

RUGBY CLUB BERN

Postfach 7705
3001 Bern
www.rugbybern.ch



Unsere Werte®

Leidenschaft

- Wir lieben unseren Teamkampsport – RUGBY
- Wir sind stolze Mitglieder des Rugby Club Bern
- Wir sind Kopf, Herz und Körper des Bären auf unserer Brust

Bescheidenheit

- Wir stellen unsere Interessen hinter die des Teams
- Wir wissen nicht alles und können immer etwas dazulernen

Disziplin

- Wir sind anständig und beherrschen uns
- Wir sind fair gegenüber unseren Mitspielern und Gegnern
- Wir halten uns an die Regeln
- Wir respektieren Schiedsrichter, Coaches und Zuschauer
- Wir achten unsere Umwelt

Mut

- Wir können einstecken und austeilen

Solidarität

- Wir kämpfen für unsere Farben und unsere Mitspieler
- Wir sind verschieden, doch nur zusammen sind wir stark

Verantwortung

- Wir übernehmen Verantwortung für uns und unser Team
- Wir leben gesund
- Wir sind Vorbilder

Anstrengung

- Wir halten Anstrengung und Entbehrung aus – und wachsen daran

Nos valeurs®

Passion

- Nous aimons notre sport collectif de combat – le RUGBY
- Nous sommes fiers d'être membres du Rugby Club Bern
- Nous sommes la tête, le cœur et le corps de l'ours porté sur notre poitrine

Modestie

- Nous plaçons nos intérêts personnels derrière ceux de l'équipe
- Nous ne savons pas tout et pouvons toujours apprendre

Discipline

- Nous sommes corrects et nous nous maîtrisons
- Nous sommes fair-play avec nos coéquipiers et nos adversaires
- Nous respectons les règles
- Nous respectons les arbitres, les entraîneurs et les spectateurs
- Nous respectons l'environnement

Courage

- Nous savons encaisser et distribuer

Solidarité

- Nous nous battons pour nos couleurs et nos coéquipiers
- Nous sommes différents, mais nous ne sommes forts qu'ensemble

Responsabilité

- Nous endossons la responsabilité pour nous-mêmes et pour notre équipe
- Nous vivons sainement
- Nous servons de modèles

Effort

- Nous supportons les efforts et les privations – ils nous font grandir

Our values®

Passion

- We love our fighting team sport – RUGBY
- We are proud members of Rugby Club Bern
- We are head, heart, body and soul of the bear we hold high on our chest

Modesty

- The team as a whole takes precedence over individual interests
- We do not know everything and are always willing to learn something new

Discipline

- We behave and control ourselves
- We are fair towards our teammates and opponents
- We respect the laws
- We respect referees, coaches and spectators
- We respect our environment

Courage

- We can take blows and don't shirk physicality

Solidarity

- We fight for our colours and teammates
- We are all different, but only strong when we come together

Responsibility

- We take responsibility for ourselves and our team
- We live healthy
- We are models

Effort

- We bear exertion and sacrifices – growing stronger as a result

**CHARTA
CHARTÉ
CHARTER**



Rugby Club Bern Charta®

Der **Rugby Club Bern** ist Teil der globusumspannenden **Rugby Familie** und will seinen Mitgliedern nach bestem Wissen und Gewissen eine **Schule fürs Leben** sein.

Der Rugby Club Bern steht zu den Traditionen und Eckpfeilern des Rugbys:

Rugby verdankt seinen Anreiz zu einem grossen Teil der Tatsache, dass es sowohl nach dem Buchstaben als auch im Geiste der Regeln gespielt wird. Die Verantwortung dafür, dass dies auf dem Spielfeld überhaupt möglich wird, liegt nicht beim Einzelnen, sondern liegt gemeinsam bei Coaches, Captains, Spielern, Spielerinnen und Spielleitern.

