PROBETRAINING · KINDERKURSE

CHECKLISTE FÜR ELTERN

Schön, dass dein Kind bei uns reinschnuppert! Damit zum ersten Training alles dabei ist, findest du hier die Grundausstattung. Bitte achte darauf, dass dein Kind sauber und gepflegt zum Training kommt (gepflegte Haare, saubere Zähne, geschnittene Finger- und Fußnägel).

DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

- ✓ Badelatschen
- ✓ Sauberes Shirt
- ✓ 15 Minuten früher da sein
- ✓ Hose ohne Reißverschluss/Knöpfe
- ✓ Trinkflasche & Handtuch
- ✓ Schloss: gibt es bei uns

01 SCHUHE

Badelatschen bzw. Flip-Flops

Der Weg zu den Trainingshallen führt durch den öffentlichen Trainingsbereich (Kraft und Kardio). Dort sind nur Badelatschen erlaubt.

In den Hallen trainieren die Kinder grundsätzlich barfuß – das fördert die natürliche Fußmuskulatur.

Wer im Youngster-Bereich mit Boxstiefeln trainiert, trägt diese nur in der Striking-Halle, nicht im öffentlichen Bereich.

02 TRAININGSKLEIDUNG

Shirt und Hose ohne Reißverschlüsse und Knöpfe

Dein Kind braucht eine saubere Trainingshose ohne Reißverschlüsse und Knöpfe. Dazu ein sauberes Shirt.

Straßenkleidung bleibt draußen – sie darf nicht mit in die Hallen.

03 EQUIPMENT

Zum Probetraining ist kein eigenes Equipment nötig

Wer eigenes Equipment mitbringt: bitte nur sauber und intakt.

04 VORHÄNGESCHLOSS

Für den Spind – wir haben eins für euch

Für das Probetraining stellen wir ein Vorhängeschloss gegen Pfand zur Verfügung.

Alternativ kannst du ein Vorhängeschloss für 10 € am Empfang kaufen.