



TRIVSEL I HALLEN

Vi hälsar på varandra när vi kommer. Då vet vi att alla är här och det känns bra att börja.

Vi gör vårt bästa och peppar varandra - ibland lyckas vi direkt - oftast behöver vi öva.

Vi plockar fram och tillbaka tillsammans och använder bara de redskap ledaren sagt. Vi håller oss på rätt plats och går inte upp på läktaren eller in i förrådet utan anledning. Behöver vi lämna hallen säger vi till en ledare.

Vi är snälla och hjälper varandra - här är alla välkomna. Vi väntar på vår tur - så var och en får prova och ha roligt!

Vi lyssnar på varandra och ledaren - då vet vi vad vi ska göra och kan träna säkert.

Vi lämnar vattenflaskan i rutan så slipper vi spill och snubbel överallt.

Eventuell telefon läggs i mobillådan. Då kan vi fokusera här och mobilen ligga tryggt.

Vi tränar utan smycken och med långt hår uppsatt - så att vi kan röra oss fritt och minska risken för skador.

Mer viktigt att tänka på:

- Inne i träningslokalen finns ledare och gymnaster. Vårdnadshavare väntar i första hand utanför, om det inte går - prata med en ledare.
- Var försiktig utanför hallen med hänsyn till bilar, andra aktiviteter och fler i rörelse.
- Dörrar till omklädningsrummen hålls stängda och används bara vid ombyte. Omklädningsrummen används inte som väntrum.
- Anmäl gärna närvaro och särskilt frånvaro via Sportadmins app
- Ta kontakt med ledare vid frågor eller funderingar. Se även det mail som gick ut inför terminsstart eller vår hemsida för mer information.



#Rörelse #Glädje #Gemenskap