

Project “Lifestyle Attitude”

...Zelfredzaamheid - Materiaalzorg: Mijn voetbaltas...

Als speler van RC Hades met de juiste “lifestyle” verwachten we dat je zorg draagt voor je voetbaltas en je voetbalkleren !

We maken steeds ZELF onze voetbaltas klaar. Ik ben zelf verantwoordelijk voor wat er in zit.

Mijn voetbaltas klaarmaken doe ik best de dag of de avond voor de training/wedstrijd.

Wat zit er steeds in mijn voetbaltas:

		
<p style="text-align: center;">Muts en handschoenen</p>	<p style="text-align: center;">Voetbalschoenen</p>	<p style="text-align: center;">Scheenbeschermers</p>
		
<p style="text-align: center;">Drinkbus (gevuld met isotoon drankje bij elke training/wedstrijd)</p>	<p style="text-align: center;">Badslippers – Zeep – Washandje – Reservekledij (in een plastic zakje)</p>	
		
<p style="text-align: center;">Regenjas – T-shirt – Sweater</p>	<p style="text-align: center;">Onze voetbal = OPGEpompt</p>	

Ik draag steeds zelf mijn voetbaltas tot de kledkamer. Ik ben hiervoor oud genoeg.

Bij het verlaten van de kledkamer laten we deze ordelijk achter. De voetbaltas hoort dus onder de banken. Bij nat weer is het belangrijk om je kleren in een plastic zak te steken. Zo houden we de andere spullen droog.

Wanneer ik thuiskom:

- gooi ik alle vuile en natte kleding in een wasmand.
- kuis ik zelf mijn schoenen en laat ik deze drogen (niet onder de verwarming).
- oefen ik op het binden van mijn veters (dubbele knoop).

