

# OPSTARTS GUIDE

GUIDE TIL ET 4 - 6 UGERS REKRUTTERINGS- OG  
OPSTARTSFORLØB FOR NYE SPILLERE I ALDEREN 10-13 ÅR

NORDEA  
FONDEN  
Vi støtter gode liv



# INDHOLD

|  |    |
|--|----|
| FØR I GÅR I GANG .....                           | 3  |
| HVAD ER ET RO-FORLØB? .....                      | 4  |
| OVERSIGT OVER ET RO-FORLØB FOR 10-13-ÅRIGE ..... | 5  |
| SÅDAN KOMMER I GODT I GANG .....                 | 6  |
| TRIN 1: OPSTART AF INDSATS .....                 | 6  |
| TRIN 2: FØR FORLØBET .....                       | 8  |
| TRIN 3: UNDER FORLØBET .....                     | 13 |
| TRIN 4: EFTER FORLØBET .....                     | 14 |
| KONTAKTPERSONER I DBU'S LOKALUNIONER .....       | 15 |

---

**Udgiver:** Dansk Boldspil-Union, i samarbejde med DBU Uddannelse, DBU Bredde, Syddansk Universitet og med støtte fra Nordea-fonden

**NORDEA  
FONDEN**

Nordea-fonden støtter det gode liv inden for sundhed, motion, natur og kultur. Fonden uddeler årligt ca. 500 mio. kr. til aktiviteter med almennyttige formål. Se mere på [nordea-fonden.dk](http://nordea-fonden.dk).

# FØR I GÅR I GANG

I har som klub besluttet at gennemføre et rekrutterings- og opstartsforløb (herefter kaldet et RO-forløb) og derved gøre en indsats for at rekruttere piger og drenge på 10 - 13 år – enten for at kunne starte nye hold op eller for at rekruttere nye spillere til jeres eksisterende hold i de pågældende årgange.

Med denne opstartsguide vil I, trin-for-trin, blive ført igennem de muligheder og opgaver, der ligger forud, for at kunne sikre en succesfuld rekruttering fra målgruppen.



# HVAD ER ET RO-FORLØB?

Et RO-forløb er et 4-6 ugers rekrutterings- og opstartsforløb for nye spillere i alderen 10 - 13 år, og det er op til jer som klub at vælge hvordan I ønsker at gribe det an. Afhængigt af antallet af nye potentielle spillere, kan der oprettes et nyt hold, med fokus på et socialt sammenhold samt udvikling af den enkelte spiller. Alternativt kan de nye spillere indsluses på eksisterende hold, og vælges denne løsning kræver det stor omtanke, for at give dem en god oplevelse.

I vil som klub få adgang til en række værktøjer, der skal gøre det lettere at få succes med indsatsen, herunder et onlinekursus om målgruppen samt en træningsmanual, der indeholder info om målgruppen samt seks træningssessioner, tilpasset netop de 10-13-årige.

Figuren herunder illustrerer de værktøjer som er udviklet til at understøtte jeres arbejde med RO-forløbet.

| MATERIALER TIL RO-FORLØB   |
|--|
| Opstartsguide  |
| Rekrutteringsmateriale   |
| Onlinekursus med inspiration og gode råd til rekruttering og opstart af spillere i målgruppen 10-13 år |
| Manual med inspiration til træningsøvelser målrettet 10-13-årige                                       |

Har I som klub brug for at blive understøttet yderligere i forbindelse med jeres RO-forløb, så kan I altid kontakte jeres lokalunion for at høre mere om mulighederne for at få tilknyttet en klubrådgiver. Kontaktoplysninger på alle DBU's lokalunioner findes på bagerste side i denne guide.

## OVERSIGT OVER ET RO-FORLØB

Modellen på næste side illustrerer de fire trin som et RO-forløb består af. Den beskriver ligeledes de elementer som det er vigtigt at få afklaret i hvert trin.

Kolonnen 'Ansvarlig' er tom, da det er forskelligt fra forløb til forløb hvordan opgaverne fordeles. Du kan med fordel printe modellen ud og løbende udfylde de ansvarlige for hvert element, så du og de øvrige involverede kan se hvilke opgaver de har hvornår.

