

## Spelregler för tränaren

- ✓ Jag kommer i tid till träningen iklädd lämpliga kläder och med håret "fast" om det är långt. Smycken och värdesaker lämnar jag hemma
- ✓ Jag kommer endast frisk på träning och tvättar händerna före och efter träningen
- ✓ Jag ansvarar själv för att hitta en vikarie om jag är sjuk/har förhinder. Ifall jag behöver hjälp med att hitta en vikarie tar jag i god tid kontakt med verksamhetsledaren eller chefstränaren för att få hjälp med detta
- ✓ Jag uppmuntrar alla gymnaster i samma mån och ser till att alla får den uppmärksamhet som krävs för att barnen skall trivas och utvecklas
- ✓ Jag har kontaktuppgifter till alla mina gymnaster och ser till att de är uppdaterade
- ✓ Jag för närvaro för varje träning och lämnar in närvarolistan tillsammans med min arvodesblankett
- ✓ Jag informerar alla föräldrar i gruppen om terminsinledning, terminsavslutning, lov och annan nödvändig information. Ifall någon förälder behöver nå mig har jag gett ut info om hur de skall ta kontakt med mig
- ✓ Jag använder inte mobiltelefon under träningen, endast i nödfall till exempel om jag behöver få tag på en förälder
- ✓ Jag planerar varje träningspass och har också en längre plan för min grupp och mina gymnaster
- ✓ Jag är en förebild för mina gymnaster och är vänlig mot alla i salen och respekterar alla grupper, gymnaster och tränare

- ✓ Jag ser till att träningen sker under trygga förhållanden
- ✓ Jag har kunskap i hur redskapen ställs fram och tas bort korrekt och vet var alla saker hör hemma i salen
- ✓ Jag håller min tränarkunskap uppdaterad och ser till att jag gått de kurser som krävs av mig
- ✓ Jag hjälper gärna andra tränare och gymnaster i salen om jag har möjlighet och det är lämpligt, men jag tvekar inte heller att fråga efter hjälp då jag behöver det
- ✓ Ifall olyckan är framme eller ifall något gått sönder eller saknas meddelar jag verksamhetsledaren och chefstränaren om detta