

# GYLLENE TRÄNINGSGREGLER

**Vi är snälla och respekterar varandra.**

**Vi är tysta när tränaren pratar och räcker upp handen om vi vill prata.**

**Under träning är det okej att prata tyst om vi inte stör.**

**Vi försöker sitta still vid genomgång.**

**Vi bryr oss om den som är skadad men låter tränaren ta ansvar och bestämma vem som ska hjälpa till.**

**Mobilen ska förvaras separat och vara i ljudlöst läge. Den används bara om tränaren gett tillåtelse.**

**Vi låter material och träningsredskap i lokalen vara både innan, under och efter träning om inte tränaren sagt något annat.**

**Säg till en tränare eller en vuxen om någon inte följer våra gyllene träningsregler.**

