

# FORVENTNINGER

- Egne garderober – alltid ryddig! Alle er ansvarlig for å holde den ryddig, sistemann går alltid over at det er strøket
- Bytter ikke rom – bor på rommet man tildeles (ikke lov med internbytter)
- Generelt rydde etter seg selv, ingen rydder for dere. Ser du noe som må ryddes – ta ansvar for det
- Mobil kun i fritid, ikke under trening og måltider
- Ingen caps, lue, hette, ørepropper på hverken måltider eller møter
- Ingen brus og godteri på dagtid før/mellom treninger, prioriter næringsrik mat
- Ferdigskiftet og klar (teiping, fylt flaske, fikset hår, osv.) 10-15 min før treningen starter
- Tannpuss senest 22:30 – stille 23:00
- Tildelt tidspunkt for måltid – forhold deg til det
- Respekt for tid, andre, rydding og orden
- Ingen skal gå alene, ta vare på hverandre. Mulighet til å bli kjent på tvers av klubber