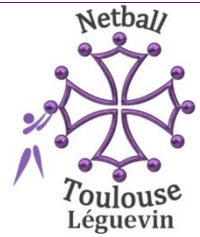


Netball Toulouse Lègevin
Session Rules
2020/2021 Season

To ensure training runs smoothly, to time and to make sure we all get the most out of sessions, we ask all players (adults and juniors) to read and adhere to the follow rules:

- Please arrive at least 10 mins before the session is due to start
- Please arrive suitably dressed, with all jewellery removed, hair tied back, and nails cut
- Please arrive with any pre-existing injuries already appropriately strapped
- Please ensure you bring a water bottle, snack and small towel
- Please ensure you let the coaches know of any injuries, or anything they should be aware of before the session starts
- Please take a moment to familiarise yourself with who the First Aider on Duty is (information will be displayed near Coaches Station)
- All mobile phones are to be away for the duration of the session. If you are expecting a call, please let the coaches know at the beginning of the session. Your phone can then be placed in the dedicated area near the coaches' station.
- Please respect the session timings, coaches and your teammates by keeping any discussions or general chitchat to a minimum.
- If you have something you would like to share with the group, please let the coaches know no later than the beginning of the session. Time can then be allocated during cooldown.

Netball Toulouse Leguevin
Règles durant les entraînements
Saison 2020/2021



Pour assurer le bon déroulement des entraînements et pour profiter au mieux des sessions, nous demandons à tous les joueurs (adultes et juniors) de lire et de respecter les règles suivantes :

- Arriver au moins 10 minutes avant l'heure de début de la session
- Arriver dans une tenue appropriée pour l'entraînement, avec tous les bijoux retirés, les cheveux attachés et les ongles coupés
- Arriver avec ses blessures pré-existantes déjà strappées
- Venir avec une bouteille d'eau, un snack et une petite serviette
- Prévenir le coach de toute blessure ou de toute chose qu'il doit savoir, avant le début de la session
- Se tenir informer de qui est le secouriste pour les 1ers secours durant la session (l'information sera affichée)
- Tous les téléphones doivent être rangés pendant la durée de toute la session. Si vous attendez un appel, le dire au coach au début de la session. Votre téléphone sera alors mis dans un endroit dédié près des coaches.
- Respecter l'heure des entraînements, respecter les coaches et vos coéquipiers en réduisant au minimum les discussions et les bavardages.
- Si vous voulez partager quelque chose avec le groupe, prévenir les coaches au début de la session. Un moment pourra être prévu à cet effet pendant les étirements.