



Træner manual SUB 88



Velkommen som træner i SUB 88.

Vi i SUB 88 udvalget ønsker jer en god og fremgangsrig sæson. For at træningen i de respektive klubber kan foregå på en god og tilfredsstillende måde, har vi besluttet, at give jer en håndbog, med nogle oplysninger og træningsprincipper som kan hjælpe jer i den daglige træning.

Denne håndbog indgår som en del i de regler som de tre moderklubber har.

Det vil sige, at man her kan finde svar på de fleste spørgsmål, som man skulle have. Håndbogen er ikke udtømmende og vil løbende blive opdateret, når der viser sig et behov for dette.

Det er til en hver tid, den administrative ungdomskonsulent som har ansvaret for at håndbogen holdes opdateret, derfor skal evt. rettelser og forslag til forbedringer stilles til konsulenten.

Opdateringen/tilføjelser vil når der er behov, blive delt ud til alle trænerne.

Kontaktpersoner:

Hvis I skulle få problemer af den ene eller anden art, er I altid velkommen til at kontakte en af ungdomskonsulenterne eller en fra SUB 88 udvalget, se hvem det er på vores hjemmeside

[SUB 88](#)

Vi i SUB 88 udvalget ønsker alle en rigtig god sæson.

Mange fodboldvenlige hilsner

SUB 88

SUB 88

TRÆNER MANUAL



INDEX

Efter kampen Og Indberetning af resultat:	6
Indberetning af resultat:	7
Fairplay	6
Forældremøde	8
Før kampen	6
Førstehjælps tasker	9
Godtgørelse af udgifter	8
Hold sammensætning.	6
Hjemmesider	9
Kampe og turneringer	6
Kampkort	6
Kredskampe	8
Kørsel	8
Lysanlæg	5
Godtgørelse af udgifter	8
Materialer	5
Nye spillere	4
Nøgler	4
Omklædningsrum	5
Opfordre andre til at være træner være træner	9
Pædofili	8
Spillelister	4
Spiller fordelingsnøgle	4
Spilletøj	5
Tilmelding af nye spiller	10
Tilskud	9
Træner	9
Trænermøder	8
Trænings øvelser	9
Træningssteder, tider og bus plan	4
Tur og stævnedeltagelse	8
Vandflasker	6
Årsplan	8

