

2024



Trænerhåndbog 2024/2025

Indholdsfortegnelse

Velkommen i G94	2
G94's Værdier	3
G94 tilbyder dig:	4
G94 passer på dig:	5
Hvad forventer vi af dig?	6
Holdmakker	7
Bestyrelsen	8
Kontaktperson	9
Vigtige datoer	13
Feriekalender	14
Omkostningsgodtgørelse	15
Tøj til opvisningen	16
Andet vigtigt	18
Regler for billeder/videoer:	19
Sale/Haller	20

Velkommen i G94

Vi sætter stor pris på, at du har tid og lyst til at være frivillig i G94 - en forening, hvor der er plads til alle, og som altid er i gang!

Du er med til at gøre en forskel for vores næsten 750 medlemmer, som hver uge kommer til gymnastik og fitness i vores forening.

Foreningen drives af en bestyrelse på 9 medlemmer, som alle arbejder for at sikre, at foreningen kører som smurt hele året rundt.

G94's træner flok består af ca. 100 instruktører, hjælpeinstruktører, holdmakkerer og derudover en del faste hjælpende hænder til diverse events.

Vi arbejder alle sammen på frivillig basis, hvilket vil sige, at de fleste får omkostningsgodtgørelse - men ingen løn.

Foreningen har:

Instagram-side: “@gymnastikforeningen94”,

som du er velkommen til at følge og “tagge” i dine opslag

[G94 \(@gymnastikforeningen94\) • Instagram photos and videos](#)

Facebook side: “Gymnastikforeningen94”, 👍 synes godt om:

https://www.facebook.com/profile.php?id=100064423822650&locale=da_DK

Facebook gruppe for instruktører og hjælpere:

“Gymnastikforeningen94 - Instruktører og hjælpetrænere”

https://www.facebook.com/groups/728892027317395?locale=da_DK

G94's Værdier

G94 er en levende forening med plads til alle.

Vi har et bredt udbud af hold og events for de fleste aldre i Fredericia og omegn.

Foreningen følger både gamle traditioner og nye tendenser.

G94 er en meget aktiv forening med både en vintersæson og en sommersæson - derudover er vi med til diverse aktiviteter i ferieperioderne, som du kan vælge at være en del af 😊

Vi lægger vægt på...

- Et godt samvær med respekt for hinanden og foreningens værdier.
- Et forpligtende fællesskab bygget på frivillige kræfter.
- Et højt informationsniveau med åbenhed og mulighed for indflydelse.
- At det er attraktivt at være "træner" i vores forening.
- At det skal være sjovt at være i foreningen G94.

G94 tilbyder dig:

- **Det er gratis for dig og dine børn at gå på foreningens hold¹**
 - Skriv til os på G94.Kontakt@gmail.com, så tilmelder vi dig.
- **Du skal ikke betale for opvisningstøjet hvis:**
 - Du er træner og gymnast på samme hold.
 - Skriv til os, så sørger vi for det.
- **Du får omkostningsgodtgørelse for de hold, hvor du har ansvar:**
 - Gælder for vintersæsonen
 - Gælder for sommersæsonen - (hvis du også er aktiv her)
- **Holdmakkere er også med, når vi tager på oplevelser / får gaver:**
 - Holdmakkere må ikke få omkostningsgodtgørelse.
- **Du og dine børn skal ikke betale ved arrangementer:**
 - Hvis du hjælper ved et G94 arrangement, så skal hverken du eller dine børn betale for arrangementet og mad/drikke undervejs.
- **Vi vil gerne vise vores taknemmelighed efter opvisningerne:**
 - Følg godt med, så du ikke går glip af det, vi finder på.
- **Kørselsgodtgørelse til og fra træning/møde/øvrige aktiviteter**
 - Skal aftales forud med bestyrelsen.

¹ Spring Team/Moves holdene er undtaget. Holdene har en egenbetaling på 600 kr.

