



## Regularien zum Triathlon-Jugendtraining

### 1. Aufsichtspflicht:

- a. Bei den Trainingseinheiten wird die Aufsichtspflicht nach dem Prinzip der „Vis-à-Vis Übergabe“ übernommen. Dies hat zur Folge, dass die Übergabe der „Aufsichtspflicht“ erst erfolgt, wenn die Trainer gesehen wurden. Nur so kann sichergestellt werden, dass die Kinder sicher beim Training ankommen. Selbstverständlich ist es auch in Ordnung, wenn die Kinder alleine zum Training kommen. Dies geschieht dann jedoch auf eigene Verantwortung.
- b. Nach dem Training erfolgt das gleiche Prinzip. Die Trainer warten solange, bis die Kinder abgeholt wurden. Lange Wartezeiten sind zu vermeiden, die Kinder müssen rechtzeitig abgeholt werden.
- c. Kommen die Kinder alleine zum Training, so trauen die Eltern ihnen zu, dass sie den Weg selbstständig zurücklegen und auch den Rückweg selbstständig bewältigen können. Die Kinder werden von den Trainern nach dem Training alleine auf den Heimweg geschickt. Eine Ausnahme davon besteht, wenn es eine gesonderte mündliche Absprache mit den Trainern gibt.
- d. Für das Schwimmtraining gelten die bereits bestehenden Regularien des Schwimmressorts
- e. Alle Vereinsmitglieder sind während des Trainingsbetriebs sowie auf dem Weg dorthin versichert.

### 2. Anwesenheit:

- a. Um ein regelmäßiges Training anbieten zu können, müssen Abmeldungen aufgrund von Krankheit oder sonstigen Gründen frühzeitig an die Trainer weitergegeben werden.
- b. Sollten die angebotenen Trainingszeiten grundsätzlich nicht passen, kann gemeinsam mit den Trainern nach einer gemeinsamen Lösung gesucht werden.

### 3. Wettkämpfe:

- a. Eine rege Teilnahme an Wettkämpfen ist wünschenswert, aber keine Pflicht. Informationen zu den Wettkämpfen werden frühzeitig per Mail bekannt gegeben. Bei W+F steht der Spaß am Sport und nicht die Platzierung bei Wettkämpfen im Vordergrund. Bei der Planung von Wettkämpfen sollten sich die Kinder nicht unter Druck gesetzt fühlen.
- b. Um die Anreise zu den Wettkämpfen möglichst unkompliziert zu gestalten, wird im Optimalfall gemeinsam zu den Wettkämpfen gefahren. Nach Möglichkeit werden die Trainer selbst Mitfahrgelegenheiten anbieten oder sich darum kümmern, dass Fahrgemeinschaften gebildet werden. So soll verhindert werden, dass jeder einzeln fahren muss.

#### **4. Radfahren:**

Über die bereits oben stehenden Regularien hinaus, gibt es beim Radtraining noch folgende Regeln zu beachten.

- a. Während des Radtrainings besteht eine absolute Helmpflicht. Dies bedeutet, dass jeder Teilnehmer einen Helm tragen muss, der ihm auch passt. Ohne Fahrradhelm ist eine Teilnahme am Radtraining nicht möglich.
- b. Die Teilnehmer tragen die Verantwortung dafür, dass die Radausrüstung sicher und vollständig ist. Es wird empfohlen, dass Rad/Rennrad regelmäßig in einer Fachwerkstatt inspizieren zu lassen.
- c. Wichtig ist, dass die Teilnehmer mit der StVO vertraut sind. Während des Radtrainings wird im öffentlichen Straßenverkehr gefahren. Mit der Teilnahme am Radtraining verpflichtet sich jeder dazu, sich gemäß der StVO zu verhalten. Das Radtraining der jüngeren Sportler (U10) wird sofern möglich selbstverständlich in möglichst ruhigen Verkehrsgebieten (Parkplätzen etc.) stattfinden.

#### **5. Gesundheitliche Hinweise:**

- a. Da Triathlon ein körperlich sehr anspruchsvoller Sport ist, verpflichtet sich jeder, eine jährliche medizinische Untersuchung durchführen zu lassen. Diese soll nach Möglichkeit ein EKG (Analyse der Herzfunktion) beinhalten. Den Trainern ist im Anschluss daran eine Bescheinigung des Arztes vorzuzeigen, die die Sporttauglichkeit ausweist
- b. Darüber hinaus ist es notwendig, dass die Trainer rechtzeitig über Krankheiten oder körperliche Einschränkungen informiert werden (sowohl akute (temporäre) Infekte wie Erkältungen, als auch andere (chronische) Krankheiten wie z.B. Asthma oder Diabetes). Dies ist besonders deshalb wichtig, da dann die Teilnahme am Training eingeschränkt werden muss. Gerade Erkältungen sollten nicht unterschätzt werden. Aufgrund dieser Informationen können die Trainer Risiken vorbeugen.
- c. Je nach Gesundheitsstand können die Teilnehmer nicht vollständig am Training teilnehmen. Die Trainer werden die Betroffenen darüber aufklären und einen gemeinsamen Weg suchen

#### **6. Kommunikation:**

- a. Für die Kommunikation wird überwiegend der Messenger-Dienst „WhatsApp“ verwendet. Sollte dies seitens der Eltern z.B. aus Datenschutzgründen nicht gewünscht sein, kann die Kommunikation auch ausschließlich per Mail stattfinden. Dies ist schnellstmöglich per Mail an [tri-jugend@wasser-freizeit.de](mailto:tri-jugend@wasser-freizeit.de) mitzuteilen. Wichtige Anliegen werden zudem (zumindest zusätzlich) auch immer per Mail versendet.

#### **7. Ansprechpartner:**

- a. Fragen können direkt vor/bei oder nach dem Training mit den entsprechenden Trainern geklärt werden. Darüber hinaus sind die Ansprechpartner der Triathlon-Jugend per Mail [tri-jugend@wasser-freizeit.de](mailto:tri-jugend@wasser-freizeit.de) oder auch telefonisch (Quentin Staudinger: +49 1577 3759410, Johanna Bode: +49 1514 2647253). zu erreichen.