Fordelingsnøgle:	
-------------------------	--

	<p>Der trænes og spilles kamp i de tre klubber, og antallet af trænings- og kampsteder fordeles efter en fordelingsnøgle, som bliver opdateret to gange om året.</p> <p>Det er antallet af spillere fra de tre klubber, som danner grundlag for fordelingsnøglen.</p> <p>Der kan afviges fra fordelingsnøglen, hvis der er specielle hensyn der skal tilgodeses.</p>
<u>Spillelister:</u>	<p>Træneren vil før opstarten i sæsonen modtage en spilleliste over de spillere som var aktive i den foregående sæson.</p> <p>Da det er spillelisterne, der afgør hvem de tre klubber udsender kontingent opkrævning til, SKAL en ajourført spilleliste afleveres til den administrative konsulent.</p> <p>Pt. Knud Jørn Skov mailadr. skovkj@mail.dk</p>
<u>Nye spillere</u>	<p>Kommer der nye spillere til klubben, som har spillet i andre klubber, kræves der et gyldigt spillercertifikat, fra den tidligere klub, inden denne kan spille turneringskamp.</p> <p>Certifikatet fås normalt ved at rette henvendelse til formand/kasser i den tidligere klub. Ungdomskonsulenten kan være behjælpelig med at fremskaffe dette.</p> <p>En indmeldelsesblanket udleveres, skal udfyldes og underskrives af en forælder. Blanketten afleveres til den kontaktperson, fra den moderklub som er valgt.</p> <p>Nye spillere i SUB 88 registreres 14 dage efter 1 træningsdag på indmeldelsesblanket, som findes i denne håndbog.</p> <p>Hvis en spiller ønsker sin udmeldelse, skal spilleren kontakte den moderklub som hun/han er medlem af, som så undersøger hvorvidt spilleren er i restance eller har karantæne. Klubben sørger for fremsendelse af spillerlicensen til spilleren eller den nye klub</p>
<u>Aflysning af træning</u> <u>Og</u> <u>Aflysning / flytning af kamp.</u>	<p>Hvis en træning bliver aflyst, husk da at kontakte en af udvalget fra den klub hvor træningen skulle finde sted, i Skals skal det dog ske til halvbestyrer</p> <p>Flytning af en kamp skal normal ske i igennem SUB 88 kampfordeler Claus Hansen. Tlf. 6118 1085. Hvis I selv har flyttet kampen, HUSK da at informere kampfordeler, ungdomskonsulent og den klub hvor kampen skal spilles.</p>
<u>Træningssteder, tider og busplan:</u>	<p>Der kan trænes alle ugens dage.</p> <p>For hold, der benytter bus (kører kun til træning, stopper måske efter forår 2020) skal der trænes tirsdag og torsdag med tidspunkter som vil fremgå af træningsplanen, som bliver offentliggjort før hver sæsons start</p>
<u>Nøgler:</u>	<p>I Skals får I en nøgle til boldrummet ved henvendelse til center chefen.</p> <p>I Ulbjerg får I en nøgle til klubhuset af en SUB repræsentant. Der skal kvitteres for nøglerne som skal afleveres ved sæson afslutning, med mindre man fortsætter som træner i den nye sæson.</p> <p>I Borup vil der altid være åbent, hvis der ikke er det, skal i henvende jer til en SUB repræsentant fra Borup.</p> <p>Alle SUB repræsentanter kan findes på SUB 88 hjemmeside, www.sub88.dk.</p>

<u>Omklædningsrum:</u>	<p>Til hjemmekampe og træning skal holdene klæde om i de omklædningsrum, som er anført på oversigten.</p> <p>Skals, ved indgangen til hallen.</p> <p>Ulbjerg, ved muren ind til de første omklædningsrum.</p> <p>Borup, ved indgang til omklædning, to steder.</p> <p>De evt. opsatte ordensreglementer skal overholdes, gælder også ved udekampe.</p>
<u>Materialer:</u>	<p>Alle 3 klubber har et boldrum, hvori der er bolde, trænings materialer og overtrækstøj.</p> <p>Skulle der ikke være bolde eller materialer nok bedes i kontakte ungdomskonsulenten, eller evt. en af SUB 88 udvalget.</p> <p>Træneren har ansvaret for bolde og materialer, det vil sige: Tæl hvor mange bolde og hvilke materialer I tager med ud til træning, og få lige så mange med retur. Hvis der er noget der er defekt, så fjern det <u>med det samme</u>.</p> <p>Lad være med at sætte ødelagte ting på plads.</p> <p>Det er trænerens ansvar at holde orden i de respektive boldrum. Sørg for at hænge overtrækstrøjer på plads. Vi opfordrer jer til også at feje gulvet en gang imellem. I det hele taget efterlad tingene som I selv gerne vil modtage dem. Bold rum er <u>kun</u> for træner og ledere.</p> <p>Pumpning af bolde foregår ligeledes i boldrummet, hvor der er placeret en kompressor, i Borup er kompressoren placeret ved omklædningsrum 1 og 2.</p> <p>Mangler der bolde og materialer, er der noget som skal repareres eller fornyes, kontakt da en fra SUB udvalget.</p>
<u>Lysanlæg:</u>	<p>Alle tre klubber har et lysanlæg.</p> <p>De tændes på følgende måde:</p> <p>Skals, tændes i boldrummet oven over døren.</p> <p>Ulbjerg, følg asfaltvejen ud til træningsbanen, og ved indgangen dertil, er der en kasse hvor lyset tændes.</p> <p>Borup, tændes for enden af rækken af træerne ved indgang til træningsbanen.</p>
<u>Spilletøj:</u>	<p>Klubben stiller spilletøj til rådighed for alle hold.</p> <p>Spilletøj sættet består af:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Spilletrøje · Bukser · Strømper <p>Tøjet ligger i tasker, der vil blive udleveret til trænerne.</p> <p>Spilletøj vaskes af holdene selv, da klubberne ikke har kapacitet til dette. Inddrag forældrene i en turnus.</p> <p>Hvis tøjet er blevet beskadiget eller bortkommet, gives besked til en fra SUB udvalget.</p> <p>Det er træner/holdleder ansvar at udleveret tøj bliver indsamlet ved sæsonens afslutning og talt op. Og en evt. mangelliste skal udfyldes sammen med en øvrig orientering om tøjets stand og afleveres til en fra SUB udvalget.</p> <p>Det ekstra tøj som ligger i skals boldrum må der ikke tages fra</p>
<u>Vandflasker:</u>	<p>Der udleveres ikke vandflasker fra SUB 88.</p> <p>Man skal bruge egne vandflasker.</p>
<u>Fairplay:</u>	

