

Ordningsregler Åkeshovshallen

1. Alla som tränar ska ha bokad tid, även vid morgonträningar
2. Ingen tränar utan tränare
3. Skor ställs på/under hyllorna utanför hallen
4. Väskor, jackor och liknande förvaras på avsedd plats (Hyllorna precis när man kommer in eller hyllorna längs dambarrarna)
5. Inga kläder, papper, föräldrar eller liknande på tumblingansatsen
6. Inga gymnaster lämnas av föräldrar i hallen utan att tränare kommit
7. Föräldrar får lämna/hämta max 5 min i hallen men ej vara kvar under träningspasset
8. Mat så som yoghurt, smörgåsar och frukt får ej förtäras i hallen, Vatten går bra!
9. Visa en trevlig respekt för varandra. Hälsa på alla, oavsett förening
10. Musikens ljudvolym i hallen ska vara på en behaglig nivå
11. Lägg uppvärmningskläder på klädhyllorna, ej spritt över hallen
12. Håll tiderna på redskapen i de fall det finns ett schema, annars prata med varandra!
13. Undvik att sprida ut gymnaster i en grupp över hela hallen
14. Gymnaster ska inte leka under träning. Kasta bollar, jaga varandra etc.
15. Skrik, fula ord/svordomar och andra uttryck av missnöje ska ej förekomma
16. Var rädd om redskapen
17. Plocka undan efter dig vid det redskap du lämnar. Redskapsplacering och undanplockning ska ske enligt anvisningar
18. Respektera överlappningstiden AG/Trupp, gäller både tiden och redskapen
19. Trupper som vill "strömma" till hög musik kan göra på "ren" trupptid