

Trænerhåndbog

Velkommen til Aalborg KFUM Fodbold!

Hos Aalborg KFUM Fodbold har vi udarbejdet denne folder med praktiske oplysninger for, at du hurtigt kan finde svar på nogle af de hyppige stillede spørgsmål og problemstillinger, som du som ny træner/holdleder står med.

I folderen finder du information om:

1.	Klubben og vores værdier	2
2.	Organisation og kontaktveje.....	2
3.	Det vigtigste at få på plads som ny træner	2
4.	Kommunikation og digitale platforme	3
5.	Træning, baner og faciliteter	3
6.	Materialer og udstyr	3
7.	Kampe, turneringer og stævner	4
8.	Spillere, indmeldelse og kontingent.....	4
9.	Forældre og organisering omkring holdet.....	5
10.	Træningsindhold og spillerudvikling	5
11.	Sæson, årshjul og faste aktiviteter	7
12.	Uddannelse og udvikling af trænere.....	7
13.	Samarbejder, sponsorater og fonde	9
14.	Politikker	9
15.	Frivillighed i Aalborg KFUM Fodbold.....	9

1. Klubben og vores værdier

Aalborg KFUM ønsker at være en attraktiv klub for både spillere, trænere og frivillige. Vi er en breddeklub, forstået på den måde at der skal være plads og udviklingsmuligheder for alle uanset niveau. Som træner repræsenterer du og dit hold klubben, derfor er ordentlighed en vigtig værdi.

Vores værdier: Ordentlighed, fællesskab og udvikling

Klubånd

- Det forventes, at alle trænere på kontrakt er dommer til Aalborg KFUM Forårs Cup.
- Trænere og ledere forventes at bidrage til et positivt klubmiljø og deltage i møder og sociale arrangementer

2. Organisation og kontaktveje

Kontaktpersoner:

- Kontaktoplysninger på personale findes på vores hjemmeside [Aalborg KFUM Fodbold](http://www.aalborgkfumfodbold.dk)
- Kontaktoplysninger til Kampfordeler kan ses her: [Aalborg KFUM Fodbold](http://www.aalborgkfumfodbold.dk)
- Kontaktoplysninger til Sportsudvalget kan ses her: <https://www.aalborgkfumfodbold.dk/om-klubben/sportsudvalg/>
- Kontaktoplysninger på bestyrelsen kan ses her: <https://www.aalborgkfumfodbold.dk/om-klubben/bestyrelsen/>

Hjemmeside: www.aalborgkfumfodbold.dk

Facebookside: www.facebook.com/AalborgKFUMfodbold

Trænere/koordinatorgruppe (Facebook)

Du bedes desuden tilmelde dig Facebook gruppen: *Trænere/koordinatorer Aalborg KFUM Fodbold*

3. Det vigtigste at få på plads som ny træner

Praktiske informationer

Du skal have oprettet en DBU-profil, som skal godkendes af DBU og som giver dig adgang til MitDBU og Kampklar. Dette gøres via en mail til Forretningsfører, som opretter dig i systemet.

Samtykke til børneattest

Det er lovpligtigt, at klubben skal indhente børneattester på trænere, holdledere og andre der arbejder med børn under 15 år. CPR-nummer indhentes af den enkelte formand for afdelingen (børn, ungdom og seniorformand) og ren børneattest er krav for at blive ansat

Trænertøj

Klubben tilbyder trænertøj. Dette skal afleveres retur, hvis man stopper som træner i klubben. Rekvirering af tøj gennem formanden for afdelingen.

Koder

Koder udleveres til boldskab, tøjskab og boldrum samt dør til omklædningsrum. Koderne er til jeres enkelte afdeling og må ikke udleveres til spillerne. Kontakt Forretningsfører ved spørgsmål eller glemt kode

4. Kommunikation og digitale platforme

Kampklar

Er et værktøj, som hjælper trænere/holdledere med at administrere opgaver og kommunikere på holdet. Klubben forventer at alle trænere, forældre, og spillere bruger kampklar til at planlægge årgangens begivenheder, herunder træning, kampe, sociale arrangementer mm. Det er kun spillere der er oprettet i kampklar og har betalt kontingent, der må deltage i kampe, turneringer og cups.