	<p>SUB 88 går ind for at vise fairplay over for de andre hold. For ikke at vinde nogle kampe urimeligt meget, skal man tænke på, hvad man kan gøre for at imødegå det.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ikke at stille op med de gode spillere, hvis man i forvejen ved at det er et svagt hold man skal møde. - vende om på angreb og forsvar. - evt. spille med en eller 2 mand mindre i forhold til de andre. - andre tiltag som man kan finde på.
Hold sammensætning.	<p>Spillerne hører til på det hold der passer til spillerens årgang. Spillerne kan selvfølgelig lånes op og ned, hvis der mangles spillere, de gældende regler for halvårsspillere skal overholdes.</p>
<u>Alle skal spille:</u>	<p>Træner skal sørge, for at alle der er udtaget til en kamp, får spilletid og hvis muligt, lige lang tid.</p>
<u>Kampe og turneringer:</u>	<p>Alle kampe i JBU regi betales af klubberne. Kampe, turneringer og stævner udenom JBU, som trænerne selv har tilmeldt sig, det være sig indendørs som udendørs, betales af spillerne selv. SUB 88 opfordrer dog trænerne til at tilmelde holdene til div. kampe og stævner, da sådanne arrangementer er med til at styrke det sociale sammenhold.</p>
Holdkort:	<p>Der skal ikke udfyldes kampkort i årgangene til og med U-12.</p> <p>Fra U-13 gælder følgende regler:</p> <p>både i 7-, 8- og 11-mands kampe</p> <p>Praktisk information 14 dage før kampdato er kampen tilgængelig for udfyldelse af holdkort. 1 time før kampstart er holdkortet offentligt. Indtil 7 timer efter kampstart er det muligt at redigere holdkortet. Dog skal holdkortet stadig være udfyldt til kampstart.</p> <p>Vejledning til udfyldelse af holdkort Udfyldelse af holdkort</p>
<u>Før kampen:</u>	<p>Ved kamp er det trænerens ansvar at kontrollere at banerne er spilleklare før hver kamp (kridtning, hjørneflag og kampbold), og sørge for træningsbolde til modstanderen. Før kampens start skal holdkortet til være udfyldt.</p>
<u>Efter kampen</u> <u>Og Indberetning af resultat:</u>	<p>Efter kamp skal træneren sørge for at hjørneflag og alle bolde indsamles og sættes på plads. Der kan være forskellige regler i de tre klubber, så spørg klubberne om, hvordan reglerne er.</p> <p>Du kan indberette resultatet af en kamp på en af følgende måder:</p>

