Ordning, trivsel och säkerhet SUIF Gymnastik

Innan och efter träning:

- Vi tar av oss ytterskor innanför dörren i entrén på Baseco Arena och ställer upp dem i skohyllan. Ytterkläder och väskor lämnas i omklädningsrum 1 eller 4.
- Vi respekterar pågående träning. Om det är någon pågående träning i B- hallen väntar vi i caféet eller omklädningsrummet. Samma gäller efter träning.

Under träning:

- Vid samling pratar vi en i taget
- När någon pratar så lyssnar vi
- Vi är med och har roligt hela träningen
- Under träningen är vi med i det vi gör. Vi hänger inte på andra redskap eller på läktaren.
- Vi delar med oss av redskapen så att alla får prova allt.
- Vi hjälps åt att städa undan
- Vi tränger oss inte före någon annan
- Vi ser upp och håller koll på varandra på redskapsbanor för att undvika olyckshändelser
- Vi pratar snällt och peppar varandra när något känns svårt
- Vi är rädda om varandra och ser upp när vi kastar bollar eller springer så att vi inte gör någon kompis illa
- Om du skall använda trampett eller trampolin så se till att en ledare är på plats intill och beredd på att du hoppar. Du behöver också signalera vad du tänker göra.
- Inga volter får utföras oavsett redskap om inte en tränare kan säkerhetspassa.