

Base Team Rules
 selber ausdrucken,
 ----- abschneiden,
 — falten (1x längs, 4x quer im Zickzack)



Vorderseite
 ↓

Benutzung vom Handy

Use it wisely

- ▷ KEINE Handys am Tisch
- ▷ Handys werden während der Nachtruhe eingezogen
- ▷ Benützung während der Trainings NUR in Notfällen oder auf Anweisung

Team-Bekleidung

Immer angepasst

- ▷ Bei allen Trainings und Wettkämpfen
- ▷ Tragen der Teamkleidung an allen Anlässen von BASE sowie an allen Anlässen von Gönnern und Sponsoren
- ▷ Zusätzlich gelten für Rangverkündigungen und Fototermine folgende Regeln: Tragen der Mütze / Stirnband (Sponsoren gut sichtbar); Mitnahme des Snowboards oder, wenn durch BASE abgegeben, die Snowboard-Hülle (Sleeve, Sponsoren gut sichtbar); Tragen der Jacke und der Hose (nicht gerollt) des Teamanzugs

Cool & Clean

Selbstverständlich

- ▷ Ich verhalte mich fair!
- ▷ Ich leiste ohne Doping!
- ▷ Ich verzichte auf Tabak!
- ▷ Ich verzichte auf Alkohol! (U16)
- ▷ Wenn ich Alkohol trinke, dann ohne mir und anderen zu schaden! (16+)
- ▷ Ich will meine Ziele erreichen und so an die Spitze kommen
- ▷ Eine Niederlage ist ein weiterer Sprung zum Erfolg
- ▷ Freude und Leidenschaft ist die Basis zum Erfolg
- ▷ Ich halte mich an die Team Rules

Von Athleten für Athleten

Unser Codex

- ▷ BASE ist ein Vorbild
- ▷ Keine Gewalt im Team
- ▷ Wir handeln umweltfreundlich
- ▷ Wir spielen zusammen statt zu gamen
- ▷ Wir lenken andere nicht vom Training ab
- ▷ Wir passen unsere Kommunikation dem Umfeld an

BASE TEAM RULES

Sei fair und halt dich dran!



Verhalten im Team
 Wir untereinander

- ▷ Zeig Zivilcourage
- ▷ Sei fair und rücksichtsvoll mit deiner Umgebung
- ▷ Begrüße BASE Mitglieder mit dem Team-Gruss
- ▷ Unterstütze das ganze BASE Team
- ▷ Behandle deine Mitmenschen so wie du selbst behandelt werden möchtest
- ▷ Bespreche Probleme mit der betroffenen Person und/oder wende dich an deine Trainingsleitung

Food Rules

Unser knigge Check

- ▷ Achte auf angepasste Kleidung beim Essen
- ▷ Achte auf die Ordnung am Tisch nach dem Essen (zusammenstellen, abräumen, Stühle zurückstellen)
- ▷ Achte auf ausgewogene und bewusste Ernährung (Verzichte auf: Süssigkeiten, Chips, Pommes, Süssgetränke)

Verhalten in der Öffentlichkeit

Unser Erscheinungsbild

- ▷ Sei pünktlich!
- ▷ Sei rücksichtsvoll und hilfsbereit
- ▷ Begrüße dein Gegenüber freundlich und der Situation angepasst

Grundsätze

Die Basis

- ▷ Wir sind offen
- ▷ Wir sind ehrlich
- ▷ Wir vertrauen einander
- ▷ Wir respektieren einander
- ▷ Wir handeln selbstverantwortlich
- ▷ Wir geben einander konstruktive Feedbacks

Der Zusammenhalt spielt in jedem Team eine entscheidende Rolle. Denn er hat einen grossen Einfluss auf die Motivation und damit auch auf den Erfolg der Mannschaft. Dazu haben wir die Team Rules zusammen erarbeitet. Diese dienen uns als Basis für unseren Teamgeist, wie als auch unsere Ziele zu erreichen und gemeinsam an die Spitze zu kommen.

Euer
Janik Leuzinger
 Cheftrainer

