

...learn by heart...

Regel Nummer...

Eins, wenn der Trainer spricht dann nur allein!

Zwei, wir kommen immer pünktlich zum Training herbei!

Drei, unseren Trainingsanzug haben wir immer sauber dabei!

Vier, alle Techniken machen wir nur im Notfall oder hier!

Fünft, machst Du etwas richtig gut, dann gibt es Fünf für deinen Mut! (High five)

Sechs, wir sind schneller als die Hex!

Sieben, Respekt und Höflichkeit ist das was wir trainieren!

Acht, wir geben aufeinander acht!

Neun, wir haben Spaß und können uns freuen!!

Zehn, wir grüßen beim Ankommen und beim Gehen!

Elf, wir schreien nicht wie ein Elch!

Zwölf, wir melden uns von selbst!

Dreizehn, vor dem Training Hände waschen gehen!