



## Rättigheter och skyldigheter som seniorspelare i Horreds IF

### Rättigheter

Man skall enskilt få konstruktiv kritik och förslag på individuell förbättring för att kunna utvecklas mer. Det är också viktigt att kunna prata med sin tränare på förutbestämda tider.

Tränartrojkan skall prata och se ALLA spelare.

Alla spelare skall känna att de är värdefulla och att det spelar roll vad man presterar i A-laget, U-laget eller på träning. Ger man 100 % spelar det roll.

Det är viktigt att alla känner att man vistas i en positiv miljö med mycket beröm & klappar på axlarna.

Spelarna skall få välplanerade träningar med "grön-tråd" genom allt man gör. Det är viktigt med variation på träningar och övningar.

Om man har jobbigt hemma eller med tränaren skall man alltid ha någon att prata med. Någon av alla tränarna eller någon i spelarrådet.

Gemenskap – alla skall känna sig välkomna. Ev. fadder vid behov.

Alla skall få ersättning för resor till bortamatcher. (De som inte bet. medlemsavgift. får inte någon)

OM man är skadad skall klubbens tränare intressera sig för dig och hjälpa dig med Rehab och pusha.

Klubben skall vara behjälplig med hur man fyller i reseersättning och försäkringspapper vid behov.

Klubben ansvarar att alla spelare skall få info. om att hjälpa till på olika evenemang mm i god tid så att man kan planera.

### Skyldigheter

Man skall alltid betala sin medlemsavgift. Annars är man inte licensierad och försäkrad och kan följaktligen inte vara med att spela match och träna.

Hjälpa till på evenemang. (Loppis, bollrace, Horreds com cup etc.)

I god kamratanda skall man alltid komma i tid och vara väl förberedd till träning och speciellt match. Att komma bakfull är inte acceptabelt mot sina kompisar som ger 100 %.

Vräng alltid matchtröjan, shortsens & sockorna skall inte vara vrängda för att underlätta tvätten. Lägg alltid tillbaka använt matchställ i rätt tvättkorg. Ta med korgen till tvättstugan i klubbhuset.

Det är spelarnas uppgift att hålla efter omklädningsrummet, klubbhuset samt vårt material.

Man måste meddela om man inte kan delta på evenemang, träning el. match till utsedd ansvarig.

Viktigt att inte lägga in semester mitt i seriespelet. Meddela så tidigt som möjligt OM man skall iväg så HIF kan planera matcher därefter. Det är inte okey att stora delar av laget drar samtidigt.

Upprätthålla en god stämning med mycket skoj, tjöt å go stämning och se till att alla är med.(YNWA)