



# FORELDREVETT- REGLER 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