

# Assens Roklub

## Ungdomspolitik

*Værdierne i Assens Roklubs ungdomsafdeling handler om:*

- At roerne først og fremmest skal have det sjovt
- At roerne lærer at holde af naturen, også når den er udfordrende
- At der er respekt og et stærkt kammeratskab mellem roerne
- At roerne støtter hinanden på land og på vand
- At der er plads til roere med forskellige ønsker og ambitioner
- De unge indgår som en naturlig/integreret del af hele klubben
- De unge har indflydelse og medansvar

*Klubben tilbyder ungdomsroere:*

- Træning en gang om ugen i 2-2,5 time
- Træning på vand i hele rosæsonen, når vejret tillader det
- Træning på land i hele rosæsonen, når vejret ikke tillader vand træning (ergometer, cirkel, styrke, boldspil etc.)
- Udfordringer og oplevelser, som tilpasses de unges forventninger og ønsker
- Langture 1-2 gange om året over en weekend, evt. fælles med resten af klubbens medlemmer
- Sociale arrangementer fx julehygge, videomaratton, fællesspisning
- Træning hele vinteren på land, (ergometer, løb, cirkel, styrke, boldspil etc.)
- En aktivitetskalender for vintersæsonen med beskrivelse af hvad der foregår på hver træningsaften
- Svømmetræning om vinteren

*Hvilke trænere møder ungdomsroerne i klubben?*

- Trænere, som er der til hver træning
- Trænere, som tilbyder det de unge gerne vil have
- Engagerede trænere, som ønsker at give de unge gode oplevelser på vand og på land
- Uddannede instruktører og styrmænd
- Trænere, som sørger for en god omgangstone og et rart og trygt miljø at færdes i
- Som minimum 1-2 trænere pr. træningsgang i rosæsonen
- Trænere, som møder i god tid og er velforberejede

## Trænerpolitik

*Assens Roklubs bestyrelse forventer at:*

- Trænerne arbejder i og agerer som et samlet team
- Trænerne i deres virke for klubben sætter sig ind i og arbejder efter klubbens ungdomspolitik
- Der holdes en god tone og kommunikeres åbent og ærligt trænerne imellem, trænerne og ungdomsroerne imellem og trænerne og klubbens øvrige medlemmer imellem
- Trænerne imellem hinanden sikrer sig at der altid er nogen til stede til ungdomstræningen. Der skal meldes afbud, hvis man er forhindret i at møde op.
- Trænerne har i teamet ansvar for at lægge en "vagtplan" for hvem der har ansvar for hvilke træninger
- Trænerne har i teamet ansvar for at lægge en aktivitetsplan for vinteren
- Trænerne mødes i teamet minimum 1-2 gange året, og lægger planer for hhv. rosæsonen og vintersæsonen, hvor aktiviteter for det næste halve år sættes i kalenderen og opgaver skitseres og uddeles.
- Trænerne møder i god tid og er velforberejede (der findes en ansvarlig træner for hver træning, og denne lægger en plan for den enkelte træning)
- Trænerne er engagerede, og sørger for en god tone og et rart og trygt miljø
- Ungdomstrænerteamet orienterer og hører bestyrelsen om beslutninger, der skal træffes omkring økonomi, ture etc.
- At en fra ungdomstrænerteamet, så vidt det er muligt, deltager i bestyrelsesmøderne

*Hvad kan trænerne forvente af Assens Roklubs bestyrelse?*

- Mulighed for at uddanne og opkvalificere sig
- Positivt syn på nødvendigt og nyt materiel (indenfor klubbens økonomiske formåen)
- Grønt lys til velplanlagte ungdomslangture og øvrige initiativer
- Økonomisk bistand til regattaer og ture
- Arbejder for løbende at hverve nye trænere i samarbejde med ungdomstrænerteamet