

## Harjoitusryhmien pelisäännöt

Länsi-Uudenmaan Urheilijoissa kaikilla on hauskaa yhdessä. Tämän varmistamme kaikkia ryhmiä koskevilla pelisäännöillä. Jokainen ryhmä voi lisäksi laatia omat pelisäännöt.

Ryhmien yhteiset pelisäännöt:

1. Tulen ajoissa paikalle ja kun harjoitus alkaa, olen vaihtanut harjoitusvarusteet.
2. Olen ottanut juomapullon mukaan ja täyttänyt sen valmiiksi.
3. En käytä puhelinta harjoitusten aikana.
4. Jos en ole syönyt/nukkunut kunnolla tai olen sairastunut, jään kotiin.
5. Ohjaaja päättää mitä harjoituksissa tehdään. Jos minua ei kiinnosta tehdä mitä ohjaaja sanoo, lähen kotiin.
6. Kun harjoittelen, keskityn harjoitteluun ja annan muillekin harjoitus rauhan.
7. Kannustan kaikkia yrittämään parhaansa. Yleisurheilu on monipuolinen urheilumuoto ja jokaiselle löytyy oma lajinsa.
8. En kiroile enkä nimittele muita, muistan asiallisen kielenkäytön. Kiusaamiseen on seurassamme ehdoton nollatoleranssi.
9. Mikäli urheilija ei noudata harjoituksissa mainittuja sääntöjä, on ohjaajalla oikeus siirtää hänet sivuun harjoituksesta. Sääntörikkeistä ilmoitetaan aina vanhemmille ja jatkuvasta sääntöjen rikkomisesta voi seurata ryhmästä erottaminen.