



## SPILLERVETTREGLER

### Sportsånd:

- Jeg vil praktisere god sportsånd.
- Jeg vil oppføre meg på en måte som viser at jeg respekterer meg selv, min trener, mitt lag, tilskuere, arrangører og hele fotballmiljøet.
- Jeg vil ikke bruke stygt språk, banne eller fornærme andre personer.
- Jeg vil ikke utøve vold mot andre spillere, trenere, arrangører eller tilskuere.
- Jeg vil gjøre mitt beste for at stemningen er bra også når jeg sitter på benken. Jeg heier og deltar når jeg ikke er på banen.
- Jeg vil følge trenerens/laglederens instruksjoner på trening og i kamp.

### Ansvar for mine handlinger:

- Jeg vil ikke gjøre/lage upassende fysiske, verbale eller seksuelle tilnærmelser til andre.
- Jeg vil ikke benytte doping for å forbedre/fremme mine prestasjoner.
- Jeg vil følge alle regler for fotballen i Heidal IL.