



ORDNINGSREGLER I HÖÖRS KONSTÅKNINGSFÖRENING

För att alla ska trivas, känna sig trygga och ha roligt, hjälps vi åt att följa våra ordningsregler.

- **VI PRATAR SCHYSST MED VARANDRA**

Vi använder ett trevligt språk och säger inte saker som kan sår eller kränka någon.

- **VI HÅLLER EN BRA LJUDNIVÅ**

Vi pratar med varandra – vi skriker inte. Vi visar hänsyn till åkare, tränare och andra som vistas i hallen.

- **ALLA FÅR VARA MED**

Ingen ska lämnas utanför. Vi bjuder in, hjälper varandra och ser till att alla känner sig välkomna.

- **VI HÅLLER RENT OCH SNYGGT**

Vi slänger skräp i papperskorgen och plockar undan efter oss. Tillsammans håller vi hallen, omklädningsrummen och våra gemensamma utrymmen fina.

- **VI ÄR RÄDDA OM HALLEN OCH UTRUSTNINGEN**

Vi använder saker på rätt sätt och är försiktiga med både föreningens och ishallens utrustning.

- **VI VISAR HÄNSYN**

Vi lyssnar på tränare och andra ledare och respekterar när någon annan tränar, pratar eller behöver arbetsro.

- **ENERGIDRYCK OCH TRÄNING HÖR INTE IHOP**

När vi tränar behöver kroppen bra mat, vätska, återhämtning och sömn. Energidryck är inte en sportdryck och det är inget vi behöver för att orka träna. Därför dricker vi inte energidryck när vi vistas i ishallen, i anslutning till ishallen eller i vår off ice-lokal. Ta istället med vattenflaska och fyll på med vatten under dagen.

GLÄDJE • GEMENSKAP • RESPEKT

Vi hjälps åt för att göra HKF till en trygg och rolig plats för alla!