



Règles du Box Club Biel-Bienne

- Je respecte les entraîneurs, ainsi que tous les autres membres.
- Je prends soin du mobilier et du matériel de boxe.
- Le matériel et les appareils d'entraînement une fois utilisés doivent être rangés à leur place.
- Aucune nourriture sur les lieux d'entraînements.
- Les parures, telles que piercings, boucles d'oreilles, bagues, montres, etc. doivent être retirés.
- Nous pratiquons un sport propre, ce qui signifie que je ne consomme aucune drogue, ni alcool pour l'entraînement.
- Je pénètre dans le local d'entraînement **UNIQUEMENT** avec des chaussures propres, ou des chaussures de salle ; en outre, je veille à porter des vêtements propres.
- Les sacs de sport restent dans le vestiaire. Les objets de valeur et le matériel de boxe personnel peuvent être déposés dans le local.
- Les gants de boxe (au minimum 12oz et pas plus vieux de 2-3 ans) et les bandages font partie de l'équipement personnel (option protège dents et casque). Ils peuvent être obtenus auprès du club.
- Je dois amener une serviette-éponge pour l'entraînement.
- Les personnes qui attendent que débute l'entraînement suivant, ou qui viennent de le terminer doivent se tenir tranquilles dans le local d'entraînement. Il est possible de causer dehors, ou dans le local de fitness.