Spørgsmål hertil kan rettes til Bogholderen / kontingentansvarlige.

Hver årgang har deres egen Facebook gruppe, som ligeledes bruges til kommunikation med forældrene. Facebook gruppe oprettes ved opstart til U6 af klubben.

5. Træning, baner og faciliteter

Træningstider, baner og omklædning

- Træningstider aftales med Sportsudvalg og kan altid ses på hjemmesiden her [Aalborg KFUM Fodbold](#)
- Banefordelingen og fordeling af omklædningsrum skal respekteres. Eventuelle spørgsmål afklares med Kampfordeleren.
- Omklædningsrum tildeles af kampfordeleren. Oversigt findes på infoskærme i klubhuset, i DBU-appen og på hjemmesiden. [Aalborg KFUM Fodbold](#)
- Husk at efterlade omklædningsrummene i ordentlig stand. Uddeleger gerne opgaven med at feje til spillerne
- INGEN adgang i fodboldstøvler i klubhuset

Cafeen

- Caféen kan bookes ved at kontakte Forretningsføreren i god tid. Man kan altid se om caféen er ledig på hjemmesiden her: [Aalborg KFUM Fodbold](#)
- Caféen er åben ved kampe og træning i sæsonen. Egen mad og drikke må ikke medbringes.
- Holdkasser kan købes i caféen.

6. Materialer og udstyr

Hvert hold har egne bolde og eget skab. Det er trænerens ansvar at holde styr på bolde. Tæl dem inden og efter træning. Kontakt Forretningsfører ved defekter. Kegler og andet udstyr findes i boldrummet og skal deles mellem alle hold.

Spillertøj

- For U6-U12 har hver spiller sit eget sæt
- U13 og ældre har tasker med 14 sæt, som klubben vasker. Ved mangler kontaktes klubbens Sponsor- og eventansvarlige.
- Målmandshandsker kan fås ved henvendelse til afdelingens formand. Målmandshandsker følger holdet.

7. Kampe, turneringer og stævner

Find kampfordeler procedure her: [kampfordeler-2025.pdf](#)

Overhold så vidt muligt den udsendte kampplan og flyt kun kampe ved absolut nødvendighed.

Flytning/Aflysning af kampe

Ved flytning/aflysning af kampe eller andre udfordringer i forbindelse med kampe kontaktes Kampfordeleren.

Dommere

Dommere skal selv finde op til og med U11 og ligeledes dommerbord ved hjemmestævne om vinteren er også jeres opgave.

Indberetning af kampresultat

Husk at indberette resultater lige efter slutfløjt i U8 og opefter.

Tilmelding til turnering og stævner

- Hold til DBU turneringer tilmeldes via kampfordeleren.
- Tilmeldingen til andre stævner klarer holdene selv.
- Klubben betaler 50 kr. pr. indmeldt medlem for følgende ved henvendelse til Forretningsfører:
 - 1 stævne foråret
 - 2 stævner efteråret
 - 1 indendørs stævne før nytår
 - 1 indendørs stævne efter nytår

Disse penge er øremærket stævnerne og kan ikke bruges til andre aktiviteter. For at få tilskuddet skal der sendes en mail til Forretningsfører med faktura eller evt. udlæg.

8. Spillere, indmeldelse og kontingent

Alle nye spillere har naturligvis lov at prøvetræne et par gange inden indmeldelse og der opkræves kontingent. Alle nye spillere følger deres årgang, der kan være undtagelser til dette, såsom for tidlig eller senere i skole, så skolekammeraterne spiller på årgang over eller under, i disse tilfælde kontaktes klubbens Sportsudvalg.