G94 passer på dig:

- Du er forsikret via DGI, når du er aktiv på holdene
 - Gælder instruktør, hjælpeinstruktør eller holdmakker.
- Har du lyst til at komme på kursus?
 - Skriv til os hvilket kursus, du gerne vil på.
 - Vi hjælper gerne med gode forslag
 - Hvis du bliver syg på et kursus, så skal du hurtigst muligt kontakte:
Helle Madsen, 51214863, helleg94@post.cybercity.dk
- G94 har en kontaktperson på alle hold i vintersæsonen
 - Side 9-10 kan du se hvem, der er dit holds kontaktperson.
- Du skal endelig række ud til din kontaktperson, hvis..
 - der er udfordringer på dit hold
 - du ikke kan svare på spørgsmål omkring G94, arrangementer, kontingent og lignende.
 - henvendelser fra forældre, du har brug for hjælp eller støtte til.
- G94 får også en kontaktperson for sommersæsonen.

Hvad forventer vi af dig?

- Du deltager engageret og tager ansvar på dine hold og i G94's aktiviteter.
- Du optræder med respekt for alle på dine hold og når du er "i G94-arbejde".
- Du taler ikke nedsættende til nogen/om nogen.
- Du er et godt forbillede, når du repræsenterer G94.
- Du må ikke tage gymnasterne væk fra den aftalte lokalitet...
 - o Det er ok, hvis det er planlagt og aftalt med holdets kontaktperson på forhånd.
- Du giver tilsagn om, at foreningen må indhente børneattest på dig.
- Du er opmærksom på, hvordan og til hvad, du bruger din mobil på holdet.
- Du giver besked til holdets "hoved" instruktør i rigtig god tid:
 - o hvis du har behov for at holde fri
 - o hvis du bliver syg op til en træning
- Er du "hoved" instruktør, skal du melde afbud tidligt til din kontaktperson:
 - o hvis du er syg/bliver forhindret - så giv besked, så en afløser kan findes. Aflysning af en træning er absolut sidste valgmulighed.
- Du opdaterer dine profiloplysninger og billede på hjemmesiden:
 - o Så foreningen kan komme i kontakt med dig, hvis du skifter mail/mobil nr.
 - o Så holdets gymnaster kan se, hvem der træner holdene

Holdmakker

I forbindelse med den nyeste lovgivning, så må alle hjælpere under 13 år ikke betragtes/anvendes som trænere - i stedet er de nu blevet til Holdmakkere.

Det vil sige, at en Holdmakker er holdets ”ven”, en der giver en hånd med, men der er ikke tale om ”arbejde” eller ”ansvar”.

En Holdmakker må ikke få omkostningsgodtgørelse, men vi sørger selvfølgelig for, at I også er med, når vi tager på oplevelser og til arrangementer.

En holdmakker må bl.a. lave følgende:

- At tage sig af et barn, der har brug for hjælp, støtte, guide, trøst
- Vise vej til toilet eller forældre, binde snørebånd, o.lign.
- Danse og lege med gymnasterne.
- Støtte ved lette redskabsøvelser.
- At vise øvelser og styre musik.
- At hjælpe med at hente og opstille redskaber.
- Rydde op i fællesskab med instruktører og gymnaster.

Vi vil sætte stor pris på, at du skriver til holdets instruktør, og fortæller hvis du ikke kommer.

