**SPELARKONTRAKT**

*Kontrakt upprättat mellan spelare i Strömsbro HC Team XX, föräldrar och ledare.*

* Tillsammans är vi ett lag! Vi vet att lagets totala insats betyder mer än enskilda prestationer.
* Vi vet att det är mycket viktigt att sköta skolarbetet på ett bra sätt.
* Vi vet att skötsamhet utanför planen är en förutsättning om man vill nå framgång på planen.
* Vi vet att om någon uppträder oschyst eller okoncentrerat kan han skickas hem eller av banan, hel eller del av tid. Gäller vid träning och match, i omklädningsrum och avbytarbås.
* Ytterligare konsekvens av att uppträda oschyst kan vara att man får stå över kommande träning/match.
* Vi vet att kost och vila har stor betydelse för prestationsförmågan på isen och för skolarbetet.

**Viktiga K!**

* Kamratskap: Vi är alltid glada, ärliga och schysta kompisar på och utanför isen. Vi mobbar aldrig!
* Kämpa: Vi vet att SOM MAN TRÄNAR – SPELAR MAN! VI GER OSS ALDRIG!
* Kul: Det ska vara roligt att komma till träningen och det ska kännas minst lika roligt när man åker ifrån träningen

Vi respekterar alltid vår förening och ledarna genom att:

* Meddela i tid om vi inte kan komma till samlingarna
* Vi har ätit och druckit nyttigt innan träning/match
* Vi har med oss ordentliga träningskläder för fysisk aktivitet ute och för träning/match
* Vi är alltid ombytta och klara i god tid före träning/match
* Vi lyssnar alltid på ledarna
* Vi stretchar alltid efter träning/match
* Vi duschar alltid efter träning/match
* Vi städar alltid efter oss och är rädda om klubbens material och lokaler
* Vi är stolta och visar respekt när vi bär klubbens emblem och vi uppträder därefter och ger en god och positiv bild av Strömsbro HC

VI GÖR ALLTID VÅRT BÄSTA!

Föräldrar

* Vid matcher hejar vi fram vårt lag på ett trevligt och uppmuntrande sätt. Vi uppträder trevligt mot de andra lagen.
* Vi accepterar inga nedlåtande kommentarer eller andra kränkningar mot våra egna spelare, motspelare eller domare.

Jag som spelare, ledare och förälder känner till och är fullt införstådd med dessa regler.

*Strömsbro ÅÅÅÅ-MM-DD*

**Spelare Lagledare Förälder**

---------------------------------- ---------------------------------- ----------------------------------