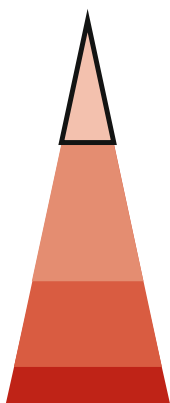
# OVERSIGT OVER ET RO-FORLØB FOR 10-13-ÅRIGE

| Overblik over forløbets 4 trin:  | Afklaring:  | Hvordan:  | Hvornår:   | Ansvarlig: | Noter:   |
|--|---|---|--|------------|--|
| <b>TRIN 1</b><br><b>OPSTART AF INDSATS</b><br><b>(1-4 MÅNEDER FØR)</b> | Sikring af engagement og opbakning via afklaring med klubbens ledelse.  | Indgå dialog med bestyrelsen om ønsket opstart af indsatsen.  | Er der f.eks. et bestyrelsesmøde eller andet relevant tidspunkt/møde?  |            | Overvej hvor mange ressourcer der er til at stå for indsatsen.   |
|  | Hvordan skal indsatsen organiseres og hvad er den primære målgruppe (begge køn, drenge, piger?)               | Udpeg en ansvarlig for indsatsen, som udarbejder en handlingsplan og undersøger hvad behovet for rekruttering af nye spillere er.                       | Handlingsplanen udarbejdes som noget af det første. Da den fungerer som selve grundlaget for indsatsen.  |            |  |
|  | Lav en plan for rekruttering og/eller opkvalificering af trænere.   | Find en eller flere ansvarlige for trænerrekruttering.  | Ifm. at planen for indsatsen laves.  |            | Der findes inspiration til rekruttering af trænere i opstartsguiden.   |
|  | Lav en plan for rekruttering af spillere. Hvilke skoler, fritidsklubber ol., skal der tages kontakt til.      | Send mails og følg op telefonisk eller bedre ved at møde fysisk op. Er der et varmt link til skolerne i lokalområdet?                                   | Indled dialog med skolerne når der er lagt en klar plan for indsatsen og opstartstidspunktet kendes.   |            |  |
| <b>TRIN 2</b><br><b>FØR FORLØBET</b><br><b>(1-2 MÅNEDER FØR)</b>       | Skal der laves et opstartshold eller inkluderes spillerne på eksisterende hold?                               | Undersøg hvad potentialiet er. Forventes der mange eller få nye spillere. Er der trænerressourcer?  | Det skal så vidt muligt besluttes inden rekruttering af spillerne begynder.  |            | Hår der været TI for Health- forløb på lokale skoler? I så fald er disse oplagte at rekruttere fra.                                  |
|  | Hvordan synliggøres den nye rekrutteringsindsats i lokalområdet?  | Uddel flyers o.l. til skolerne og via de eksisterende spilleres netværk. Lav evt. annonce i lokalpresse, ophæng plakater o.l. i området og klubhus/hal. | Der skal reklameres i god tid, så budskabet når at sprede sig inden RO-forløbet begynder.  |            | Det kan også aftales med en skole at klubben taks. deltager aktivt i en lektion, for at give eleverne et bedre kendskab til klubben. |
|  | Hvordan skabes der et attraktivt og fastholdende træningsmiljø?   | Brainstorm og /eller få inspiration i værktøjerne (onlinekursus + manual).  | I perioden umiddelbart inden de nye spillere starter til træning.  |            |  |
|  | Rekruttering af træner samt eventuel assistenttræner hvis det ønskes.   | Tag dialog med potentielle trænerkandidater (se tips i opstartsguiden).   | Så snart det er besluttet om der oprettes et opstartshold eller ej.  |            | Der kan også tilkøbes en instruktør fra DBU der kan stå for hele eller dele af opstartsperiodens træning.                            |
| <b>TRIN 3</b><br><b>UNDER FORLØBET</b>                                 | Modtagelse af de nye spillere. Hvem i klubben tager imod og hvordan?  | Der kan f.eks. laves et opstartsarrangement hvor klubpersoner og træner byder velkommen.  | Evt. opstartsarrangement planlægges i god tid inden forløbet starter.  |            |  |
|  | Skal der være sociale arrangementer for spillerne for at fastholde og skabe gode relationer - hvis ja hvilke? | Afhold evt. sociale arrangementer (fællesspisning efter træning o.l.)   | Planlæg så vidt muligt de sociale arrangementer inden forløbet starter.  |            |  |
| <b>TRIN 4</b><br><b>EFTER FORLØBET</b>                                 | Skal spillernes forældre involveres?  | Lav evt. forældremøde.  | Kan afholdes ifbm. opstartsmøde  |            |  |
|  | Hvad er de mulige scenarier efter RO-forløbet - hvordan skal det forløbe?                                     | Der findes tre scenarier, som er uddybet i opstartsguiden. Det gælder om at tage temperaturen på hvor spillerne er henne mentalt og fodboldragligt.     | 2.-3. uger før forløbet slutter kan man begynde at gøre sig nogle overvejelser, og også gerne følge op på spillerne hvis de er indsluset enkeltvist. |            |  |