Kontingent

Betales ved indmeldes og opkræves herefter automatisk 2 gange om året (februar/august), via oprettelse i **kampklar**.

Spørgsmål vedr. spillertilladelse og certifikater

Disse skal rettes til klubbens kontingentansvarlige som findes under personale på hjemmesiden. Alle spørgsmål omkring kontingentopkrævning skal ligeledes rettes hertil.

9. Forældre og organisering omkring holdet

Vi anbefaler at der afholdes 1-2 forældremøder på alle årgange. Det giver god anledning til at få aktiveret og involveret flere forældre i klubben. Vi opfordrer til, at du som ny træner beder forældrene på årgangen om hjælp, hvis der opstår et behov. Forældregruppen kan også være dem der arrangerer sociale arrangementer på holdet, for at styrke sammenholdet. Det er vigtigt at holdet fungerer godt socialt. Inviter gerne formanden for jeres afdeling eller B&U træneren - så vil vi forsøge at stille op - vi kan blandt andet hjælpe med at tale om vigtigheden af frivilligheden - det kan måske være nemmere for os.

Det kan ligeledes være brugbart ved uenigheder og debat om større emner.

Koordinator for årgangen

Der skal findes en koordinator for årgangen. Det gøres gerne til 1. forældremøde på årgangen som U6 – gerne gør et forarbejde inden.

Det skal meget gerne være en forælder, der ikke har et træneransvar, så vedkommende kan varetage ikke fodboldrelaterede ting såsom frivillighed og andre klubopgaver.

Koordinatoropgaver kan være disse:

- *Uddelegere opgaver fra klubben (På et år vil det typisk være hjælp til Forårs Cup, Hasserisløbet/juletræsslag og 2 x cafevagter)*
- *Sørge for at holdet tilmelder sig fællesspisninger i klubben og administrere økonomien heri.*
- *Administrere en evt. holdkasse*
- *Tage initiativ (i samarbejde med trænerne) til at lave sociale arrangementer på tværs af årgangens hold*
- *Administrer julekalendersalg eller anden aktivitet*
- *Andre opgaver fra klubben der kan forekomme med varierende interval – herunder udlandstur, holdfoto og lign.*

Holdkasser

Det er en rigtig god ide at oprette en holdkasse. Midlerne i holdkassen kan bruges på sociale arrangementer eller stævner. I vil løbende tjene penge til holdkassen via aktiviteter i klubregi (f.eks. julekalendersalg), men det er også en rigtig fin ide at opkræve et mindre beløb årligt fra hver enkelt spiller.

10. Træningsindhold og spillerudvikling

Inspiration til træning og træningsøvelser

- Findes i øvelsesbanken på MitDBU:
<https://mit.dbu.dk/login.aspx?ReturnUrl=%2Fdbu%2Fexercise%2FExerciseSearch>

- Findes i øvelsesbanken via **DBU's APP** via **DBU's hjemmeside**:
<https://www.dbu.dk/uddannelse/traeneruddannelse/vaerktoejer-og-inspiration/oelvelsesbanken/>
- Findes i **AaB Better Coaching APP**: <https://aab.better-coaching.dk/login>
- Find vores egen "Blå tråd" her: [Aalborg KFUM Fodbold](#)

Niveauinddeling af spillere

Der kan i en stor trup med spillere ofte være stort niveauforskel mellem de mest øvede spillere og mindst øvede spillere. Derfor kan det være nødvendigt at niveauopdele i forbindelse med stationstræning i den enkelte øvelse eller under hele træningspasset.

Dette vurderes som udgangspunkt af TrænerTeamet. Klubben anbefaler en variation af inddelingen.

Det kan efter nogle sæsoner, særligt i nogle af de meget store trupper på 30-60 spillere, også blive nødvendigt at niveauopdele truppen.