	<p>Via Fodbold app'en på mobil enhed: Gå i Værktøjskassen, vælg "Indberet resultat og Kampfakta". Indtast kampnr. og resultatet kan indberettes. Du kan også komme til resultatindberetningen via selve kampsiden - her trykker du så på det lille "3-2" symbol, benævnt "Resultat/Kampfakta".</p> <p>Via Mit DBU på PC/Mac eller alternativ enhed: Log ind på DBU's eller lokalunionens hjemmeside. Vælg "Resultatindberetning/kampfakta" i venstremenuen og følg vejledningen på skærmen.</p> <p>Via klubadministrationssystemet KlubOffice på PC/Mac eller alternativ enhed: Log ind på Klub Office via Mit DBU. Inde i Klub Office vælges "Turneringsadministration" og herefter "Resultatindberetning"</p> <p>Via webdelen af holdværktøjet KampKlar (som du logger på via Mit DBU) på PC/Mac eller alternativ enhed: Er du træner/leder på et KampKlar hold, kan du i venstre menuen vælge "Kampe" og trykke på x-x symbolet ud for kampen. Herefter kommer du til resultatindberetningssiden.</p> <p>Hvis du skulle komme til at taste forkert, kan du indenfor en time efter indtastningen ændre resultatet til det korrekte. Hvis du først opdager det efter en time, skal du kontakte din lokalunion, som vil rette resultatet hurtigst muligt.</p> <p>Generelt bedes du altid kontakte din lokalunion indenfor normal åbningstid, hvis du fx har følgende problemer:</p> <p>du har problemer med det elektroniske holdkort du har tastet forkert resultat du har tastet forkert kampnummer</p> <p>Kontaktinfo på lokalunionerne:</p> <table data-bbox="491 1532 1458 1603"> <tr> <td>DBU Jylland</td> <td>8939 9999</td> <td>info@dbujylland.dk</td> </tr> <tr> <td>DBU Jylland, Reg. 2</td> <td>8939 9920</td> <td>region2@dbujylland.dk</td> </tr> </table> <p>Har du tekniske problemer på én af ovenstående platforme, kan du tjekke om der er noget generelt teknisk problem på vores driftstatus side. Hvis ikke der er nævnt noget der, vil vi sætte stor pris på en mail at sende en mail til DBU IT på support@dbu.dk med en kort beskrivelse af problemet.</p>	DBU Jylland	8939 9999	info@dbujylland.dk	DBU Jylland, Reg. 2	8939 9920	region2@dbujylland.dk
DBU Jylland	8939 9999	info@dbujylland.dk					
DBU Jylland, Reg. 2	8939 9920	region2@dbujylland.dk					
<p><u>Kørsel:</u></p>	<p>Kørsel til udekampene foretages af forældrene, efter en plan som træner/holdleder er ansvarlig for at lave. Det kunne også være en af forældrene som laver den efter aftale med træner/holdleder.</p>						

	<p>Det er VIGTIGT at børnene kan fastspændes i bilerne, så ikke flere børn end der er seler.</p> <p>En træner som skal køre, p.g.a. forældre afbud kan få 1,50 kr. pr. km.</p> <p>De pågældende skal da henvende sig til en af de tre klubbers kasserer.</p>
<u>Årsplan</u>	<p>Det er vigtigt at de informationer du har, kommer ud til forældrene hurtigst mulig.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lav en plan over sæsonen som viser: - Hvornår i skal spille - Hvor i skal spille - Afgangstider - Forventet hjemkomst fra udebane - Hvem der skal køre - Hvem der skal vaske tøj - Evt. sociale arrangementer <p>I er velkommen til at kontakte ungdomskonsulent til udarbejdelse af sådan en plan</p>
<u>Kredskampe:</u>	<p>Træningssteder udpeges af SUB 88 udvalget.</p> <p>Kredskampene udpeges af SUB 88 udvalget, dog tages der hensyn til evt. ønske fra spillerne.</p>
<u>Godtgørelse af udgifter:</u>	<p>Der betales ikke løn til træner, men godtgørelse af de udgifter man måtte have.</p>
<u>Tur og stævnedeltagelse:</u>	<p>SUB 88 udvalget opfordrer træner/holdleder til at arrangere forskellige arrangementer eller deltage i stævner da sådanne tiltag er med til at styrke det sociale sammenhold. Klubhusene kan benyttes. Men HUSK at det er for egen regning.</p>
<u>Trænermøder:</u>	<p>Der vil blive arrangeret 2 – 3 trænermøder i løbet af sæsonen. Den første vil være før træningsopstart i foråret. De andre vil komme løbende i sæsonen, og der opfordres til at deltage i møderne.</p>
<u>Børneattest:</u>	<p>Pædofili er noget SUB88 er opmærksom på, og følger DBUs' retningslinjer på området.</p> <p>Det betyder at den klub som træneren har en tilknytning til, vil indhente en børneattest ved politiet.</p> <p>SUB 88 vil ligeledes opfordre trænerne og andre om at være opmærksomme og kontakte de respektive klubber hvis de observerer noget mistænkeligt.</p>
<u>Forældremøde</u>	<p>Udvalget ser gerne at der bliver holdt et til to forældremøder i løbet af sæsonen. Sådanne møder kan være med til at give forældrene en god information og dermed inddrage dem til at hjælpe med forskellige ting.</p> <p>Klubhusene kan benyttes.</p>
<u>Tilskud:</u>	