Bestyrelsen

Har du brug for hjælp eller har du spørgsmål, så kontakt os:

Formand:

Gitte Bendixen
25305480
gittebendixen@me.com

Næstformand:

Bo Garsteen
26931058
BoGarsteen@gmail.com

Kasserer:

Helle Madsen
51214863
helleg94@post.cybercity.dk

Bestyrelsesmedlemmer:

Dennis Jensen
27503866
denkomaps@gmail.com

Karina Petersen
60752461
iknp@live.dk

Karina Wærnskjold-Thiesen
60649573
kawtster@gmail.com

Leyla Garsteen
20673767
LGGarsteen@gmail.com

Maja Garsteen
30967344
MGGarsteen@gmail.com

Loa Dahl
40495210
Lokrda78@outlook.com

Kontaktperson

Kontakt	Hold	Hold	Team	Hvor	Dag & tid		
Maja	1	Forældre/Barn ca. 1-3 år	Anne Fuks Bjørk Delcin Hansen	Havepladsvej - Pigesalen	Mandag	16:30	17:30
Leyla	2	Tons, Sjøv & Leg 3-5 år	Buster Hagge Catalina Bøgelund Ditte Sølvfrost Lianna Jensen Oliver Hansen	Indre Ringvej - Hallen	Mandag	16:30	17:30
Karina P	3	Tons, Sjøv og Leg 3-5 år	Ea Jørgensen Pia Wollesen Shine Andersen Stefanie Kristensen	Gymnasiets hal	Tirsdag	17:00	18:00
Maja	4	Forældre/Barn	Ditte Sølvfrost Loa Dahl	Indre Ringvej - Drengesalen	Onsdag	16:30	17:30
Leyla	5	Tons, Sjøv & Leg 3-5 år	Filippa Tamberg Jan Nielsen Jonas Arum Karoline Fevre Kjær Senem Køktepe Sif Ostenfeldt Silke Julius Sofie Schmidt	Skjoldborgsvej - Pigesalen	Torsdag	16:30	17:20
Leyla	6	Minispring, Sjøv & Leg 4-5 år	Jan Nielsen Loa Dahl	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Fredag	16:00	17:00
Helle	7	Far/Barn ca. 2 - 5 år	Kevin Kjær Steffen Kristensen	Kirstinebjerg Hallen	Fredag	16:00	17:00
Maja	8	Mini Multiholdet - Forældre/barn 1-5 år	Helle Madsen	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Mandag	16:30	17:30
Loa	9	Multiholdet 0. kl. og op	Helle Madsen Jannie Skov	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Torsdag	17:15	18:15
Maja	10	Let's Dance - MGP 0.-3. kl.	Silje My Hansen Gitte Bendixen	Skjoldborgsvej - Pigesalen	Mandag	17:00	18:00
Karina W	11	Moves	Freja Von Essen Lærke Guttenberg Garsteen Maja Guttenberg Garsteen	Havepladsvej - Pigesalen	Onsdag	16:00	17:30
Maja	12	Let's Dance - MGP 0. -3. Kl.	Gitte Bendixen Silje My Hansen	Indre Ringvej - Hallen	Torsdag	16:30	17:30
Maja	13	Let's Dance 3.-6. kl.	Gitte Bendixen Ida Marie Kruse	Indre Ringvej - Hallen	Torsdag	17:45	18:45
Maja	14	Let's Dance 6. kl. og op	Gitte Bendixen Ida Marie Kruse	Indre Ringvej - Hallen	Torsdag	17:45	19:15

