

Kinderinfo Kinder- und Jugendschutz des Ares Taekwondo Alpha e.V.

Deine Rechte im Ares Taekwondo Alpha e.V.

Schön, dass du bei uns trainierst!

Taekwondo soll dir Spaß machen. Du sollst dich beim Training sicher fühlen und fair behandelt werden. Dafür gibt es bei uns klare Regeln.

Das ist uns wichtig

- Du wirst respektvoll behandelt
- Du darfst immer sagen, wenn dir etwas unangenehm ist

Dein Körper gehört **dir**.

Niemand darf dich zum Training zwingen. Wenn du am Training teilnimmst, ist es jedoch notwendig, dass du auf den Trainer hörst, damit das Training für alle sicher und reibungslos abläuft.

Körperkontakt im Training

Manchmal müssen Trainer etwas zeigen oder korrigieren. Dabei gilt:

- Berührungen gibt es nur, wenn sie für den Sport nötig sind
- Der Trainer sagt vorher, was er macht
- Wenn du etwas nicht möchtest, darfst du **nein** sagen

Nein sagen ist völlig okay.

Umkleiden und Duschen

- Trainer kommen nur in die Umkleidekabine, wenn es wirklich nötig ist
- Niemand darf dich dort fotografieren oder filmen

Du darfst dich dort sicher fühlen.

So reden wir miteinander

- Kritik soll helfen, nicht verletzen
- Fehler gehören zum Lernen dazu

Nachrichten, Fotos und Videos

- Trainer schreiben dir nicht heimlich private Nachrichten
- Fotos oder Videos werden nur mit Erlaubnis gemacht
- Niemand darf dich nach privaten Bildern fragen
- Infos kommen immer in Gruppen oder über eure Eltern

Wenn dir im Training etwas komisch vorkommt

Wenn dir etwas Angst macht, komisch oder unangenehm ist:

- Sprich mit deinen Eltern
- Oder sprich mit einem Trainer oder einer Trainerin deines Vertrauens
- Oder sprich mit der Jugendschutz-Ansprechperson (Jugendwart) im Verein

Du wirst ernst genommen.

Wichtig zu wissen

- Du bekommst keinen Ärger, wenn du die Wahrheit sagst
- Du hast immer das Recht auf Hilfe
- Du bist nicht schuld, wenn andere die Regeln brechen

Unser Versprechen

Wir passen auf dich auf. Taekwondo soll stark machen - im Körper und im Kopf.

Dein Vorstand des Ares Taekwondo Alpha e.V.

Potsdam, den 20.02.2026