# SÅDAN KOMMER I GODT I GANG

Det er en god ide at lave en handlingsplan, når I ønsker at starte en rekrutteringsindsats. På de kommende sider er der beskrevet en række nedslagspunkter samt konkrete bud på opgaver, fordelt på de fire overordnede trin som indsatsen består af. Det kan være at I kan komme på flere punkter, end de der er nævnt herunder, og nedenstående fungerer derfor blot som inspiration.

I nedenstående eksempel, tages der udgangspunkt i at jeres lokale skole har gennemført skoleaktiviteten "11 for Health", hvilket er et oplagt tidspunkt at lave en indsats målrettet rekruttering af de 10-13-årige. Det er nemlig en god ide, at RO-forløbet bliver startet mens interessen for fodbold er stor blandt de potentielle nye klubmedlemmer. Nedslagspunkterne kan dog sagtens bruges som en hjælp, uanset om jeres rekrutteringsindsats tager udgangspunkt i andre rekrutteringsscenarier.



## **TRIN 1** OPSTART AF INDSATS (1-4 MÅNEDER FØR)

### **AFKLARING MED LEDELSEN OG PLANLÆGNING AF FORLØBET**

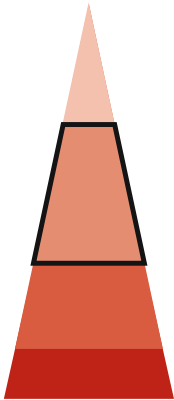
Det er altid en fordel at have hele klubben med!

I har nu besluttet jer for at afholde et RO-forløb, og kan med fordel invitere klubbens bestyrelse eller andre interessenter til at være med til at lægge en plan for hvordan I opnår jeres mål om at rekruttere de nye spillere.



Herunder ses de vigtigste opgaver i trin 1. Opgavelisten kan fungere som et værktøj til arbejdet med indsatsen, hvor hver opgave kan afkrydses når den er gennemført, og vigtige noter til hver opgave kan skrives ned:

| TRIN 1 - OPGAVELISTE   | ✓ | NOTER |
|--|---|-------|
| Afkklaring/forventningsafstemning med bestyrelsen  |   |       |
| Afkklaring af hvem der er den primære målgruppe (drengene, piger, begge)   |   |       |
| Afkklaring af hvad der findes af tilbud til målgruppen i klubben i dag   |   |       |
| Find en eller flere ansvarlige for indsatsen (der kan med fordel laves en opstartsgruppe hvor ansvaret fordeles på flere personer) |   |       |
| Planlægning af forløbet - lav en tids- og handlingsplan. Find inspiration i opgavelisten til trin 2 (se side 11).                  |   |       |
| Planlæg rekruttering/opkvalificering af trænere/assistenter  |   |       |



## TRIN 2 FØR FORLØBET (1-2 MÅNEDER FØR)

### PLANLÆGNING AF SPILLERREKRUTTERING

Har der været et "11 for Health"- forløb på jeres lokale skole er det oplagt at opstarte indsatsen i den forbindelse, og der skal i så fald tages kontakt til skolen. Send/giv dem materialet "Invitation fra klub til skole", som I først har tilpasset med jeres klubnavn osv.

Selv hvis jeres lokale skole ikke har gennemført "11 for Health" giver det god mening at tænke den ind i en rekrutteringsindsats.

