

## **Pravila obnašanja na treningu**

### **1. Prihodi na trening, zamujanje, obvezno ogrevanje, obvezna odjava odsotnosti**

- 1.1. Prihod na trening naj bo pravočasen. To ne pomeni, da otrok takrat izstopi iz avtomobila na parkirišču, temveč naj bo ob predvideni uri v garderobi, oblečen in obut za ogrevanje (oz. karkoli je na urniku najprej).
- 1.2. V skrajnem primeru je kljub zamudi potrebno izvesti minimalno ogrevanje, ki se izvede individualno, brez trenerja. Če je zamuda prevelika (15 minut ali več) in do začetka treninga na ledu ni možno izvesti minimalnega ogrevanja, drsalec nima pravice pristopiti k treningu na ledu.
- 1.3. Minute na ledu so skopo odmerjene in dragocene. Trening na ledu se začne točno ob času, ki je določen v urniku.
- 1.4. Kondicijski treningi (tako splošni kot specialni) so del celote. Opuščanje le teh pomeni slabši, nepopoln trening, posledično slabšo formo. 'Špricanje' teh treningov iz raznoraznih (ne)opravičljivih razlogov naj bo izjema in ne pravilo.
- 1.5. Vedno se lahko zgodi, da je potrebno kakšen trening tudi izpustiti. V takšnem primeru je potrebno trenerje o tem obvestiti vsaj do večera predhodni dan zaradi lažjega planiranja treningov.

### **2. Garderoba**

- 2.1. Garderoba je prostor drsalcev in ne staršev. V popoldanskih urah (velja tudi za sobote dopoldne), ko je v garderobi več skupin, so lahko v garderobi samo starši drsalcev C in D, in to samo neposredno pred in po treningu za pomoč svojim otrokom. Pri tem naj ne ovirajo drugih drsalcev. Starši otrok drsalcev A in B skupine ter morebitni drugi obiskovalci naj se ne zadržujejo v garderobi.
- 2.2. V garderobi naj se vzdržuje red in čistoča. Smeti sodijo samo v koš. Osebne stvari imajo prostor v omaricah in na pripadajočih obešalnikih.
- 2.3. Starši ne morejo prisostvovati na treningih ter snemati delo v klubu oz. člane in delavce kluba. Zadrževanje ob ograji ledene ploskve je prepovedano.

### **3. Medsebojni odnosi**

- 3.1. Drsalcu, starši in trenerji morajo med seboj vzdrževati spoštljiv odnos, kar pomeni strogo odsotnost vsakega fizičnega ali psihičnega nasilja (grožnje, žaljenje, zmerjanje, poniževanje, obrekovanje...). Drsanje je tako fizično kot psihično zahteven šport, zato si vsak od drsalcev (in ostalih udeleženi) zasluži vse spoštovanje. Na takšen način bodo treningi bolj prijetni, bolj sproščeni in na koncu tudi bolj uspešni.
- 3.2. Ko starši na treningu opazijo karkoli, kar ni v skladu z njihovimi pričakovanji, željami oz. je po njihovem mnenju kakorkoli nepravilno, naj počakajo 24 ur in se šele potem o problemu pogovorijo s trenerjem (izključno z Anjo Bratec) oz. predstavnikom staršev (Matej Logar). Tako bodo imeli čas, da o problemu najprej razmislijo sami. Nikakor naj starši ne motijo trenerjev med treningom (na ledu ali na suhem), morebitna vprašanja lahko zastavijo pred ali po treningu, sicer pa v elektronski obliki.

### **4. Sankcije**

- 4.1. Vsako zamujanje na led kaznuje trener takoj ali neposredno po treningu.
- 4.2. Vsako drugo odstopanje od pravil tega pravilnika, razen točke 3.1, pomeni lažjo kršitev. Ponavljanje lažjih kršitev pomeni težjo kršitev.

- 4.3. Vsako odstopanje od točke 3.1 pomeni težjo kršitev.
- 4.4. Prva težja kršitev se kaznuje s celodnevno prepovedjo treninga.
- 4.5. Druga težja kršitev se kaznuje s tedensko prepovedjo treninga.
- 4.6. Tretja težja kršitev se obravnava v strokovnem svetu kluba.