



**SIMNING • SIMHOPP • KONSTSIM • VATTENPOLO**

## **Simklubben Neptuns policy för aktiva**

- Jag känner till och följer Simklubben Neptuns värdegrunder
- Jag är vänlig mot alla och agerar ansvarsfullt på och utanför sociala medier
- När jag representerar klubben bär jag klubbkläder och använder artigt språk mot alla
- Jag är en förebild och medverkar tillsammans med alla i föreningen till en positiv atmosfär både på träning och tävling
- Jag stöttar mina klubbkamrater i med- och motgång
- Jag följer regler och rutiner som gäller både för klubben och i de anläggningar jag vistas i
- Jag stör inte pågående verksamheter.
- Jag följer klubbens policyer, inklusive alkohol-, drog- och dopingpolicy
- Jag är punktlig och meddelar i god tid vid försening eller förhinder
- Jag är väl förberedd med utrustning, kost och vila
- Jag lyssnar på mina tränare och följer deras instruktioner
- Jag för en öppen dialog med min tränare om träning och utveckling
- Jag lever som en idrottare även utanför träningen för att optimera mina resultat.
- Om jag känner mig otrygg inom föreningen, vet jag var jag kan få hjälp och stöd

Sida 1 av 1

**SIMKLUBBEN NEPTUN PASSION • KAMRATSKAP • KVALITET • UTVECKLING**

Götgatan 107, 116 62 Stockholm | [hej@skneptun.se](mailto:hej@skneptun.se) | Org.nr 802002-4348 | [www.skneptun.se](http://www.skneptun.se)