

# Ungdom – spillere, trænere og forældre: Retningslinjer og kultur til træning

## Børnene (spillere)

**Omklædningsrum** – Brug dem. Klæd ikke om i hallen. Jakker og udendørs fodtøj opbevares i omklædningsrummene (ikke i hallen). Benyt muligheden til at snakke med dine medspillere.

**Hils** – Sig gerne "hej" og "farvel" til medspillere og trænere, når du kommer og går.

**Vær klar til tiden** – Man er omklædt og klar til træning, når ens træning starter. Meld til træneren hvis man har svært ved at nå det.

**Drikkedunk** – Fyld den op inden træningen begynder.

**Tal pænt** – Man skal tale pænt til træneren, og især sine medspillere.

**Hør efter** – Man snakker ikke, holder ketcheren i ro og lytter til hvad træneren siger. Er der en der taber ketcheren, grundet man leger med den, er der fællesarmbøjninger.

**Vær imødekommende** – Over for alle medspillere, uanset niveau, alder, køn, eller andet.

**Bolde på plads** – Når bolde skal lægges på plads, skal de lægges på plads og ikke skydes. Skyder man og rammer ved siden af, er der 10 armbøjninger pr bold (=:

**Gå uden om banerne** – Man går ikke ind over banerne når andre spiller på dem.

**Hav ikke mobilen fremme**

## Trænere

**Kommer til tiden**

**Er velforberejede**

**Er koncentrerede**

**Kommer løbende med feedback til spillerne**

**Har ikke mobilen fremme** – medmindre det er til musik.

**Hilser** – Siger "hej" og "farvel", til spillerne, når de kommer og går.

## Forældre

**Er ikke i hallen under træning** – Dog tilladt at være der de to første gange, hvis barnet er ny i klubben.

**Sørger for** – At børnene kommer til tiden og er klar over retningslinjer for børnene.