



Velkommen som ny træner i Aabenraa Boldklub

Hermed vil vi gerne byde dig velkommen som træner i Aabenraa Boldklub. Som ny træner har du helt sikkert en lang række spørgsmål, som vi med dette velkomstbrev forsøger at svare på. Finder du ikke svar, eller føler du, at der mangler vigtige informationer, er du meget velkommen til at maile til den ansvarlige for netop din årgang. Se adresselisten på hjemmesiden under kontakt - bestyrelse.

Børneattest og træneraftale

Inden du kan starte som træner, skal du udfylde en børneattest. Det er lovpligtigt for foreninger at indhente børneattester på trænere, hjælpere og ledere, der har med børn og unge under 15 år at gøre. Børneattesten underskrives sammen med træneraftalen. Træneraftalen er en kontrakt der omfatter vores forventninger til dig og dine forventninger til klubben.

Nøgler

Efter aflevering af udfyldt børneattest og underskrevet træneraftale, vil du få udleveret en nøgle, som passer til boldrum, taktikrum, lys samt kunststofbane. Træneren hæfter selv for nøglen og skal afleveres den dag du stopper som træner i klubben.

Trænergoder

Trænergerningen i Aabenraa Boldklub er en frivillig opgave. Der skal trænere, trænerassistenter og holdledere til for at drive et hold og en klub. Den ansvarlige træner på hver årgang vil dog få fri kontingent til sit barn. Derudover tilbydes trænere en trænerpakke når de starter. Der findes yderligere info i de enkeltes træneraftaler. Har du spørgsmål bør du kontakte den ansvarlige for din årgang.

Værdigrundlag

Som klub har vi sat et overordnet mål; at vi vil være Sønderjyllands bedste alternativ. For at vi kan blive det, skal vi være attraktiv for spillere og det kræver det gode trænere. Vi har 3 værdier vi som træner ønsker at du og dine spillere skal efterleve når I repræsenterer Aabenraa Boldklub. Engagement, positivitet og ordentlighed. Vi mener, at spillerne har krav på en engageret træner, der går op i sit trænerjob og er velforberedt. Derudover er en af de vigtigste faktorer når du arbejder med

børn og unge, at du er positiv og skaber glæder, så de trives og føler sig godt tilpas i dit selskab. At du er glad og positiv, skulle gerne smitte af på spillerne, så de finder en glæde ved at spille i Aabenraa Boldklub på netop dit hold. En sidste værdi vi ønsker I skal efterleve, er det at opføre sig ordentligt. Det gælder både overfor spillere og forældre, men også overfor modstandere, dommere osv. Vi håber du vil have disse tre værdier med i baghovedet når du arbejder med dine spillere i Aabenraa Boldklub.

Fællesskab

Fodbold er en holdsport og en vigtig faktor for at holdet og klubben fungerer optimalt, er at spillerne på de enkelte hold fungerer socialt. For at fremme det sociale på holdet har vi god erfaring med, at spillerne mødes inden træning og klæder om sammen. Her har de mulighed for at få snakket af inden træningen og de kan sammen følges til boldskuret efter materialer. Efter træningen ligges der også op til at alle går i bad og klæder om sammen.

For år tilbage var dette ikke nødvendigt at nævne, for hverken spillere, trænere eller forældre. Vi håber at du som træner i Aabenraa Boldklub vil være med til at sætte rammerne for dit hold og ligge op til, at børnene klæder om i fællesskab. De børn der ikke er med her, vil ofte med tiden komme til at føle sig udenfor. Spillerne lærer hinanden at kende på en anden måde end på fodboldbanen, hvilket er meget vigtigt for holdet. I stedet for at børnene bliver sat af og hentet direkte fra banen, opfordrer vi alle trænere til at tage en snak med forældrene, så der også er opbakning på hjemmefronten. Vi ønsker at gøre omklædning og bad til en lige så naturlig del af det at spille fodbold, som det var før i tiden og som det stadig ses i f.eks. svømmeverdenen i dag.

