

Strafenkatalog für's Freitagstraining

1. Das Training

Wer am Training der Freitagsgruppe teilnimmt verpflichtet sich automatisch zur Anerkennung des Strafenkatalog.

2. Der Schuh

Jede Strafe wird am Ende des Trainings oder Spiel in den Schuh gezahlt. Das Einhalten der Strafen wird vom Trainer (bei Nichtanwesenheit des Trainers ist der Kapitän der Spielmannschaft dafür verantwortlich) beaufsichtigt. Der Trainer ist für den Schuh und das Ankommen des Geldes in den Schuh verantwortlich.

3. Abmelden

Die Abmeldung oder Verspätung muss spätestens bis Donnerstag 18 Uhr (beim Punktspiel eine Woche zuvor) erfolgen, ansonsten folgt eine Strafe. Abgemeldet wird sich beim Trainer unter: 0170/9347038 oder unter Doc.Faust@web.de

4. Unpünktlichkeit

Jedes unangemeldete Zuspätkommen (Trainingsbeginn: 20 Uhr) oder Nichterscheinen wird bestraft.

Training:	Zuspätkommen -	1 Euro Strafe erhöht sich aller 5 min. um 10 Cent
	Nichterscheinen-	1,50 Euro (Höchststrafe)
Punktspiel:	Zuspätkommen –	2 Euro Strafe erhöht sich aller 5 min. um 20 Cent
	Nichterscheinen –	10 Euro (Höchststrafe)

5. Angaben

Jede vergebene Angabe beinhaltet eine Strafe.

Training:	5 Liegestütze
Punktspiel:	0,50 Euro

Jede **erste** vergebene Angabe beinhaltet eine höhere Strafe.

Training:	10 Liegestütze
Punktspiel:	1,50 Euro

Jeder vergebene Satzball beinhaltet eine Strafe.

Training:	10 runden Laufen und 10 Liegestütze
Punktspiel:	einen Elfer Kiste Bier oder Mixgetränke