



Norges  
Skiforbund

# FORELDREVETTREGLER

## LANGRENN

01

Gi oppmuntring til alle utøvere

02

Gi oppmuntring i medgang og motgang

03

Respekter trenernes tilbakemeldinger og rennuttak

04

Følg retningslinjer fra arrangører og funksjonærer

05

Hjelp til der du kan

06

Del kunnskap og erfaring

07

Gode holdninger skaper gode skiløpere

08

Ikke løp etter utøverne

09

Fokus på innsats, ikke resultat

10

Vis respekt for lederen av juryen (TD) sine avgjørelser og regler