Hvis skolen er interesseret i at samarbejde, kan I undersøge om I må udlevere materialet "Invitation fra klub til elever/forældre". Det giver den bedste effekt, hvis I møder op personligt og uddeler materialet. Måske har I allerede en person i klubben der er et 'varmt link' til den lokale skole (en forælder, en lærer, en kontaktperson fra tidligere samarbejde eller lignende). I så fald vil det være oplagt at identificere og inddrage denne person.

Hvis I har ressourcer til det, kan I overveje at spørge skolen, om I må stille med en klubperson, der kan komme hen og deltage i et "11 for Health"- modul på skolen, og evt. dele invitationsmaterialet ud i den forbindelse. I så fald anbefales det at jeres repræsentant også får fem minutters taletid, hvor han/hun kan fortælle eleverne om jeres klub (faciliteter, antal medlemmer, årgange, værdier, sociale arrangementer og hvad man får ud af, at spille fodbold hos jer).

I kan også spørge skolen om I må skrive et opslag til forældreintra o.l. hvor I informerer om muligheden for at eleverne kan fortsætte i klubben, eller I kan spørge ind til hvad skolen tænker der er af muligheder for et samarbejde.

I kan alternativt overveje at foreslå skolen at afholde et fælles arrangement i jeres klub som afslutning på deres "11 for Health"- forløb. På den måde får I eleverne fysisk over i klubben, og kan endnu engang reklamere for klubben og RO-forløbet. Et sådant arrangement, kan med fordel være den afsluttende session på skolens "11 for Health"- forløb og kan bl.a. inkludere en rundvisning, en miniturnering/fodboldgolf eller andet. Husk at turneringer i nogle sammenhænge kan virke ekskluderende, hvis ikke man tænker over rammerne. Tænk i denne kontekst elementer ind, der understøtter sammenholdet og glæden ved bolden/spillet, fremfor elementer hvor det gælder om at være den bedste.

Uanset om der rekrutteres med udgangspunkt i jeres lokale skole, er det altid værdt at overveje om der er andre oplagte steder at rekruttere fra (eksempelvis fritidsklubber, SFO'er o.l.), der kan fungere som supplement til skolen.

Benyt endelig også netværket hos de spillere I allerede har i klubben, beskriv indsatsen på klubbens hjemmeside, lav annonce i lokalpresse, sæt plakater o.l. op i nærområdet/i klubhuset, print flyers/breve som omdeles i postkasser, på torvet, i Brugsen eller andet. Mulighederne er mange og I kender lokalområdet bedst.



## OPSTARTSHOLD ELLER INTEGRATION AF SPILLERE PÅ EKSISTERENDE HOLD

### Opstartshold for nye spillere

Startes jeres RO-forløb f.eks. op via et samarbejde med den lokale skole og/eller fritidsklub, kan du med fordel undersøge interessen fra eleverne på forhånd for bedre at kunne vurdere hvorvidt der er basis for at starte et selvstændigt introhold op. Dette kan f.eks. gøres løst ved at bede om håndsoprækning hvis du alligevel besøger klassen, skolen, og/eller fritidsklubben. Fortæl endelig de potentielt nye spillere, at de ikke binder sig ved håndsoprækning, men at det er for at vurdere interessen, og for at kunne tage rigtig godt imod dem når de kommer.

Starter jeres samarbejde med den lokale skole op på baggrund af et "11 for Health" forløb, kan du med fordel ligeledes drøfte potentialet med den/de deltagende klassers elever/lærere for at høre om der kunne være basis for at hele klassen eller en stor del af eleverne kunne have lyst til at fortsætte i en periode sammen i fodboldklubben. Dette ville kunne lade sig gøre hvis der laves et opstartshold, hvor og piger og drenge vil kunne fortsætte med at træne sammen i en periode, ligesom de har gjort i skolen.

Kender I ikke interessen/potentialet på forhånd, kan der stadig laves et opstartshold. I det tilfælde, kan det være et plus at reklamere med det i rekrutteringsprocessen, så de der har lyst til at prøve at spille fodbold, ved at de bliver taget rigtig godt hånd om – netop som nye – når de kommer til klubben. Vi anbefaler at lave et opstartshold, hvis der er otte nye spillere eller flere.

