

Policy för aktiva

Version 1.0

Fastställd 2023-10-19

Som aktiv i Sandvikens sim- och hoppklubb:

- Uppträder jag alltid på ett föredömligt sätt och ser till att värna om föreningens anseende
- Använder jag ett vårdat språk
- Bemöter jag andra simmare, ledare, tränare och andra vårdnadshavare på samma sätt som jag själv vill bli bemött
- Är jag medveten om att jag är en förebild för andra yngre simmare och medverkar för att hålla en god stämning i föreningen
- Hejar jag på alla mina klubbkamrater och gläds åt andras framgångar.
- Följer jag regler och anvisningar som gäller på den plats jag befinner mig på och stör aldrig pågående verksamhet
- Tar jag del av föreningens policys och följer dessa samt säger till den som bryter mot reglerna

Träning, tävling, läger och annan samordnad aktivitet

- Jag kommer alltid i tid samt meddelar frånvaro i god tid
- Jag meddelar alltid till ledare på plats om jag avviker
- Jag kommer förberedd med tanke på utrustning, kost och vila
- Jag lyssnar på och respekterar ledare samt följer deras instruktioner
- Jag för gärna en dialog om träning och tävling med min tränare och respekterar deras kunskaper
- Jag stöttar mina klubbkamrater och hejar på alla
- Jag bär klubbkläder på prisutdelningar och andra möjligheter att visa upp föreningen
- Jag är själv ansvarig för att göra mitt bästa
- Jag lyssnar och följer instruktioner om uppvärmning, återhämtning, kost, sömn och mental träning