



## Vereinbarung gegen Gewalt

Die Entwicklung der letzten Jahre zeigt, dass grundlegende Werte wie Respekt, Anstand und Disziplin in unserer Gesellschaft zunehmend verloren gehen. Diese Werte ermöglichen ein friedliches Zusammenleben in der Gesellschaft. Im Sport und besonders im Kampfsport, sind diese Werte besonders wichtig. Wir sehen es als unsere Aufgabe, gewisse Werte zu vermitteln und durchzusetzen, soweit es uns als Kampfkunst Lehrer möglich ist. Wir rufen deshalb alle unsere Schüler zum Gewaltverzicht auf und fordern dass Black Dragon Mitglieder Mitmenschen, unserem Sport und der Umwelt mit Respekt begegnen!

### Was ist Gewalt?

Gewalt ist ein Ausdruck der Ohnmacht und Schwäche. Sie ist ein Zeichen für soziale Inkompetenz und zeigt die Unfähigkeit etwas aus- und durchhalten zu können. Wer gewalttätig ist, leidet an einem niederen Selbstwertgefühl. Mit Gewalt erlangt man keinen Respekt und keine Achtung, höchstens Ächtung.

### Was ist Respekt?

Respekt bezeichnet eine Form der Wertschätzung und Achtung gegenüber einer anderen Person und unserer Umwelt/Umgebung. Eine respektvolle Haltung schließt bedenkenloses egoistisches Verhalten aus.

### Wie kann ich mich respektvoll verhalten?

Beherrsche IMMER die Regel: Behandle deine Mitmenschen so, wie du auch selbst gerne behandelt werden willst.

### Wie verhalte ich mich in bedrohlichen Notsituationen?

1. Droht eine Situation ausser Kontrolle zu geraten, musst du versuchen die Situation verbal zu de-eskalieren. Das heisst, mit ruhigen klaren Worten die Situation zu klären. Halte einen Respektsabstand zu deinem Gegenüber ein.
2. Denke stets daran: Gewalt erzeugt noch mehr Gewalt!
3. Wenn du kannst und alleine bist (also niemanden im Stich lässt) lauf schnell davon.
4. Muay Thai darf nur in Notsituationen angewendet werden, welche ohne eigenes Verschulden entstehen.
5. Die Selbstverteidigung muss sich auf das Nötigste beschränken und verhältnismässig sein.

Mit meiner Unterschrift bestätige und anerkenne ich diese Vereinbarung und deren Folgen: Ich halte die Werte des Black Dragon Gyms ein während dem Training und im täglichen Leben. Wenn ich mich gewalttätig verhalte, werde ich mit sofortiger Wirkung vom Unterricht ausgeschlossen, meine Mitgliedschaft und das Abonnement verfallen mit sofortiger Wirkung. Das Black Dragon Gym behält sich das Recht vor, der Polizei in begründeten Verdachtsfällen Informationen zur Verfügung zu stellen oder einen Strafregister Auszug zu verlangen. Kampfsportschulen aus der Region werden über gewalttätige Personen benachrichtigt!