### Integration af nye spillere på klubbens eksisterende hold

Hvis det ikke er muligt at lave et opstartshold, f.eks. fordi potentialet vurderes til at være for lille, kan I vælge at integrere de nye spillere drypvis. I den forbindelse kan det være en rigtig god idé at introducere de eksisterende trænere på klubbens hold i målgruppen (både trænere for piger og drenge), for de værktøjer, der introducerer til indsatsen og målgruppen (onlinekursus og træningsmanual). Ved at benytte øvelser fra træningsmanualen, får de nye spillere fra eksempelvis et "11 for Health" skoleforløb, en positiv oplevelse af genkendelighed i indslusningen på det nye hold. Det kan ved drypvis tilgang af spillere, ligeledes være en god idé at tænke ekstra grundigt over hvordan man tager imod de nye spillere i praksis. Dette er der flere råd til i det følgende afsnit 'Hvordan skabes et attraktivt og fastholdende træningsmiljø'.

## HVORDAN SKABES ET ATTRAKTIVT OG FASTHOLDENDE TRÆNINGSMILJØ

Er I gode til at tage imod nye spillere i jeres klub og hvordan foregår det i dag? Hvis I skal lykkes med indsatsen, er det vigtigt at der skabes et godt miljø for de nye spillere, så gør jer gerne tanker om hvordan I kan udvikle jer på dette punkt.

Herunder er der en række bullets med inspiration, som I kan overveje at benytte.

- En buddyordning er et initiativ, der kan skabe en god overgang enten fra start af når de nye ankommer til klubben, eller som en god overgang fra et evt. opstartshold til klubbens andre etablerede hold. I Buddyordningen får jævnaldrende spillere ansvaret for at introducere og støtte de nye spillere. Det er en god ide at sætte spillere der går på samme skole sammen om muligt. Desuden anbefales det at fastholde buddyordningen efter

de 4-6 uger RO-forløbet varer.

- Det er ligeledes en god ide at tænke på forskellige initiativer, der kan fastholde RO-spillerne. Det kan f.eks. være fællesspisning for spillere og forældre efter første træning o.l. Overvej at invitere til et forældre- og spillermøde for alle jeres U10-U14 hold, som med fordel kan være umiddelbart efter RO-forløbet er afsluttet. Formålet er at spillerne fra forløbet møder deres nye holdkammerater udenfor banen, mens deres forældre møder hinanden, og lærer hinanden og klubben bedre at kende. I den forbindelse kan det være en god ide at lave en forventningsafstemning mellem spillere, forældre og klub, så der er klare spilleregler for det enkelte hold.
- Det kan være en god idé at planlægge et socialt arrangement et par uger efter forløbets afslutning. Datoen for arrangementet skal gerne meldes ud fra starten, så deltagelse i arrangementet kan være et incitament for at blive i klubben efter RO-forløbet.

### **REKRUTTERING AF TRÆNERE OG EVT. TRÆNERASSISTENTER TIL OPSTARTSHOLD**

Såfremt der laves et opstartshold er det essentielt at finde en eller flere trænere til dette hold, samt en trænerassistent, hvis det ønskes. Træneren er en central person for rekruttering og fastholdelse af de nye spillere. Det er ikke så vigtigt, at det er en fodboldfaglig person til at starte med, men personen skal formå at skabe tryghed for de nye spillere.

Der er forskellige metoder og kanaler til at finde den rette træner og herunder er der en række bullets med inspiration til arbejdet med at finde trænere og assistenter.

- En træner kan findes blandt personer, der allerede er en del af klubben (intern) eller blandt personer udenfor klubben (ekstern).
- Eksterne kan f.eks. være læreren, der har stået for "11 for Health"- forløbet på skolen, som måske gerne vil fortsætte som træner i et RO-forløb.
- I kan lave opslag på Facebook, f.eks. på klubbens egen Facebookside eller i lokale grupper for jeres byområde, hvor I søger efter en træner.
- Det er også muligt at tilkøbe en instruktør fra DBU efter behov. En sådan kan stå for enten hele opstartsforløbets træning, eller blot en del af det. Instruktøren kan med fordel hjælpe en eventuel forældretræner godt på vej i de første par træninger. Kontakt jeres lokalunion for nærmere information om muligheden for at tilkøbe instruktør.
- Det kan være en fordel at have én eller flere assistenttrænere tilknyttet holdet. Assistenttrænere kan findes blandt samme målgruppe som trænere, men de kan også findes blandt klubbens ungdomsspillere, helt ned til U16.

