

# FELLESREGLER FOR TURNER OG TRENER



1. Møt opp til avtalt tid
2. Yttertøy og sko skal tas av i garderoben, verdisaker kan tas inn i hallen men skal ikke være i veien
3. Mobil skal ikke brukes under trening, Unntak ved konkurransetrening og dersom mobilen brukes som musikkspiller
4. Ingen mat, leskedrikk eller tyggis inne i hallen – kun vannflaske
5. Røyk og snus ikke tillatt
6. Ha treningstøy og trener t-skjorte
7. Håret skal ikke være i veien for turningen = bruk hårstrikk/hårklemmer
8. Ta av smykker, klokker, lang ørepynt o.l.
9. Vis begeistring og involver deg. Alt blir mye gøyere da!
10. Stygg ordbruk er ikke lov. Men det er lov å si i fra dersom noe ikke er greit.
11. Vi skal oppføre oss ordentlig. Er det noen som ikke vil høre etter - og dermed ødelegger treningen, får de først en muntlig advarsel, neste er at de får sitte på siden og se på. Til slutt er det styrketrening før foreldre blir kontaktet for råd.
12. Bli sett, få/gi positive tilbakemeldinger og High-five når noen gjør noe bra! Viktig at alle er tilstede i treningen; både gymnast og trener. **SMIL, bidra og ha det gøy sammen 😊**
13. Mobbing er det NULLTOLLERANSE på!!! STOPP det om noe slikt oppstår!