Dette sker ofte i overgange fra Børnefodbold til Ungdomsfodbold i U13 og opefter. Dette vurderes som udgangspunkt af TrænerTeamet med inddragelse/samråd med Sportsudvalget og Børneudviklingstræneren/Ungdomsformanden.

Til kampe niveauinddeles der først fra U8. Hvis I er i tvivl, skal I kontakte formanden for afdelingen eller B&U træneren.

Op- og nedrykning af spillere fra deres årgang

- **Permanent oprykning eller nedrykning:** Spilleren skriver årgang af fodboldmæssige eller sociale årsager og indgår nu på lige vilkår med de øvrige spillere på den nye årgang.

Skal altid ske i samråd med de 2 involverede årganges træner teams og godkendes af den sportslige ledelse.

- **Forløb:** Oprykning af en eller en gruppe af spillere i et forløb – En fodboldmæssig oprykning af en spiller eller en gruppe af spillere, som efter en fodboldfaglig vurdering bør tilføres ekstra udfordring ved at træne fast med en ældre eller stærkere årgang en eller flere gange om ugen i en prøveperiode. Skal altid ske i samråd med de 2 involverede årganges træner teams og godkendes af den sportslige ledelse.
- **Akut oprykning eller nedrykning:** For at forhindre afbud, hvis der ikke kan stilles hold. En årgang hjælper en anden årgang for at kunne stille hold eller for at sikre at der bliver stillet med flere hold, så flere kan komme ud og spille kampe.

Det må aldrig være på bekostning af en anden spiller fra den årgang man tilfører en spiller, som så ikke kommer ud og spille kamp.

Skal altid ske i samråd med de 2 involverede årganges træner teams.

Ingen "låner", oprykker eller nedrykker en spiller uden tilladelse fra træner-team på den omhandlende spillers årgang.

- **Generelt:** Vi nedrykker ikke spillere for at gøre et hold eller en årgang stærkere med et resultat for øje.

11. Sæson, årshjul og faste aktiviteter

Standerhejsning

- Ungdom og senior har standerhejsning første lørdag i februar.
- Børn har standerhejsning i starten af april.

Dato bliver endeligt meldt ud fra år til år via opslag

Træningstider

Vi følger skoleåret; hvor der er fri når børnene har ferie/fri fra skole. Dog er det op til den enkelte træner - der kan sagtens trænes i ferier, hvis træneren ønsker det og der er spillere til det.

Træningstider fastlægges fra sæson til sæson (gælder både inde og ude). Der sendes besked ud forinden med ønske om tider for træning.

Årshjul/ faste aktiviteter

Klubben arrangerer flere arrangementer i løbet af året.

- Aalborg KFUM Forårs Cup, der er det største endagsstævne i Jylland
- 5 fodboldskoler årligt (Vinterferien, 3 første dage i påsken (kun for piger), første og sidste uge af sommerferien og efterårsferien)
- Pigeraket (typisk start september)
- Fællesspisninger (2-4 gange årligt)
- Hasserisløbet (1. søndag i november)
- Gameday (typisk 4 årligt)
- Fyrværkerisalg
- Juletræssalg
- Julekalendersalg (eller anden aktivitet)
- Udlandstur i ulige år for U12-U17.

12. Uddannelse og udvikling af trænere

Børneudviklingstræneren

Børnetræneren er nøglen til verdens bedste fodbold for børnene, og det er altafgørende for et godt børnefodboldtilbud, at de trænere som børnene møder, vedligeholder eller tilegner sig de rette kompetencer til at arbejde med børnene på en legende, kreativ og fantasifuld måde.

Det træner Børneudviklingstræneren dem i.