## INSPIRATION TIL AT FINDE TRÆNER

| Internt   | Eksternt                 |
|---|--------------------------|
| Trænere i klubben                                     | Venner og bekendte       |
| Spillere fra U18+                                     | Facebook                 |
| Ildsjæle  | Lærere på skolen         |
| Forældre eller bedsteforældre til medlemmer i klubben | Pædagog                  |
|   | Uddannelsesinstitutioner |
|   | Instruktør fra DBU       |



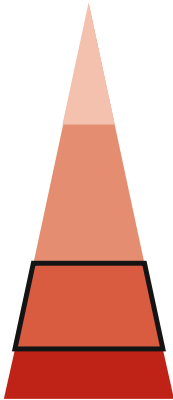
### ! GODE ARGUMENTER TIL REKRUTTERING AF TRÆNERE OG TRÆNERASSISTENTER

1. Du forpligter dig kun for 4 -6 uger.
2. Det er kompetenceudviklende.
3. Der er en træningsmanual som kan følges efter behov.
4. Det giver erfaring med ledelse af unge mennesker.
5. Det er god erfaring til CV'et.
6. Du bliver en del af et fællesskab
7. Du udvider dit netværk
8. Du gør en forskel for børn og unge



Herunder ses opgavelisten med de vigtigste opgaver i trin 2:

| TRIN 2 - OPGAVALISTE  | ✓ | NOTER |
|---|---|-------|
| <b>Rekruttering af spillere</b>   |   |       |
| Indled dialog med skolen  |   |       |
| Send materialet "Invitation fra klub til skole"   |   |       |
| Uddel materialet "Invitation fra klub til elever/forældre"  |   |       |
| Overvej om man kan rekruttere fra målgruppen andre steder end på den lokale skole. Måske er der flere skoler? Måske kan de spillere i målgruppen man allerede har i klubben, få en flyer med hjem til vennerne? |   |       |
| <b>Rekruttering/opkvalificering af trænere</b>  |   |       |
| Rekruttér træner hvis der laves opstarts- hold  |   |       |
| Rekruttér trænerassistent hvis det ønskes   |   |       |
| Trænere på eksisterende hold, der tager imod nye spillere, skal klædes godt på. Giv dem adgang til værktøjerne (træningsmanual + onlinekursus)  |   |       |
| Book en DBU-instruktør hos din lokalunion, såfremt I ønsker at en sådan skal starte opstartsholdet for jer eller evt. tage de første par træningsgange for at sætte en forældretræner godt igang (eller lign.)  |   |       |
| <b>Rekrutterings- og fastholdelsesinitiativer</b>   |   |       |
| Overvej fastsættelse af dato for, og planlægning af evt. forældremøde   |   |       |
| Planlæg sociale arrangementer for at ryeste spillere og evt. forældre sammen  |   |       |
| Orienter resten af klubben og nærområdet om initiativet (web, blad, opslag i klubben osv.) Måske vil flere gerne være med!  |   |       |
| Informér alle trænere i klubben, der har med målgruppen at gøre om forløbet og giv dem evt. adgang til værktøjerne (træningsmanual + onlinekursus)  |   |       |



## **TRIN 3** **UNDER FORLØBET**

Nu er rammerne på plads, og I er klar til at modtage de nye spillere i et RO-forløb.

De næste 4-6 uger handler om at sikre et trygt og fast træningsmiljø, med gode oplevelser, som kan være med til at fastholde de nye spillere i klubben.

### **MODTAGELSE AF NYE SPILLERE**

Hvis I har udleveret dokumentet 'Invitation til elever/forældre' har spillerne fået information om mødetid og -sted. Træneren eller kontaktpersonen bør møde op i god tid, og sørge for at tale med de nye spillere, og sikre at ingen står alene. Hvis I har valgt at lave en buddyordning, bør disse buddies også være til stede allerede fra start.

Det kan være en god ide at lave en rundvisning af klubhuset og området inden træningen går i gang.

