



## Instruks for trener

### Trenerens oppgaver og ansvar

- Treneren skal lede laget og lagets utøvere i fysisk, teknisk, taktisk og mental trening, kamper og kampforberedelser.
- Sammen med sportslig leder utvikle årsplan/ferdighets trapp.

### Ansvar hovedtrener

- Koordinere hvem som skal og kan spille kamp (Lagkontakt skal koordinere kjøring)
- Spilletidfordeling (Ta ut lag hvis det er flere spillere enn plasser/system for rulling) og følge klubbens policy om å ikke toppe lag - det skal være en klubb for alle
- Utnytte tildelt treningstid på best mulig måte. Ubenyttet treningstid over lengre periode meldes til sportslig leder.
- Være tilstede på alle kamper og treninger, eller sørge for at det finnes en passende stedfortreder de gangene hovedtrener ikke kan stille.
- Være den siste som forlater hallen ved siste kamp eller trening for å låse og etterse at hallen er ryddig.
- Forplikte seg til et rusfritt idrettsmiljø og gå frem med et godt eksempel.
- Plikte å kjenne og følge klubbens lover og Norges Idrettsforbunds lover og regler
- Etablere et godt miljø i treningsgruppen.
  
- EB/EBC: Dialog med styret om de lagene man melder på for å matche nivået (klubben kommer til å lage instruks til påmelding på EB turnering)
- Lag EBC minst 6, lag EB minst 8

### Ansvar assistenttrener

- Utvikle ansvarsområder både sportslig og utenomsportslig for å lette hovedtrenerens oppgaver.
- Kommunisere om man ikke kan stille på trening
- Forplikte seg til et rusfritt idrettsmiljø og gå frem med et godt eksempel.
- Plikte å kjenne og følge klubbens lover og Norges Idrettsforbunds lover og regler
- Etablere et godt miljø i treningsgruppen.

### Bekledning

Alle trenere i klubben får et trenerkit med profilprodukter. Disse produktene skal brukes ved kamper/turneringer for laget som treneren representerer.

### Kommunikasjonsansvar

- Treneren er ansvarlig for kommunikasjon med spillere og foreldregruppe rundt alt som har med laget/spillergruppen å gjøre, men kan avtale med lagkontakt om hvem som skal legge ut ting.
- Legge ut event i spond på alle kamper med oppmøtetid
- Legge ut informasjon om evt. endringer på treningstider