetzen.