



# Parkanon Kiekko – 1983 RY

## Pelaajasäännöt:

### 1. Saavun ajoissa paikalle

- harjoituksiin vähintään puoli tuntia ennen alkua
- otteluun vähintään tunti ennen ottelun alkua
- huolehdin itse siitä, että varusteet ovat mukana ( myös peseytymisvälineet, peliasu peleihin )
- pukeudun urheiluasuun tullessani harjoituksiin tai peliin

### 2. Ilmoitan poissaolostani

- ilmoitan valmentajalle, jos en pääse paikalle
- ilmoitan joukkueenjohtajalle jos en saa valmentajaa kiinni

### 3. Pillin soidessa valmentajalla on tärkeää asiaa

- kun pilli soi harjoituksissa, valmentajalla on asiaa: kaikki muu tekeminen loppuu
- valmentajan käskiessä kokoontumaan, tulen heti ja jätän kiekot rauhaan
- kokoonnumme puolikaareen valmentajan eteen, tarvittaessa polviasentoon

### 4. Kun harjoittelen, harjoittelen kunnolla

- kehityn parhaiten, kun harjoittelen aina täysillä
- keskityn harjoituksiin sataprosenttisesti
- kun tulee taukoa, pidän taukoa ja palaudun
- en pelkää virheitä, uskallan yrittää uudelleen
- osaan ottaa asiat myös huumorilla, urheilun on tarkoitus olla myös hauskaa !!
- juon tauoilla nestettä janon yllättäessä

### 5. Harjoitusten jälkeen huolehdin pukukopin siisteydestä

- kerään kiekot jäältä omalla vuorollani
- laitan teipit roskikseen
- vastaan vuorollani, että pukukoppi jää siistiksi seuraavia käyttäjiä varten

### 6. Huolehdin siisteydestäni harjoitusten ja pelien jälkeen

- suihku parantaa henkilökohtaista hygieniaani
- puhdas iho pitää hajut ja sairaudet loitolla
- laitan kuivat, puhtaat vaatteet päälleni välttääkseni vilustumista

### 7. Kannustan harjoituksissa ja peleissä pelikaveriani

- jokainen täysillä yrittävä pelimies onnistuu yrityksissään silloin tällöin ja onnistuessa, kaverin kannustus saa yrittämään vielä parempaa suoritusta
- pelimies epäonnistuu joskus, silloin kaverin kannustus saa yrittämään uudelleen innokkaammin

### 8. Huolehdin varusteistani

- laitan paidat, sukat ja aluspuvun pyykkiin riittävän usein
- laitan itse varusteet kassiini ennen harjoituksia ja pelejä
- laitan itse varusteet takaisin kassiin harjoitusten ja pelin jälkeen
- laitan itse varusteet päälleni

### 9. Käyttäydyn eduksi joukkueelleni ja itselleni

- tottelen valmentajaani mukisematta
- en aiheuta käytökselläni vaaraa itselleni tai joukkueetovereilleni
- en päästä suustani painokelvotonta tekstiä
- en käytä päihteitä
- en hyväksy tai käytä väkivaltaa
- kunnioitan minua vanhempia ja kokeneempia ihmisiä