

## Luistelijan 10 käytössääntöä!

1. Tervehdin niin muita luisteliijoita kuin valmentajiakin sekä vanhempia hallille tullessani ja lähtiessäni.
2. Harjoittelen reippaasti ja aktiivisesti, pyrin parhaimpaani.
3. Pidän huolta omista tavaroistani harjoituksissa sekä kilpailuissa.
4. Harjoituksissa keskityn ja kuuntelen valmentajan ohjeita, oli kyseessä päävalmentaja tai apuvalmentaja.
5. Kannustan ja tsemppaan toisia niin harjoituksissa kuin kilpailuissakin.
6. Iloitsen myös toisten onnistumisista, toisen onnistuminen ei ole minulta pois.
7. Epäonnistuttuani en turhaan kiukuttele muille.
8. Autan ja neuvon toisia pyydettyä ja tarvittaessa.
9. Positiivinen asenne on kaiken A ja O!
10. Käyttyädyn luistelupiireissä niin, että kaikkien on mukava olla ja harrastaa!