Børneudviklingstrænerens kerneydelse er:

- Kvalificere træningsmiljøet med henblik på dygtigere, gladere og sundere børn.
- Kvalificere træningsmiljøet ved at coache og træne børnetræneren.
- Hjælpe med at låse op for børnetrænerens egen nysgerrighed, læring og kreativitet.
- Evaluere og udvikle børnefodboldmiljøerne.
- Implicit i kerneydelsen er vidensdeling med bestyrelsen, hvor viden bidrager til at udvikle og forbedre forholdene for og i børnefodboldmiljøet på banen.

Børneudviklingstræneren kvalificerer det, der sker på banerne ved at være coach for børnetrænerne, men kan lokalt løse andre opgaver og funktioner i klubben, under forudsætning af at børneudviklingstrænerens kernefunktion, at træne trænerne, har første prioritet.

Børneudviklingstræneren er vejviser for den måde, børnefodboldmiljøerne drives på i klubben. Alle børnetrænerens forskelligheder favnes, så hver og en oplever sig mødt, set, spurgt og hørt på en venlig, forståelig og lærende måde.

Børneudviklingstræneren vejviser ved:

- mesterlære - forevise træninger
- observationer
- supervisioner
- feedback
- trænermøder
- forældremøder efter behov

Ønskelige effekter af en børneudviklingstræner (overordnet):

- Dygtigere, gladere og sundere børn.
- Flere og bedre børnetrænere.
- Flere og bedre børnespillere.

I Aalborg KFUM indkalder Børneudviklingstræneren alle børneårgange U6-U12 Piger og Drenge fast 2 gange om året. I forårssæsonen omkring marts/april indkaldes der til et opstartsmøde for hele Trænerteamet og dette sker igen i august/september. Desuden indkalder Børneudviklingstræneren til yderligere 1-2 besøg på alle årgangene i forårssæsonen og/eller i efterårssæsonen.

Under årgangsmøderne og besøgene giver Børneudviklingstræneren feedback og evaluering af træningen og der tales om eventuelle fodboldfaglige udfordringer.

Alle årgangene kan af egen drift kontakte Børneudviklingstræneren for hjælp med fodboldfaglige og sociale udfordringer, fodboldfaglig hjælp og fodboldfaglig sparring. Kontaktoplysningerne på Børneudviklingstræneren i Aalborg KFUM findes under "Personale" på hjemmesiden.

Uddannelse af trænere

Vi vil rigtig gerne uddanne dig og give dig værktøjer som trænere.

Ønsker du at tage en DBU træneruddannelse, så tag i afdelingens formand, der vil hjælpe dig på vej.

13. Samarbejder, sponsorater og fonde

Sponsorater

- Klubben opfordrer til, at vi støtter vores sponsorer. Undersøg hvem der er sponsor i klubben inden I f.eks. bestiller mad til arrangementer. Se sponsorerne her [Aalborg KFUM Fodbold](#)
- Alle sponsorater skal forbi klubbens Sponsor- & Evenansvarlige til godkendelse.
- Der kan ikke søges fonde i klubbens navn uden godkendelse fra klubbens Forretningsfører.

Samarbejde med andre klubber

Aalborg KFUM Fodbold samarbejder med AaB på drengesiden og Fortuna Hjørring på pigesiden for at fremme udvikling og talentarbejde.

Enkelte spillere kan tilbydes forløb eller permanent klubsifte. Dette sker altid via henvendelse til klubbens Forretningsfører.

Det er altid licensklubben der vurderer, hvem der skal tilbydes forløb eller klubsifte

14. Politikker

Vi har følgende politikker:

- **Alkoholpolitik** – læs mere her: [Aalborg KFUM Fodbold](#)
- **Pyropolitik** – læs mere her: [Aalborg KFUM Fodbold](#)

15. Frivillighed i Aalborg KFUM Fodbold

I Aalborg KFUM Fodbold forventes det at vi alle bidrager til fællesskabet og tager frivillige tjanser i f.eks. cafeen, til Fyrværkerisalg, Hasserisløbet osv.

Disse vagter meldes ud i god tid og kan ses via Plandisc her [Aalborg KFUM Fodbold](#)