



# REGLER

DET VI ALLA, GYMNASTER OCH LEDARE, SKA TÄNKA PÅ ÄR:

- HA UPPSATT HÅR VID TRÄNING, ETT MÅSTE! SÅ VARKEN DU ELLER VI FASTNAR I DET.
- HA MED EN VATTENFLASKA, MED VATTEN I. INGEN MAT, GODIS ELLER FRUKT ÄR TILLÅTEN UNDER TRÄNINGEN (FINNS UNDANTAG). STÄLL FLASKAN PÅ ANVISAD PLATS. BEHÖVER GYMNASTEN ÄTA NÅGOT GÖR DEN DET INNAN TRÄNINGEN.
- STANNA I HALLEN! ALLA GYMNASTER STANNAR I HALLEN TILLS TRÄNINGEN ÄR SLUT.
- MOBILTELEFONERNA SKA VARA AVSTÄNGDA UNDER TRÄNING.
- INGA SMYCKEN, TA GÄRNA AV DEM HEMMA INNAN TRÄNINGEN SÅ ATT DE INTE FÖRSVINNAR ANNARS SKA DE LÄGGAS I VÄRDESAKSBURKEN. ALLA VÄRDESAKER MÅSTE TAS MED IN I HALLEN OCH LÄGGAS I VÄRDESAKSBURKEN PÅ GRUND AV STÖLDRISK.
- OMBYTT TILL TRÄNINGSKLÄDER ANNARS INGEN TRÄNING.
- UPPVÄRMNING ÄR VIKTIG, ÄR DU INTE UPPVÄRMED BLIR DET INGEN TRÄNING.
- REDSKAPEN FÅR BARA ANVÄNDAS NÄR LEDARE PASSAR.
- SEN ANKOMST, OM DU KOMMER SENT SÄG TILL EN LEDARE SÅ ATT DE VET ATT DU ÄR DÄR.
- SJUKANMÄLAN TILL:

MÅNDAGAR GRUPP RÖD	SANNA PETERSSON	0761818526
ONSDAGAR GRUPP RÖD	EMMY PERSSON	0731559609
MÅNDAGAR GRUPP GUL	PAULINA ADOLFSSON	0763102180
ONSDAGAR GRUPP GUL	SUSANNE SVENSSON LENNARTSSON	0733742760
MÅNDAGAR GRUPP LILA	CORNELIA BENGTTSSON	0733708529
FREDAGAR GRUPP LILA	IDA JOHANSSON	0733647289
MÅNDAGAR GRUPP ROSA	ELVIRA HELD	0734193195
FREDAGAR GRUPP ROSA	CORNELIA BENGTTSSON	0733708529
MÅNDAGAR GRUPP TURKOS	PAULINA ADOLFSSON	0763102180
FREDAGAR GRUPP TURKOS	PAULINA ADOLFSSON	0763102180
FREDAGAR GRUPP VIT	ELVIRA HELD	0734193195

GLÖM INTE SKRIVA BARNETS NAMN OCH GÄRNA VILKEN GRUPP OM DU SKICKAR SMS, ÄR MAN BORTA MER ÄN 3 GÅNGER UTAN ATT MEDDELA STRYKS GYMNASTEN FRÅN TRUPPEN.

**RÖDEBYGYMNASTERNAS TRUPPLEDARE**