

# Jag är en KKTV-tränare

Jag har på mig lämpliga kläder

Jag har håret borta från ansiktet

Jag för en dialog med mina kollegor om vad som ska göras på träningen

Jag kommer välplanerad till träningen

Jag kommer i tid till träningen

Jag pratar högt och tydligt

Jag låter åkarna vara ifred i deras omklädningsrum

Jag håller i uppvärmning med åkarna 30 min innan isstarten

Jag knyter på mig skridskorna i tränarrummet

Jag ber snällt föräldrar som är i båset att sitta på läktaren istället

Jag hälsar på mina åkare och visar att jag har sett dem allihop

Jag hjälper ALLA åkare lika mycket

Jag pratar bara konstakning med mina kollegor

Jag har tillgång till mina åkares musik

Jag säger vad åkarna SKA göra och inte vad de INTE ska göra

Jag är bestämd och positiv

Jag avslutar passet med att ev ta upp något som händer den närmaste tiden (ex "lycka till på tävlingen", "kom ihåg att ta med yogamattan imorn", kom ihåg att träningen är inställd på lördag" osv)

Jag stänger av ljudutrustningen och stänger dörrarna ut till isen efter sista ispasset

Jag stretchar med åkarna 10-15 min efter varje ispass

Jag registrerar närvaro på åkarna efter avslutat pass

Jag är tydlig mot föräldrarna och hänvisar till styrelsen ([kktv@live.se](mailto:kktv@live.se)) om det är en fråga som jag inte kan svara på

Jag kontrollerar så att den som är kvar sist har nyckel och kan låsa klubbrummet