



## RUTINER FLEN TEAM U11.

- KOM I TID TILL TRÄNING/MATCH.
- VID FRÅNVARO TILL TRÄNING/MATCH, MEDELA LEDARE IGOD TID.
- HÅLL ORDNING I OMKLÄDNINGSRUMMET OCH HÄNG UPP KLÄDERNA PÅ KROKARNA.
- EJ GODIS I OMKLÄDNINGSRUMMET.
- EJ KLUBBOR OCH PUCKAR I OMKLÄDNINGSRUMMET.
- EN LEDARE MÅSTE VARA MED INNAN MAN FÅR GÅ UT PÅ ISEN
- MAN DRICKER BARA UR SIN EGEN VATTENFLASKA.
- TRÄNA EJ VID SJUKDOM.
- FÖR ENERGIN OCH HUMÖRET TA MED EN FRUKT, MACKA ELLER DRICKYOGGI ATT FÖRTÄRA EFTER TRÄNING.
- SKRÄP SKALL KASTAS I PAPPERSKORGEN.
- VI ÄR SNÄLLA MOT VARANDRA OCH ANVÄNDER ETT VÅRDAT SPRÅK.

/LEDARNA FLEN U11.