Forældremøder

Aabenraa Boldklub anbefaler, at der på alle årgange holdes 1-2 forældremøder pr. år. Disse møder har vist sig som en god anledning til at få flere forældre involveret i klubben eller på den enkelte årgang. Vi vil opfordre dig som ny træner at bede forældrene på din årgang om hjælp, så du får uddelegeret nogle af de mange opgaver det indebærer at være træner, så du kan koncentrere dig om spillerne. Du kan bl.a. lette dit arbejde ved at få en forældre til at stå for kørselsliste, vask af spillertøj liste, kage/frugt liste og lign. Derudover kan det være der sidde forældre der ønsker at hjælpe med planlægning af stævner/socialt arrangementer, opfyldning af vanddunke, opvarmning af målmænd osv. Alle opgaver som er små hvis man er mange hænder, men som kan fylde meget hvis du står selv med det hele.

Kontingent

Det er trænerens ansvar at sikre sig, at alle spillere på årgangen har betalt kontingent. Vi opfordrer alle trænere til at minde forældrene (op til hver sæson) om at betalingen af kontingent skal ske online via Aabenraa Boldklubs hjemmeside og at deres barn ikke kan få lov at deltage i træning/kamp, hvis

ikke der bliver betalt kontingent. Inden turneringsstart får hver træner udsendt en liste over spillere der har betalt kontingent og dermed også kan stå til rådighed i sæsonen. Følg venligst op på denne liste i starten af sæsonen, så vi undgår spillere der falder fra halvvejs eller ikke vil betale når sæsonen er omme. En spiller der er i restance og ikke har betalt sit kontingent, kan ikke få udleveret sit spillercertifikat og dermed ikke starte i en ny klub før kontingentet er betalt. Det samme gælder for nye spillere i vores klub, der fra og med U10 skal aflevere et spillercertifikat fra deres gamle klub, for at sikre at spilleren ikke skylder kontingent.

Har du spørgsmål eller brug for hjælp i forbindelse med betaling af kontingent, kontakt vores kasserer på kontingent@aabk.dk. Har du problemer med opkrævning eller manglende betaling, kontakt da den ansvarlige for din årgang.

Nye spillere

I tilfælde af tilgang fra nye spillere, har spillerne selvfølgelig lov til at prøve at træne med et par gange før der opkræves kontingent. Vi håber at alle trænere vil være med til at håndhæve dette og hjælpe klubben med at få indkrævet kontingent, da det er indtægtskilden der gør at klubben kan løbe rundt. I forbindelse med nye spillere henviser vi til klubbens hjemmeside, hvor du kan finde et velkomstbrev der enten kan udskrives eller sendes til den nye spiller.

Husk at du som træner ikke selv må tage kontakt til spillere i andre klubber, for at få dem til at skifte til Aabenraa Boldklub. Er der en ny spiller der kontakter dig eller dukker op til din træning, med ønske om at at prøvetræne/skifte til Aabenraa Boldklub, bør du kontakte spillerens gamle klub, så de er orienteret. Vi ønsker at bibeholde det gode samarbejde vi har med omegnsklubberne og kontakten til den tidligere træner er derfor første skridt, mod et skift der sker under korrekte vilkår.

Har du spørgsmål eller brug for hjælp i forbindelse med håndtering af nye spillere, kontakt da den ansvarlige for din årgang.

Baner

Aabenraa Boldklub råder over baner på begge sider af Vestvejen. De yngste hold træner som hovedregel i området ved klubhuset, mens de ældre årgang går under tunellen. Opvisningsbanen er hovedsageligt til klubbens bedste 11 mands hold, opvarmning skal ske udenfor banen.

Cykler skal parkeres i cykelstativerne ved klubhuset. På den måde undgår vi både cykler på banerne, ved indgangen til kunstbanen og i trekantsområdet ved tunellen. Samtidig ligger man på den måde op til at alle følges til og fra banerne. Vi håber at alle trænere vil bakke op om dette, da det er første skridt mod at få spillerne til at tage ansvar for og bidrage til at forbedre sociale i klubben.