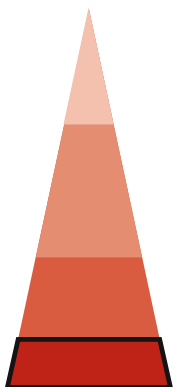
Har I planlagt fællesspisning for spillerne (og evt. forældre) efter første træning, er der nogle som skal sørge for dette.

Hvis forældre er mødt op, bydes de også velkommen og dette er en god mulighed for klubben til at give vigtige informationer til forældrene. Under træningen er forældrene velkomne på sidelinjen, hvor I evt. kan servere kaffe og have en kontaktperson fra klubben stående, der kan gå i dialog med de fremmødte forældre.

### **PLANLÆGNING AF SCENARIER EFTER FORLØBET VED VALG AF OPSTARTSHOLD**

Imens forløbet er i gang, er det en fordel at følge udviklingen tæt, for på den måde at kunne forberede sig på hvordan det giver mening at fortsætte når det 4 - 6 uger lange forløb er slut. Er der lavet et opstartshold skal det besluttes hvorvidt alle spillerne skal sluses ind på eksisterende hold, om nogle af dem skal sluses ind på eksisterende hold og andre blive på holdet, og/eller om opstartsholdet skal fortsætte.

Det vigtigste her er at tage temperaturen på hvor spillerne er henne mentalt og fodboldfagligt, så man kan træffe den rigtige beslutning. Tag træneren og eventuelt også spillerne løbende med på råd.



## **TRIN 4** EFTER FORLØBET

### **MODTAGELSE AF FORÆLDRE**

Det er væsentligt, at forældrene kender klubben og har tillid til, hvad der foregår. Orienter forældrene om klubben, regler for indmeldelse, klubbens hjemmeside, deltagelse i kampe, holdninger og værdier og forældrenes betydning herfor.

Det kan være i form af skriftligt informationsmateriale eller via dialog.

Er der forældre på holdet, hvor betaling af kontingent kan være en udfordring, så orientér dem om, at der findes en lang række muligheder for støtte, som de kan læse mere om her:

<https://broen-danmark.dk/andre-stoettemuligheder/>

### **MULIGE SCENARIER EFTER ENDT RO-FORLØB**

#### **Spillerne fordeles på eksisterede hold i klubben ud fra deres køn og alder**

Det kan i den forbindelse være en fordel at introducere trænerne på klubbens øvrige hold for nogle af de værktøjer, der informerer om indsatsen og målgruppen (onlinekursus og træningsmanual). Ved fortsat at benytte øvelser fra træningsmanualen, får de nye spillere en positiv oplevelse af genkendelighed i indslusningen på det nye hold. Det kan ligeledes være en god idé at fortsætte en evt. buddyordning, eller starte en ny op.

#### **Nye hold oprettes/RO-holdet fortsætter**

Er der oprettet et RO-hold, kan holdet med fordel fortsætte træningen, alternativt kan der oprettes nye hold for de nye spillere. Det kan være aktuelt, hvis klubben ikke i forvejen har hold på alle årgange. Er der ikke nok spillere til at oprette hold i hver årgang, kan det overvejes at slå årgange sammen.

#### **Piger og drenge træner sammen**

Er der ikke nok spillere til at oprette både pige- og drengehold kan I overveje at fortsætte med, at piger og drenge træner sammen.



# KONTAKTPERSONER I DBU'S LOKALUNIONER

Hvis I har nogle spørgsmål til jeres arbejde med RO-forløbet er I altid velkommen til at kontakte jeres lokalunion. I kan se hvem der er kontaktperson i netop jeres lokalunion herunder.

## DBU København



Anja Kouly Lethin  
**Telefon 39159206**  
**Mail: anko@dbukoebenhavn.dk**

## DBU Bornholm



Morten Blem  
**Telefon 56957007**  
**Mail: blem@dbubornholm.dk**

## DBU Sjælland



Louise Poulsen  
**Telefon 46340771**  
**Mail: lopo@dbusjaelland.dk**

## DBU Fyn



Lau Krogshede  
**Telefon 63115999**  
**Mail: lauk@dbufyn.dk**

## DBU Lolland Falster



Thomas Bonde  
**Telefon 52391921**  
**Mail: tboj@dbulolland-falster.dk**

## DBU Jylland



Marie Bruun  
**Telefon 89399967**  
**Mail: mabr@dbujylland.dk**