

## Code of Conduct für Athleten die in Checkpoints<sup>1</sup> trainieren

Swiss Triathlon und die Ausbildungsclubs wollen dich fördern und sicherstellen, dass du als Athlet<sup>2</sup> im Kindes- und Jugendalter den Sport geniessen und Fortschritte machen kannst. Um dies in optimaler Weise zu ermöglichen, erwarten die Trainer der Checkpoints und die Verantwortlichen von Swiss Triathlon, dass du dich an folgende Grundsätze hältst:

1. **Gesundheit:** Du treibst nur Sport und vor allem Leistungssport, wenn du dich gesund fühlst. Krankheit(en), Beschwerden und Überforderungsgefühl (physisch und/oder psychisch) teilst du den Eltern und/oder Trainern spätestens vor Trainingsbeginn mit. Du leistest ohne Doping und verzichtest auf Tabak und Cannabis und trinkst Alkohol, wenn überhaupt, verantwortungsbewusst (Cool&Clean).
2. **Zielorientierung:** Du setzt dir gemeinsam mit deinem Trainer oder Coach realistische Ziele und hast den Willen diese zu erreichen. Du akzeptierst und befolgst die Unterstützung und Ratschläge deiner Eltern und Trainer sowohl in schulischen wie auch in sportlichen Aktivitäten.
3. **Anerkennung:** Du beurteilst die eigene Leistung anhand der eigenen Verfassung (Aufwand/Ertrag) und nicht bloss anhand tagesaktueller Resultate. Erniedrigungen durch andere Athleten, Trainer oder Eltern akzeptierst du nicht und meldest sie sofort deinem Coach oder deinen Eltern
4. **Fairness und Sportlichkeit:** Du kennst das Reglement von Swiss Triathlon und wendest es korrekt an. Entscheide und Anweisungen von Trainern und Offiziellen diskutierst du nicht im Wettkampfumfeld. Einwände, die du gegenüber dem Checkpoint oder Swiss Triathlon hast, diskutierst du als Erstes mit dem Coach oder Trainer des Checkpoints. Du bist ein positives Vorbild für Kollegen und förderst auch dadurch den Sportsgeist, indem du alle anderen Athleten, alle Trainer und Offiziellen akzeptierst und respektierst. Du benutzt korrekte und angemessene Sprache zu jedem Zeitpunkt und gegenüber allen.
5. **Pünktlichkeit:** In allen Trainings und Wettkämpfen bist du pünktlich. Für alle Trainings gilt, 5 Minuten vor Trainingsbeginn in der entsprechenden kompletten Ausrüstung beim Treffpunkt zu sein.
6. **Ausrüstung:** Du trägst Sorge zu deiner Ausrüstung und eignest dir Kenntnisse über dessen Pflege und Wartung an. Du bist in der Lage die richtige Funktionsweise der Ausrüstung, insbesondere der sicherheitsrelevanten Teile (Helm, Bremsen, Reifen) zu prüfen und tust dies vor jedem Trainingsbeginn.

---

<sup>1</sup> Checkpoints sind die offiziellen Ausbildungs-Clubs von Swiss Triathlon

<sup>2</sup> Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird auf eine geschlechtsspezifische Differenzierung, wie z.B. Athlet/-in, verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung immer für beide Geschlechter