Gitte	15	3. - 6. Kl. RytmeMix (For drenge og piger)	Jan Nielsen	Skjoldborgsvej - Festsalen	Torsdag	17:35	18:30
Bo	16	Springmixet 0.-2. kl.	Alberte Oldenborg Pedersen Amalie Søndergaard Ida Marie Kruse Jan Nielsen Loa Dahl Lukas Mena Wøldike Mie Nissen Oskar Vestergaard Jochumsen	Gymnasiets hal	Mandag	17:00	18:15
Bo	17	Drengeholdet 10-16 år	Anne Fuks Jan Nielsen Loa Dahl	Gymnasiets hal	Mandag	18:30	19:30
Leyla	18	Spring/Rytme 3.-5. kl.	Bernadette Trangbæk Frya Hougaard Gritt Christensen Wanell Jennie Rygaard Karina Petersen Pia Wollesen Steffen Kristensen	Kirstinebjerg Hallen	Mandag	18:30	19:30
Leyla	19	Spring/Rytme +6. kl.	Bernadette Trangbæk Gritt Christensen Wanell Jacob Glintborg Jørgensen Karina Petersen Pia Wollesen Steffen Kristensen	Kirstinebjerg Hallen	Mandag	19:30	20:30
Bo	20	Springmixet 0.-2. kl.	Casper Rasmussen Fie Henningsen Jan Nielsen Karoline Gasbjerg Larsen Michael Sandfeld Fuks Senem Køktepe	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Tirsdag	16:40	17:50
Leyla	21	Spring, Sjøv & Leg 5-8 år	Anastacia Løvendahl Caroline Jakobsen Loa Dahl Nilay Peker Patricia Løvendahl Sabine Jakobsen Sila Andersen	Kirstinebjerg Hallen	Tirsdag	17:00	18:00
Bo	22	Springmixet 2.-4. kl.	Casper Rasmussen Jan Nielsen Karoline Gasbjerg Larsen Michael Sandfeld Fuks Senem Køktepe	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Tirsdag	18:00	19:10
Bo	23	Tirsdagsspringerne 4.-9. kl	Casper Rasmussen Jan Nielsen Karoline Gasbjerg Larsen Michael Sandfeld Fuks	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Tirsdag	19:10	20:30

Bo	24	Springmixet 2.-4. kl.	Amalie Søndergaard Jan Nielsen Nicoline Lynggaard Jeppesen Sally Rame Sarah Severinsen	Gymnasiets hal	Onsdag	17:30	18:45
Karina P	25	Onsdagsspringerne 4.-9. kl	Casper Rasmussen Jan Nielsen Loa Dahl Nicoline Lynggaard Jeppesen	Gymnasiets hal	Onsdag	19:00	20:30
Gitte	26	5-8 år - Spring, Sjøv & Leg (maks. 30)	Filippa Tamberg Karoline Fevre Kjær Loa Dahl Mie Nissen Nicoline Lynggaard Jeppesen Silke Julius	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Torsdag	17:30	18:30
Gitte	27	Drengespring 8-12 år	Henrich Ehlers Jan Nielsen Nicoline Lynggaard Jeppesen	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Torsdag	18:45	19:45
Dennis	28	Fredagsspring - fra 5. kl+	Bo Garsteen Casper Rasmussen	Kirstinebjerg Hallen	Fredag	17:30	19:00
Dennis	29	17 år -> - X Spring (u/opvisning)	Bo Garsteen Casper Rasmussen Emil Jensen Jacob Glintborg jørgensen Peter Emil Aalborg Nielsen	Kirstinebjerg Hallen	Fredag	19:00	20:30
Leyla	30	Weekendspringmixet 5-10 år	Anne Fuks Jan Nielsen Loa Dahl Michael Sandfeld Fuks	Kirstinebjerg Hallen	Lørdag	09:00	10:15
Dennis	31	SpringTeam II - 8-13 år	Bo Garsteen Casper Rasmussen Emil Tsadiku Vind Freja Von Essen Jacob Glintborg jørgensen Leyla Guttenberg Garsteen Lærke Guttenberg Garsteen Mads Ildvedsen Maja Guttenberg Garsteen	Kirstinebjerg Hallen	Onsdag	16:00	17:30
Dennis	32	SpringTeam I - 13 år ->	Bo Garsteen Casper Rasmussen Emil Jensen Freja Von Essen Jacob Glintborg jørgensen Jakob Lønborg Leyla Guttenberg Garsteen Lærke Guttenberg Garsteen Mads Ildvedsen Maja Guttenberg Garsteen Peter Emil Aalborg Nielsen	Kirstinebjerg Hallen	Onsdag	17:30	19:00



