



# Uppförandekod & Nya tävlingssystemet

---

# Värdegrund

---



Glädje, glöd och gemenskap är drivkrafterna i vår verksamhet. Vi vill bedriva och utveckla verksamheten så att vi har roligt, mår bra och presterar efter egen förmåga, intresse och vilja. I konståkningens gemenskap är och känner sig alla välkomna.

## **Demokrati och delaktighet**

En medlem en röst, dvs. alla medlemmars röst har lika värde och alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Idrott ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

## **Allas rätt att vara med**

Alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön, sexuell läggning eller fysiska och psykiska förutsättningar.

## **Rent spel**

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramarna för överenskommelser, att ha god etik och moral, att verka mot fusk, doping och osund ekonomi samt verka mot mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför idrottsarenan.

# Uppförandekod

---

Värdegrunden är grunden i UPPFÖRANDEKOD

Följande omfattas:

- Föreningar, Distrikt, Förbund
- Alla roller
  - Styrelseledamot
  - Anställd personal
  - Ledare
  - Kursföreläsare
  - Teknisk funktionär
  - Tränare
  - Åkare
  - Förälder

Genom att leva och leda i enlighet med Uppförandekoden kan vi säkra sunda verksamheter i föreningarna, säkerställa att våra medlemmar mår bra samt att det finns verksamheter där fler känner sig välkomna och fler vill stanna kvar längre.

1. Vi ger alla medlemmar inom svensk konståkning möjlighet att uppleva glädje, glöd och gemenskap.
2. Vi ansvarar för åkarnas och övriga aktivas hälsa och välmående i samband med konståkningsverksamhet.
3. Vi underlättar åkarens och övriga aktivas utveckling med utgångspunkt i den enskilda individens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.
4. Vi är goda förebilder genom vårt uppförande både på och utanför isen.
5. Vi bidrar till åkarens och de övriga aktivas utveckling genom att göra dem delaktiga i beslut som rör deras konståkningsutövande samt skapar en miljö där individen reflekterar och tar ansvar.
6. Vi förespråkar och utövar rent spel och en dopningsfri idrott.
7. Vi håller oss uppdaterade kring och är förtrogna med gällande stadgar, regler och allmänna bestämmelser för föreningen, distriktet och förbundet.
8. Vi accepterar ingen form av kränkningar eller trakasserier.
9. Vi respekterar varandras olika roller och uppdrag samt accepterar spelets regler, regeltolkningar och beslut vid tävling och test.
10. Konståkning är en idrott för alla och vi respekterar allas lika värde.





## VFKK:s trivselregler

VFKK vill ge ditt barn bästa möjliga träning och för att tränare ska kunna utföra sin uppgift behöver barnen vara fokuserade på det de gör. För att nå detta har klubben några enkla trivselregler för oss alla som är i ishallen, åkare, föräldrar och tränare.

- Var snälla och hjälpsamma mot varandra!
- Man hälsar på alla i ishallen – tränare, åkare, föräldrar och personal.
- Alla får vara med och om någon ser ensam ut tar vi hand om varandra.
- Säg till en tränare eller vuxen om någon är dum eller du ser att någon är dum.
- Du skall alltid sträva efter att vara en god kamrat, en trevlig åskådare och en lika god förlorare eller vinnare. Tänk på att du representerar klubben!
- Omklädningsrum skall ske i omklädningsrum i den mån det finns omklädningsrum. Om ni har yngre barn är det också bra att påminna barnet att gå på toaletten innan de går ut på isen.
- Inga föräldrar får uppehålla sig i omklädningsrummet avsedda för åkare. Behöver åkarna hjälp med skridskor etc. sker det på allmänna ytor.
- Medföljande är välkomna att titta på träningen men skall då vara på läktare eller bakom plexiglas och inte vid sargkanten eller i avbytarbåset. Det området är enbart för åkare och tränare. Detta för att barn och tränare skall kunna fokusera på träningen.
- Åkarna måste själva ta med sig det som de behöver till sargkanten, som vattenflaska, musik, extra vantar etc.
- Alla i ishallen förtjänar respekt, hänsyn och trevligt bemötande. Det innebär att:
  - Du sprider inte omkring dina saker utan samlar ihop skor, jacka m.m. på ett ställe medan du tränar.
  - Du kommer i tid till träning och är uppvärmd innan du går på is.
  - Du följer tränarens instruktioner och koncentrerar dig på vad du gör själv.
  - Du avstår från prat och annat som stör dina kamrater när ni tränar.

För allas trevnad ber vi alla respektera och följa dessa trivselregler!

Med vänlig hälsning  
VÄSTRA FRÖLUNDA KONSTÅKNINGSKLUBB



# VFKK Trivselregler

## [www.vfkk.se](http://www.vfkk.se)

Tävla i konståkning

---





# Mer info på

---

<https://www.skatesweden.se/tavla>