Der **Geist** des Spiels verlangt nach **Disziplin, Selbstkontrolle** und gegenseitigem **Respekt**, um überhaupt gedeihen zu können. Erst diese Qualitäten eines physisch **hohe Ansprüche** stellenden Spiels schmieden die **Kameradschaft** und den **Fairplaygedanken**, welche für den Erfolg von Rugby und dessen Erhaltung unverzichtbar sind.

Dies mögen altmodische **Traditionen** und **Tugenden** sein, doch sie haben den Zeittest in der Vergangenheit bis heute immer wieder bestanden.

Männer und Frauen, Jungen und Mädchen schätzen Rugby als Sport. Rugby baut auf **Teamarbeit**, gegenseitigem Verständnis und Respekt.

Die **Eckpfeiler** des Rugby sind, was sie schon immer gewesen sind und hoffentlich auch weiterhin sein werden: **Freude** am Mitmachen, **Mut** und **Geschicklichkeit**, welche das Spiel verlangt, **Liebe für einen Teamsport**, welcher das Leben aller Beteiligten bereichert und **lebenslange Freundschaften**, zusammengeschnitten durch ein geteiltes Interesse am Spiel mit dem ovalen Ball.

Rugby Club Bern Charte®

Le **Rugby Club Bern** fait partie de la **famille internationale du Rugby** et entend être, en son âme et conscience, **une école de la vie** pour ses membres.

Le Rugby Club Bern est acquis aux traditions et aux principes fondateurs du Rugby:

Le **Rugby** doit son attrait en grande partie au fait qu'il est tout aussi bien joué selon la lettre que dans l'esprit de la règle. Que cela puisse être mis en pratique sur le terrain n'est pas de la seule responsabilité de chacun, mais de la responsabilité collective des entraîneurs, des capitaines, des joueurs(-euses) et des dirigeants de jeu.

L'**esprit** du jeu exige de la **discipline**, du **self-control** et un **respect mutuel**. Ce sont en premier lieu ces qualités d'un **jeu physiquement très exigeant** qui forgent la **camaraderie** et l'**idée du fair-play**, indispensables au succès et à la préservation du Rugby.

Autant de **traditions** et de **vertus** qui peuvent sembler dépassées, mais elles ont réussi à surmonter le passage du temps, du passé à nos jours.

Les femmes et les hommes, les filles et les garçons apprécient le Rugby en tant que sport. Un sport qui repose sur le **travail d'équipe**, la compréhension et le respect mutuel.

Les **principes fondateurs** du Rugby sont ce qu'ils ont toujours été et, espérons-le, ce qu'ils continueront d'être: le **plaisir** de participer, le **courage** et l'**habileté** exigés par le jeu, l'**amour pour un sport d'équipe** qui enrichit la vie de tous les participants et qui soude des **amitiés pour la vie** par le biais d'un intérêt partagé pour le jeu avec le ballon ovale.

Rugby Club Bern Charter®

The **Rugby Club Bern** is part of the international **Rugby family** and is willing with all its heart and soul to be a **school of life** for its members.

The Rugby Club Bern stands for Rugby's traditions and cornerstones:

Rugby's attraction is mostly due to the fact that it is played according to the letter as well as to the spirit of the laws. Implementing this on the field of play relies not only on each and everyone's responsibility, but essentially on the coaches, captains, players and referees collective responsibility.

The **spirit** of the game demands **discipline, self-control** and **mutual respect** in order to be able to flourish. These leading qualities are required by the highly **physical and challenging game, forged comradeship** and **the idea of fair play** that are essential to the success and preservation of Rugby.

These may be old-fashioned traditions and **virtues**, but they have stood the test of time and have remained vivid from the past until today.

Men and women, boys and girls appreciate rugby as a sport. Rugby builds on **team-work**, mutual understanding and respect.

The **cornerstones** of Rugby are what they have always been and hopefully will remain so: **pleasure** to participate, **courage** and **skilfulness** required by the game, **love for a team sport** that enriches the lives of all participants and cements **lifelong lasting comradeship**, fused together by a shared interest in the oval ball game.



