Keppnisreglur

- Nemendur mæti tímanlega á keppnisstað og fylgi fyrirmælum þjálfara síns í einu og öllu.

- Nemendur skulu keppa í félagsbol og félagsgalla Fimleikadeildar Fylkis á öllum mótum Fimleikasambands Íslands nema stjórn ákveði annað.

- Nemendur keppi með ólar og í stökkskóm í samráði við þjálfara sinn.
- Nemendur mæti snyrtilega til fara, án skartgripa og þeir sem eru síðhærðir séu vel greiddir með teygju í hárinu.
- Nemendum er stranglega bannað að vera með tyggigúmmí.
- Keppnisrétt hafa þeir nemendur sem greitt hafa æfingagjöld eða gengið frá greiðsluáætlun vegna þeirra.
- Keppnisrétt hafa þeir nemendur sem greitt hafa mótsgjöld.
- Nemendur skulu vera félagi sínu og þjálfurum til sóma.

Æfingareglur

- Nemendur mæti 10 mínútum áður en kennsla hefst (helst ekki fyrr) og bíði í búningsklefa þar til þjálfari sækir þá.
- Nemendur mæti snyrtilega til fara, án skartgripa og þeir sem eru síðhærðir hafi teygju í hárinu.
- Framhaldshópar skulu æfa í fimleikabol, frjálst er að vera í buxum við en þær verða að vera þröngar. Grunnhópar mega æfa í íþróttafatnaði en þó ekki í víðum fötum.
- Nemendum er stranglega bannað að vera með tyggigúmmí.
- Nemendum er aðeins heimilt að vera í salnum á æfingatíma og fari út úr salnum að lokinni æfingu í fylgd þjálfara.
- Stranglega bannað að kroppa í eða henda svömpunum í gryfjunni.
  Það er með öllu óheimilt að vera á trampólíni eða í gryfju án þess að þjálfari sé viðstaddur.

- Notkun GSM-síma er bönnuð í æfingasalnum. Vinsamlega hafið slökkt á þeim eða stillið þá á hljóðlaust ef þeir eru hafðir meðferðis. Vakin skal athygli á því að ekki er tekin ábyrgð á fjármunum eða fatnaði inn í búningsklefa. Verðmæti ætti að fá geymd í afgreiðslu.
- Nemendur skulu boða forföll til þjálfara. Símanúmer þjálfara er að finna á vefsíðu deildarinnar. Ef nemandi ákveður að hætta eru foreldrar vinsamlega beðnir að tilkynna það til þjálfara.

Staðfest af stjórn fimleikadeildar Fylkis - janúar 2010