Bolde/materialer

Det opfordres til alle trænere, at mødes med spillerne ved boldskuret, så spillerne fra barns ben lærer at hjælpe med at bære materiale til/fra banerne. Træningsmaterialer, bolde mv. findes i vores boldskur bagved klubhuset. Hver træner får udleveret et vis antal bolde ved sæsonstart (afhængig af holdstørrelse), hvilket også forventes værende i boldrummet når sæsonen er slut. Derudover er kegler, stænger, overtrækstrøjer osv. til fælles deling og dermed også et fælles ansvar. Sørg for at tage den rigtige størrelse trøjer med til jeres hold, der findes både små, mellem og store. Ønsker i at overtrækstrøjerne skal vaskes, kan de hænges på en krog udenfor døren til vaskeriet i boldskuret. Ved behov for/ønske om nye bolde eller andet materiale kontaktes den materiale ansvarlige. Se info på hjemmesiden under bestyrelsen.

Spillersæt

Aabenraa Boldklub har en aftale med M Sport som betyder, at alle hold i klubben spiller i Mitre. For så vidt angår trøjesponsoring er dette meget velkomment, så længe trøjesponsorerne ikke er i nogen form for konkurrence med hovedsponsorer, hvis sådan forefindes. Kontakt formanden for yderligere info om sponsorater i klubben.

Bande-sponsoring

Til såvel opvisningsbanen som kunstgræsbanen ønsker klubben at sælge bandereklamer. For yderligere information om bandereklamer tjek hjemmesiden under sponsorer eller kontakt formanden for Aabenraa Boldklub.

Kampafvikling

Ved indgangen til klubhuset findes en opslagstavle, hvor ugens kampe ses. Her er en oversigt over hvilke baner og omklædningsrum de enkelte hold skal benytte.

I 3- og 5-mands fodbold dømmes kampene af forældrene på det deltagende hold. I de mindste rækker (til og med u12) sørger klubben selv for dommere. Husk disse er frivillige og at de gør det så godt de kan. Fra U13 er der påsat dommere fra DBU, som også skal modtages på en god måde.

Alle hold fra og med U8 skal indrapportere resultater til DBU og kan gøres via app'en DBU fodbold eller telefon 70100550. Alle hold fra og med U13 skal samtidig stille holdkort, som gøres via app'en DBU fodbold. For at få adgang til denne funktion, skal du først være oprettet i kluboffice. Dette sker ved indgåelsen af aftalen med klubben. Har du problemer med at logge ind kan du kontakte jr@aabk.dk.

Afbud til kamp

Afbud til kampe skal i sagens natur undgås, da Aabenraa Boldklub får en bøde hver gang der meldes afbud til en kamp. Forsøg altid at flyt en kamp så tidligt som muligt, hvis du ved at spillerne er forhindret på den påsatte kampdag. Hvis det alligevel er nødvendigt at melde afbud, skal du kontakte klubbens kampfordeler.

Kampfordeler

Aabenraa Boldklub har en fast kampfordeler Jørgen Wrang, som koordinerer alle turneringskampe udendørs. Ligeledes står kampfordeleren for al kommunikation med DBU i forbindelse med kampflytninger, dommerpåsætning, aflysninger mv. Kampfordeleren tildeler alle hold en eller flere baner til stævner og kamp.

Diverse informationer fra kampfordeleren sendes pr. mail til den årgangsansvarlige og videre til den enkelte træner. Ønsker du at flytte eller aflyse en kamp eller lign. kontakt kampfordeler på mail:

jrwrang@webspeed.dk.

Organisationen

Aabenraa Boldklubs bestyrelse består i 2016 af 8 personer, der hver har et eller flere ansvarsområder. Nedenfor ses en oversigt over nogle af de opgaver hver bestyrelsesmedlem har og dermed hvem du skal kontakte, afhængig af hvad du har spørgsmål om. Denne oversigt ses også på hjemmesiden under kontakt – bestyrelsen. Udover bestyrelsesmedlemmer ses kontaktinfo på kampfordeler og kasserer.