Dennis	33	SpringTeam X 15 år ->	Bo Garsteen Casper Rasmussen Emil Jensen Jacob Glintborg Jørgensen Peter Emil Aalborg Nielsen	Kirstinebjerg Hallen	Onsdag	17:30	19:00
Loa	34	Kvinder i Bevægelse	Mona Christensen	Kirstinebjerg Hallen	Mandag	16:00	17:00
Helle	35	Yoga for alle	Karina Wærnskjold-Thiesen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Mandag	18:30	19:30
Gitte	36	Cirkeltræning	Helle Madsen	Indre Ringvej - Drengesalen	Mandag	19:00	20:00
Karina P	37	Jumping Fitness for begyndere v/Dorthe	Dorthe Brandt Petersen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Tirsdag	17:45	18:30
Karina P	38	Jumping Fitness v/Dorthe	Dorthe Brandt Petersen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Tirsdag	18:30	19:30
Gitte	39	MaxQ 25+	Trine Maria Hansen Mikala Kyster	B - Hallen	Tirsdag	19:00	20:45
Karina P	40	Funktionel Fitness	Camilla Nielsen Line Illum Marie Søndergaard Rikke Germansen	Skjoldborgsvej - Pigesalen	Tirsdag	19:30	20:30
Karina W	41	Bungee Fitness	Karina Petersen	FIC - Finess Sal 1	Tirsdag	20:00	21:00
Karina W	42	Funktionel Træning og Yoga	Paul Oxbøll Kristensen Susanne Brandt	Sundhedshuset - Gymnastiksalen	Onsdag	16:15	17:15
Karina P	43	Kvinder i bevægelse	Mona Christensen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Onsdag	16:30	17:30
Karina W	44	Jumping Fitness v/Karina P.	Karina Petersen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Onsdag	17:45	18:45
Karina W	45	Yoga	Paul Oxbøll Kristensen Susanne Brandt	Sundhedshuset - Gymnastiksalen	Onsdag	17:45	18:45
Karina W	46	Power Flow - Ashtanga Yoga inspireret	Karina Petersen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Onsdag	19:00	20:00
Gitte	47	Glad Motion	Helle Madsen	Skjoldborgsvej - Drengesalen	Onsdag	19:00	20:30
Helle	48	Gamle Stive Mænd - yoga for herrer	Karina Wærnskjold-Thiesen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Torsdag	17:15	18:15
Helle	49	Yoga for alle	Karina Wærnskjold-Thiesen	Indre Ringvej - Gymnastiksalen	Torsdag	18:30	19:30

Vigtige datoer

Disse events forventer vi i sæsonen 2024/25 og flere kan komme til 😊

- 25/10 - 27/10 2024 G94-Lejr i Kirstinebjerg Hallen
- 23/11 2024 Juletræsfest
- 28/9 2024 Dance Event Silas Holst
- Januar 2025 Børnefællestræning
- Februar 2025 Fastelavnsfest
- 21/3 2025 Ungdomsopvisning 7000 - FIC
- 30/3 2025 G94 Lokalopvisning - FIC
- 23/3 2025 Fredericiaopvisningen - FIC
- 11/4 2025 Vintersæsonen slutter
- 22/4 2025 Sommersæsonen begynder

Vi tager forbehold for events, der ikke kan gennemføres, hvis der ikke er nok frivillige hjælpere eller for få tilmeldinger.

Skriv til os på G94.Kontakt@gmail.com, hvilke events du gerne vil hjælpe os med 😊

Feriekalender

Som udgangspunkt følger vi skolernes ferier i løbet af sæsonerne.

Ønsker du at træne alligevel, så aftal det med bestyrelsen, da det som regel godt kan lade sig gøre.

Hvis du ønsker at gå på lidt tidligere ferie, så aftal det på holdet og giv bestyrelsen besked i god tid.

