



SPELREGLER

FÖR ESTETISK TRUPPGYMNASTIK

TRUPPGYMNASTENS FRÅNVARO

- Under träningar är gymnasterna huvudsakligen på plats. Eftersom det är en lagsport, leder hela gruppen om en gymnast är borta från träningar, läger, tävlingar mm. För att få en jämn grupp, bör gruppen träna ihop som en helhet. Därför är det viktigt att som gymnast och förälder binda sig till att följa tränings schemat för hela terminen redan på förhand. Andra aktiviteter ordnas (samspel mellan tränare och föräldrar) så att det inte krockar med truppgymnastiken. Om 60 % av gymnasterna meddelat frånvaro, inhiberas träningen.

Särskilt viktigt är närvaron vid alla läger under säsongen och alltid före tävlingar och framträdanden. I synnerhet under tävlingssäsongen accepteras ingen frånvaro, förutom om barnet är sjuk. Ungefär två veckor före varje tävling måste alla gymnaster definitivt närvara på träningarna.

- Frånvaro meddelas alltid till tränarna, senast morgonen samma dag. Även förseningar eller sjukdom (också när barnet bara kommer och tittar på) meddelas i god tid.
- Frånvaro meddelas alltid så snart som möjligt (till exempel skolutflykter, familjesemestrar osv) för att gruppen på bästa sätt kan planera sin termin och träningar.
- De så kallade acceptabla orsakerna till frånvaro är skolutflykter, semesterresor, sjukdom (feber, kräkningar, annan smittsam sjukdom etc.) och plötsliga schemaändringar från föreningens sida.
- Är gymnasten sjuk eller skadad kan denne (om måendet tillåter) följa träningarna från sidan av salen, man lär sig även mycket på detta sätt. Gymnaster ser noga på utan att störa träningen. Detta är särskilt viktigt när tävlingar och framträdanden närmar sig! (Undantag är naturligtvis hög feber, magont, försiktighetsåtgärder pga covid-19 osv.)
- Om en gymnast varit borta mycket från träningarna under terminen eller som på något sätt inte följt spelreglerna, kan denne uteslutas från kommande tävling. Detta tar tränarna beslut om innan tävlingen. Att utesluta en gymnast gäller oftast för tävling åt gången om inte annat sägs.