NAVN	MAIL	TELEFON	ANSVARsomRÅDER
PER HARTUNG	formand@aabk.dk	40341589	Formand Sportslig kontakt til presse Sponsorater
NIKOLAJ JUULSGAARD	nj@aabk.dk	20497319	Sportslig leder Ansvarlig for senior 1 & 2 Ansvarlig for U17 & U19 Sportslig kontakt til presse Afvikling af førsteholdets kampe
KLAUS DAMGAARD	kd@aabk.dk	22583983	Ansvarlig for U14, U15 & U16 SFS kontakt
ASBJØRN JAKOBSEN	aj@aabk.dk	26836903	Ansvarlig for U6, U7, U8, 9, U10, U11, U12 & U13

			SFS kontakt Kurser/træneruddannelse
ERIK PETERSEN	ep@aabk.dk	22607784	Ansvarlig for pige/dameafdeling Dommerpåsætning Tilmelding i DBU rækker
SANNE RØPER	sr@aabk.dk	28862083	Ansvarlig for pige/dameafdeling Ansvarlig for U5 (små fødder) Sociale medier: Facebook/instagram Arrangementer/festudvalg
JESPER ROHDEN	aabk@aabk.dk	21435413	Hjemmeside Materialer (herunder nøgler) Kamptøj Trænerpakker Kluboffice
THOMAS CHRISTENSEN	tj@aabk.dk	24257587	Ansvarlig for senior 3+4 Kontaktperson til oldboys+veteran etc
JØRGEN WRANG	jrwrang@webspeed.dk	23811708 / 74628960	Kampfordeler Kampflytning Aflysning af kampe
BRIAN JENSEN	kontingent@aabk.dk	40628403	Kasserer Kontingentbetaling

Indendørssæson

Aabenraa Boldklub tilbyder som overordnet træningstider i hallen for alle hold, samt tilmelding til kampe/stævner hvis interessen er til det.

Indendørskontingent er ens for alle årgange og betales ved siden af udendørskontingent, da det ikke er alle hold der ønsker at benytte sig af tilbuddet. Vi opfordre alle trænere til at benytte sig af både indendørs og kunstgræsbane faciliteterne i vinterpausen, så fodbold bliver en helårssport. Samtidig gør vi dog opmærksom på, at det er vigtigt, at du har en finger på pulsen og selv mærke efter, om dine spillere har mere gavn af en pause fra fodbolden henover vinteren. Alternativt kan der i vinterpausen laves frivillig træning/fællestræning med andre årgange.

Videreuddannelse/kurser

Vi ønsker at gøre vores trænere endnu bedre og tilbyder derfor trænerkurser, hvis du har interesse. Alle trænere har mulighed for at videreuddanne sig, hvis det blot aftales med kontaktpersonen fra afdelingen eller den kursusansvarlige. Yderligere info om uddannelsesmulighederne kan ses på DBU's hjemmeside.

Udover kurser udbudt af DBU afholder Aabenraa Boldklub også interne seminarer med jævne mellemrum for at forbedre trænere og give inspiration trænere imellem.

Inspiration til træning

Vi er i Aabenraa Boldklub ved at udarbejde "den gule tråd" der gerne skulle give trænere i klubben en overordnet ide om, hvordan vi ønsker at træne og hvilke værktøjer der kan bruges. Denne vil blive sendt til alle trænere så snart den er færdig. Derudover opfordre vi dig som træner til at finde inspiration på bl.a. DBU og DGI der har mange øvelser og ideer til opbygning af træningen. Nedenfor ses 2 link til foldere fra DBU om børnetræning, som også findes på vores hjemmeside under trænerinfo.

Aldersrelateret træning: 5-14 årige:

http://www.dbu.dk/~media/Files/DBU_Broendby/bu/aldersrelateret_traening_2008_ny.pdf

Børnetræning: 5-12 årige

http://www.dbu.dk/~media/Files/DBU_Broendby/bu/DBU-boernetrainermanual.pdf

Spørgsmål

Vi håber, at denne lille samling af praktiske tips og råd kan svare på langt de fleste spørgsmål du som ny træner, holdleder eller frivillig i øvrigt måtte have. Hvis du alligevel skulle have et spørgsmål eller to, som du ikke umiddelbart kan finde svaret på her, så er du meget velkommen til at kontakte en af de relevante personer i Aabenraa Boldklub. Kontaktinfo på alle klubbens frivillige fremgår af adresselisten, som du kan finde på hjemmesiden www.aabk.dk under menupunktet Kontakt.

Med sportslig hilsen

Aabenraa Boldklubs bestyrelse

Rigtig god fornøjelse med det frivillige arbejde i Aabenraa Boldklub

VIVA AABK