

ERDING BULLS CHEERLEADING

Verhaltensregeln:

Uniform, Teamkleidung und PomPoms

- Kein Rauchen oder Alkohol trinken in Uniform
- Uniformen und Teamkleidung wird von den Cheerleadern selbst gewaschen und stets pfleglich behandelt
- Uniformen dürfen unter keinen Umständen gebügelt werden (der Stoff schmilzt dabei)
- Beschädigungen an den Uniformen, die nicht im Rahmen eines Auftrittes entstanden sind, werden von den Sportlerinnen und Sportlern selbst getragen
- Die PomPoms werden nicht in zu kleine Taschen gestopft und sind mit Sorgfalt zu behandeln

Anwesenheit

- Jedes Training ist ein Pflichttraining – Stunts und Choreos können nur im kompletten Team eingeübt werden
- Ausnahmen sind so weit im Voraus anzumelden wie möglich!!
- Ausnahmen: Familienfeiern, Schulveranstaltungen, Fahrschule, Arzttermine
➔ Von den Cheerleadern wird ein gutes Zeitmanagement erwartet, sodass das Training regelmäßig besucht werden kann
- Pünktliches Erscheinen wird vorausgesetzt und Verspätungen werden so früh wie möglich gemeldet
- Krankheit wird auch so frühzeitig wie möglich gemeldet

Training

- Keine langen Fingernägel, kein Schmuck (Verletzungsgefahr!)
- Enge bequeme Sportkleidung, Cheer-Schuhe (eng geschnürt)
- Kein Stunten ohne Anweisung durch den Coach
- Konzentration, Vertrauen und Sicherheit sind das oberste Gebot beim Stunten
- Alle Trainingseinheiten sind verantwortungsvoll durchzuführen, dazu gehören auch Warm-up, Stretching und Cool Down
- Wenn der Coach spricht, wird stets für Ruhe gesorgt
- Beim Stunten wird nicht gesprochen, damit die Stuntgruppen die Counts hören können
- Für Sätze wie „Das kann ich nicht“ und für das fallen lassen eines Flyers gibt es Strafaufgaben
- Die Athleten werden dazu angehalten auch zuhause zu trainieren (Krafttraining, Ausdauer, Bodenturnen, Cheers und Chants)
- Flyer müssen ihre Body-Positions trainieren und idealerweise täglich stretchen
- Engagiert euch und bringt eure Ideen jederzeit mit ein!!!

Game Day

- Aktives Leben der Vorbildfunktion eines Cheerleaders
- Gegnerische Cheerleading oder Football Teams werden vorbildlich behandelt und herzlich empfangen
- Keine Kraftausdrücke oder Streitereien
- Liegt ein verletzter Spieler auf dem Feld, knien die Cheerleader ab bis dieser wieder steht
- Die Formation wird nur mit Erlaubnis des Coaches verlassen
- IMMER Lächeln!!

Team

- Sei hilfsbereit deinen Teammitgliedern gegenüber
- Motiviert euch gegenseitig
- Unstimmigkeiten werden mit dem Coach geklärt
- Nicht jeder muss jeden mögen, aber respektieren!!

Coach

- Der Coach vertraut euch, vertraut auch ihm!
- Probleme werden sofort mit dem Coach geklärt
- Der Coach entscheidet immer zum Wohle des Teams
- Probleme mit dem Coach selbst können auch durch den Team-Captain an den Coach herangetragen werden
- Respekt gegenüber dem Coach wird zu jeder Zeit vorausgesetzt
- Denkt daran: euer Coach steckt für euch Unmengen an Zeit in die Planung von Auftritten, Choreos, Training etc., also ist es nur anständig alles daran zu setzen im Training zu erscheinen, denn ohne ein vollständiges Team sind die Vorbereitungen des Coaches umsonst.