

## Real Fighter uppförandekod

Utövare och föräldrar/vårdnadshavare ska visa respekt för varandra, för tränarna, och för andra som tränar på passen. Vi inför en uppförandekod som ska följas av alla, för att få en säker träningsmiljö där träningen håller hög kvalitet.

### 1. Respekt för tränare och kamrater:

- Kom i tid till träningen
- Ställ upp på raka led och med fokus på tränaren när passet börjar och slutar
- Lyssna när tränaren pratar under passet
- Om du är sen, fråga tränaren om lov att vara med

### 2. Disciplin i träningen:

- Lyssna på tränaren och försök genomföra det hen säger
- Ge ditt bästa under hela passet
- Håll en positiv attityd även när övningarna är jobbiga
- Prata inte med kompisar som inte tränar, föräldrar eller andra under passet

### 3. Säkerhet först:

- Följ alla säkerhetsinstruktioner
- Använd rätt utrustning
- Lämna inte mattan utan att prata med tränare
- Ha inte smycken på under träningspassen

### 4. Renlighet:

- Håll träningskläder och utrustning rena
- Bidra till att hålla träningslokalen ren och ordnad
- Klipp naglar på händer och fötter korta