



Förhållningsregler i hallen under träning

1. - Komma i tid till träningen och vara ombytt och redo att köra i gång träningen direkt när träningen startar. (inga skor ingen träning/ jeans= ingen träning)
2. Säga Hej
3. Säga Hejdå
4. -Vattenflaska ska tas med och vara fylld innan träning.
5. - Inga smycken, håret uppsatt och korta naglar.
6. - Lyssna på när tränare pratar. När tränare visslar, påkallar vi uppmärksamheten och då behöver alla vara uppmärksamma.
7. - Lyssna på medspelare och vara en schysst kompis. (Vi är här för att lära oss spela handboll.)
8. -Lämnar man hallen i ett eller annat ärende säger man till en tränare.
9. - Har satt sig ner för att man har ont någonstans gäller det hela träningen.
10. - Vi kommer att börja tillämpa time-out. Stör man träningen, är oschyst eller tramsar även efter tillsägelse, så kommer man att behöva sätta sig på bänken.
11. Spelare kan få lämna träningen om regler inte följs. (föräldrar kontaktas)

➤ Samma regler gäller även vid match

*" Handboll är ett lagspel och det är inte viktigt vem som gör målet
utan att laget gör många mål "*