- ★ Efterårsferie d. 14/10 - 20/10
- ★ Juleferie d. 21/12 - 5/1
- ★ Vinterferie d. 10/2 - 16/2
- ★ Påskeferie d. 13/4 - 21/4
- ★ Kristi Himmelfartsferie d. 29/5 - 1/6
- ★ Grundlovsdag d. 5/6
- ★ Pinseferie d. 7/6 - 9/6
- ★ Sommerferie d. 27/6 - 1/9

Der er ingen træning fra den første dato og vi starter først efter feriens dato.

Omkostningsgodtgørelse

Omkostningsgodtgørelsen pr. vinterhold 2024/2025:

Forældre-hjælper:	0 kr.
Holdmakker:	0 kr.
Hjælpeinstruktør med begrænset ansvar:	300 kr.
Flere instruktører med delt ansvar:	850 kr.
Hovedinstruktør	: 1.000 kr.

For vintersæsonen udbetales der omkostningsgodtgørelse til efter forårets opvisninger (omkring april).

Udbetales til alle instruktører, der har haft ansvar på et eller flere hold gennem en hel vintersæson.

Omkostningsgodtgørelsen pr. sommerhold 2025:

Instruktør, selv eller flere med ansvar:	350 kr.
--	---------

I sommersæsonen udbetales der omkostningsgodtgørelse i starten af sommerferien. Inden ferien får Hjælpere/holdmakkere en fælles oplevelse.

Omfanget af dette aftales forud med bestyrelsen.

Ved tvivl, spørg din kontaktperson eller en fra bestyrelsen.

Tøj til opvisningen

Ønsker du at deltage med dit hold til opvisning og skal gymnasterne have opvisningstøj?

Udgiften til opvisningstøjet ligger udover kontingentet, og du må ikke forlange, at gymnasten køber det valgte tøj - medmindre andet er skrevet i holdbeskrivelsen.

De penge, du forlanger for tøjet, skal dække udgiften til tøjet, inkl. tryk, fragt og lignende udgifter.

Du må ikke selv samle pengene ind, men bestyrelsen opretter din dragt i G94's shop og forældrene bestiller.

Bestyrelsens fastlagte beløb til opvisningstøj pr. gymnast?

Børnehold ca. 0-5 år	150 kr.
Børnehold ca. 0.-4. kl.	250 kr.
Ungdomshold ca. 4.-6. kl.	500 kr.
Ungdomshold ca. 7. kl. og op	600 kr.
Voksenhold aftales på holdet	

Ønsker du hjælp til dit holds opvisningstøj og oprettelse i G94's shop?

Har du brug for hjælp eller gode råd til opvisningstøjet, så kontakt:

- Karina Petersen, 60752461
- Leyla Garsteen, 20673767

Får du fat i en tøjsponsor?

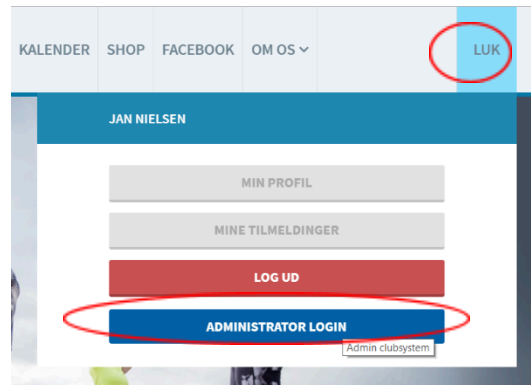
Hvis du får en tøjsponsor til dit hold, så skal du informere bestyrelsen, så foreningen ved, hvem der sponsorerer os.

- skriv en mail til: G94.Kontakt@gmail.com

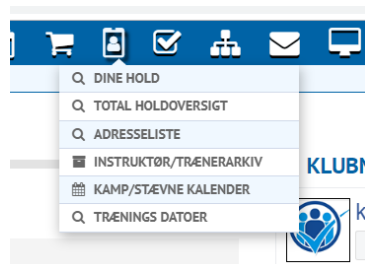
Find dit hold på hjemmesiden

- Gå ind på www.g94.dk og login









Tryk på Brugermenu og derefter på ”administrator login”



Tryk på symbolet og vælg ”dine hold”



Tryk på blyanten og se hvem der er på dit hold 😊
På listen findes kun de gymnaster, der er tilmeldt på dit hold.

