

Version: 2011

## Grästorps IBK:s Spelarpolicy Senior

Vi har en spelarpolicy som vi vill att du respekterar. Vi önskar att du som spelar i Grästorps IBK skall förhålla dig ödmjuk, positiv och uppträda schysst och kamratligt mot dina lagkamrater, motspelare, ledare och domare både på och utanför planen.

Som spelare i Grästorps IBK skall du verka för:

- Att vara en bra förebild både på och utanför planen. Du är Grästorps IBK:s Ambassadör
- Att planera din dag så att det finns tid till träning ,vila, återhämtning, matcher.
- Att ansvara för din egen hälsa och avhålla dig från alkohol, droger och tobak och snus.
- Att inte vara påverkad av alkohol, vid matchdag eller dagen innan, så att du kan prestera ditt bästa på plan.
- Att samarbeta med yngre och äldre spelare.
- Att vara en bra lagkamrat och vara positiv i laget .
- Att göra *ditt* bästa, oavsett med eller motgång, på träning och match och ansvara för att *din* träning blir så bra som möjligt.
- Att som spelare i Grästorps IBK känna till, ta ansvar för och leva upp till föreningens policy och målsättning. Respektera ledare, kamrater, hålla tider samt ha ordning, på de ställen där du och ditt lag vistas, ex i omklädningsrum, på resor, i fordon där du åker i Grästorps IBK:s regi.
- Att hjälpa till i laget och i Grästorps IBK om de önskar det, såsom lottförsäljning, föreningsdomare, funktionärer osv.
- Att ej vara alkohol- eller drogpåverkad i samband med matcher, träningar eller körningar till och från dessa.
- Att iaktta försiktighet, följa hastighetsbegränsningar och använda vinterdäck på bilen då vinterväglag råder.

***Vår förhoppning är att detta dokument ska underlätta för dig som spelare och att ni i ert lag får en trevlig verksamhet tillsammans. Grästorps IBK verkar för dig och dina kamrater så att vi tillsammans bidrar till Sveriges bästa träningsmiljö.***