Unser Spielerkodex®

Team

Wir sind immer ein Team. Wir trainieren und spielen zusammen. Wir gewinnen und verlieren zusammen.

Kampf

Rugby ist ein Teamkampfsport. Ich spiele hart, aber fair und habe meine Emotionen im Griff. Der Kampf findet nur auf dem Spielfeld statt und endet erst mit dem Abpfiff. Wir kämpfen zusammen für das gleiche Ziel.

Sportlichkeit und Respekt

Ich akzeptiere Entscheide des Schiedsrichters, des Teamkapitäns und des Trainers. Ich kenne und respektiere die Regeln und die Werte des Rugbys. Ich respektiere den Schiedsrichter, den Gegner, meine Teamkollegen, meine Trainer und den Staff des Clubs.

Einsatz

Ich trainiere und spiele mit meinem Team. Ich verpflichte mich für mein Team fit zu sein. Nur wenn wir regelmässig zusammen trainieren, werden wir erfolgreich sein.

Solidarität

Wir sind ein Team, ein Club. Wir trainieren, spielen und feiern zusammen. Wir sind auch neben dem Spielfeld füreinander da. Ich opfere mich auf für mein Team.

Unterstützung

Ich helfe meinen Teamkollegen und motiviere sie. Ich bin ein Vorbild für Andere und gebe meine Erfahrungen konstruktiv weiter.

Repräsentation

Wir sind auch neben dem Platz Vertreter unseres Clubs und unseres Sports und verhalten uns entsprechend.

Notre codex du joueur®

Equipe

Nous sommes toujours une équipe. Nous nous entraînons et jouons ensemble. Nous gagnons et perdons ensemble.

Combat

Le Rugby est un sport collectif de combat. Je joue dur mais fair-play et je maîtrise mes émotions. Le combat ne se déroule que sur le terrain de jeu et ne prend fin qu'avec le coup de sifflet final. Nous combattons ensemble pour un objectif commun.

Sportivité et respect

J'accepte les décisions de l'arbitre, du capitaine de l'équipe et de l'entraîneur. Je connais et respecte les règles et les valeurs du Rugby. Je respecte l'arbitre, l'adversaire, mes coéquipiers, mes entraîneurs et l'encadrement du club.

Engagement

Je m'entraîne et joue avec mon équipe. Je m'engage à être en forme pour mon équipe. Ce n'est qu'en s'entraînant régulièrement ensemble que nous aurons du succès.

Solidarité

Nous sommes une équipe, un club. Nous nous entraînons, jouons et faisons la fête ensemble. Nous sommes également là l'un pour l'autre en dehors du terrain de jeu. Je me sacrifie pour mon équipe.

Soutien

J'aide mes coéquipiers et les motive. Je suis un modèle pour d'autres et transmets mes expériences de manière constructive.

Représentation

Nous sommes également les représentants de notre club et de notre sport en dehors du terrain de jeu, et nous nous comportons en conséquence.

Player codex®

Team

We are always one team. We practice and play together. We win and lose together.

Fight

Rugby is a team combat sport. I play hard but fair and I control my emotions. The fight takes place only on the field of play and ends only with the final whistle. We fight together for the same goal.

Sportsmanship and respect

I accept the decisions of referees, team captains and coaches. I know and respect the laws of the game and the values of Rugby. I respect the referee, the opponents, my teammates, my coaches and the club's staff.

Commitment

I practice and play with my team. I commit myself to be fit for my team. We will be successful only if we practice regularly together.

Solidarity

We are one team, one club. We practice, play and celebrate together. We are also there for one another beside the playing ground. I sacrifice myself for my team.

Support

I help my teammates and motivate them. I am an example for others and share my experience in a constructive way.

Representation

We are also the representatives of our club and sport outside the field of play and we behave accordingly.