	<p>SUB 88 har en Forældreforening, som måske yder tilskud til diverse arrangementer for de forskellige hold, ansøgning direkte til forældreforeningen Forældreforeningen</p> <p>Til Jyske mesterskaber ydes der tilskud fra de tre moderklubber. Alle medlemmer i SUB 88 har – hvis kontingent er betalt – gratis adgang til de tre moderklubbers kampe.</p>
<u>Hjemmesider:</u>	<p>SUB 88 http://www.sub88.dk/</p> <p>Skals http://www.skalsff.dk</p> <p>Ulbjerg: http://www.ulbjergif.dk/</p> <p>Borup: http://www.borupif.dk</p>
<u>Træner</u> <u>VIGTIGT</u>	<p>Som træner har du et stort ansvar omkring din optræden overfor dommere, ledere, modstander, forældre samt egne spillere. Vi prioriterer en ordentlig og fair opførsel, så vi i SUB 88 fremtræder som en klub der opfører sig eksemplarisk godt. Derfor forventer vi følgende af dig som træner:</p> <p>God opførelse overfor dommere</p> <p>Hjælp såvel spillere samt evt. tilskuere og forældre til samme gode opførsel. Forsøg at styre dit temperament, selv ved uretfærdige oplevelser.</p> <p>Hjælp dine spillere evt. gennem udskiftninger til ikke at gå over strengen. Husk at en evt. bortvisning af dig som træner er uacceptabel og en sådan indberetning giver klubben en bøde, og ikke mindst dårlig omtale.</p> <p>Vi forventer at det ikke sker, men sker det er det vores hovedregel at du selv betaler din bøde/straf.</p>
<u>Opfordre andre til at være træner:</u>	<p>Som alle ved, kan det være svært at finde frivillige trænere og andre hjælpere. SUB 88 opfordrer derfor alle til at gøre en indsats, for at få flere med ind i det arbejde som er, for at få en ungdomsafdeling til at fungere. Hvis det skulle lykkes at finde nogen, kontakt da venligst ungdomskonsulenten</p>
<u>Træning</u>	<p>Det er op til træneren at tilrettelægge træningen. Sørg for at være godt forberedt, det gør det nemmere og sjovere at være træner.</p> <p>Links til træningsøvelser</p> <p>DBU træningsøvelser</p> <p>DGI fodbold øvelser</p>



Velkommen til SUB 88

Til alle nye spillere, der starter i SUB 88.

SUB 88 er en sammenslutning af ungdomsafdelingerne i Skals FF, Ulbjerg IF og Borup IF.

Børnene spiller i SUB 88, fra de er 8-9 år og til de bliver seniorer, og det kræver at de er medlem af en af hovedforeningerne.

For at lette klubarbejdet, er det vigtigt, at nedenstående skema bliver udfyldt og afleveret til træner eller kontaktperson inden 10 dage.

Med venlig hilsen samarbejdsudvalget for SUB 88.

NAVN:

Adresse:

Cpr. Nr.: -XXXX

Tlf. Nr.:

Evt. Email:

Navne på forældre:

Forældre underskrift:

Ønsker at være medlem i følgende hovedforening: (Sæt +)

Skals FF:

Ulbjerg IF:

Borup IF: