



Ordningsregler



Träningar & match





Inledning

Vi har över 160 lag och ännu fler träningsgrupper och det är nästan alltid ett lag som väntar när ett annat avslutar sin träning.

Många träningsytor ligger i bostadsområden och delas med "lokalbefolkningen", som har planen som en del av sin utsikt. Nyttjandet av vissa planer har ökat i och med konstgräsutbyggnaden och har i vissa fall lett till missnöje från närliggande bostäder. Interaktionen med klubben och grannarna måste fungera och det är viktigt att alla lag tänker på detta.

Ledarnas ansvar inför träningen

Se till att ditt lag håller sig från planen då ett annat lag tränar och att ditt lag inte stör träningen eller grannarna.

Se till att ingen har parkerat sin bil felaktigt på ett farligt/störande sätt!

Cyklar ska stå långt ifrån planen. De utgör en skaderisk och det har hänt olyckor med spelare som tacklats ut på cyklar vid sidlinjen.



Ledarnas ansvar under träningen

Se till att spelarnas utrustning samlas på ett ställe, vilket gör det enkelt för spelarna att få med sig allt hem. Lägg även vattenflaskorna här så att de kommer med hem och inte utgör någon skaderisk.

På I I-mannaplanerna får endast de mål som har hjul flyttas! Se till att målen placeras på sin rätta plats efter avslutad träning.

Såväl spelare som ledare förväntas hålla en rimlig ljudnivå så att vi inte stör grannar eller andra lag som tränar samtidigt.

Sköt nedjogg och samlingen vid sidan av på ett sätt som inte stör andra lag och grannar!

Ledarnas ansvar efter träningen

Se till att komma av planen i tid så att efterkommande lag snabbt kan komma igång med sin träning.

Ledarna ansvarar för att allt skräp kastas i papperskorgen (benskyddstejp, fruktrest, etc.); även sådant som inte kommer från laget. Kvarglömda kläder och annan utrustning ska tas med.

Se till att ljudnivån är på en rimlig nivå även i uppbrottet efter samlingen så att vi inte stör grannarna.

Är ni sista lag som tränar så ta en extra titt kring planen så att det ser bra ut.

Omklädningsrum

Om laget nyttjar ett omklädningsrum tillser ledarna att det lämnas snyggt och städat. Tänk också på att hålla ljudnivån nere och följa de regler som finns på platsen. Var särskilt noggranna när ni spelar bortamatch - ni representerar IFK Lidingö FK!

Ledarnas ansvar vid match

Samma regler som gäller vid träning gäller också vid match. Vi uppträder korrekt på alla sätt och vis när vi representerar föreningen och vi ser till att alltid uppträda lugnt och städat samt alltid lämna planer, omklädningsrum och spelarbås renstädade. All utrustning ska med hem både från borta- och hemmamatcher. Ta alltid hand om kvarglömd utrustning.

