



## Regler ÖHU Team 10:

### I omklädningsrum:

- Mobilen ska vara undanlagd så snart man kommer innanför dörren
- Kläder ska vara upphängda snyggt i omklädningsrummet, man får inte gå ut på isen förrän det är upphängt och vattenflaska med
- Backen ska upp innan man duschar
- Siste spelare ut ur omklädningsrummet ska städa, Alla SKA plocka upp efter sig
- Omklädda och klara senast 10 min innan
- Bollspel och puckar ej tillåtet i korridor och omklädningsrum
- Ombyte och dusch på plats, gäller träning som match

### På isen:

- Ingen skjuter puckar efter avblåsning
- Gå in och ut genom båsdörrarna till isen
- Utrustning ska alltid vara på plats när man är på isen
- Man kommer direkt när ledare blåser i pipan
- Alla hjälps åt att samla in puckar, så kommer nästa övning igång snabbare

### Övrigt:

- Respekt för de tider som gäller
- Respekt för ledare och kamrater/ andra lag och domare
- Språk/svordomar och ljudnivå i omklädningsrummet
- Tänk på att vi representerar Örebro Hockey Ungdom

### Konsekvenser:

- En varning sen blir man avplockad av is en stund/sitta ett byte på match
- Upprepade avplockningar så får man avsluta träningspasset/matchen
- Dålig attityd i omklädningsrummet gäller ovanstående konsekvenser

*Dessa regler kan komma att uppdateras under säsong!*