Slutdato	Tilmeldte	
02.04.2020	2	
02.04.2020	0	
31.03.2020	1	
31.03.2020	1	
31.03.2020	0	
01.04.2020	3	
01.04.2020	3	
01.04.2020	0	

Andet vigtigt

Foreningsappen "Klubmodul"

Udover at bruge hjemmesiden, er det også muligt at bruge klubmodul-app'en på mobilen.

Det kræver kun, at du kender dit brugernavn og adgangskode. Når du logger på første gang, skal du søge efter G94.

Her kan du se: Dine hold, dine tilmeldte gymnaster og en "Kryds af liste" til hver træning

Find de andre instruktører: Vælg "adresseliste" i stedet for "dine hold". Du får nu en lang liste med alle instruktørers og hjælpeinstruktørers oplysninger.

Isposer, plaster mm:

- Skjoldborgvejens Skole, i redskabsrummet i skolegården
- Kirstinebjerghallen, i vores skab i redskabsrummet
- Indre Ringvej - Hallen, i det blå skab
- Indre Ringvej - Salen, i skabet i redskabsrummet

Træner du andre steder, må du selv have det med i tasken.

Skriv til G94.kontakt@gmail.com, før den sidste ispose eller plaster er taget.

Ekstra træning:

Ønsker du at booke en hal/sal til en ekstra træning, så skriv dine ønsker i god tid inden til G94.kontakt@gmail.com - så undersøger vi mulighederne og giver dig besked.

Regler for billeder/videoer:

VÆR MEGET OPMÆRKSOM PÅ:

Hvert medlem af foreningen har mulighed for at tage stilling til, om man ønsker at blive fotograferet eller ej.

Du kan se på tilmeldingslisten (KUN PÅ HJEMMESIDEN), hvis dine deltagere/gymnaster ikke ønsker at blive fotograferet.

Tager du billeder/videoer, hvor man kan se ansigter, så skal personerne være tilmeldt i foreningen.



Ingen portrætbilleder af deltageren, men situationsbilleder er ok.



Ingen billeder af deltageren overhovedet.

Gymnastens valg på hjemmesiden SKAL respekteres.

Sale/Haller

Ansvar:

Alle instruktører og hjælpeinstruktører er ansvarlige for, at redskaber, sale/haller, musikanlæg mm. behandles med respekt og håndteres forsvarligt, så G94 og dine hold stadig er velkomne.

Oprydning:

Det er jeres fælles ansvar på holdet, at man rydder pænt op i de lokaler, man har adgang til.

Sale, skabe og redskabsrum afleveres i den aftale stand - brug de ophængte redskabsplaner/fotos.

Adgang:

Der er normalt én chip og/eller nøgle til hvert hold, og den er som udgangspunkt udleveret ved sæsonstart til holdets "hoved"instruktør, medmindre andet er aftalt.

Skulle der opstå problemer med adgang/chippen/nøglen, så kontakt dit holds kontaktperson.

Hvordan ser der ud, når I kommer:

Oplever du, at faciliteterne er i stykker, meget rodet, beskidte gulve eller lignende, så tag et eller flere billeder og send det til G94.Kontakt@gmail.com.

Bestyrelsen vil bagefter kontakte skolens Tekniske Serviceleder.

Redskaber:

De redskaber vi bruger på vores hold koster mange penge og vi skal passe på dem.

Hvis du oplever, at noget er defekt eller på vej til det, så giv os straks besked - gerne med fotos og en god forklaring, hvor du oplever det på redskabet.