



DESÁTERO GYMNASTKY



1. Chodím na trénink včas, pokud nemůžu - omluvím se



2. Jsem správně oblečená (přiléhavé oblečení a bílé ponožky)



3. Jsem správně učená - drdol (trenérka není kadeřnice)



4. Mám veškeré náčiní, se kterým trénuji



5. Nemám řetížky, prstýnky, náramky a velké naušnice



6. Nemám žvýkačku



7. Do tělocvičny nenosím (ani nejím) žádné jídlo ani pamlsky



8. Zdravím a používám slovíčko PROSÍM a DĚKUJI



9. Respektuji trenérku



10. Pomáháme si, jsme kamarádky