



Policy avseende träningsgrupper och tränare

Innehållsförteckning

Policy avseende träningsgrupper och tränare	1
Inledning.....	2
Träningsgrupper	2
Gruppindelning.....	2
Tillsättning av tränare i respektive grupp.....	3
Tränare utan egna barn	3
Antal tränare per grupp	4
Kunskapsnivå hos tränare.....	4
Tränare	4
Rollbeskrivning huvudtränare och tränare	4
Om tränare vill avsäga sig uppdraget	5
Missnöje med tränare	5
Ersättning tränare	5



Inledning

Träningsverksamheten utgör grunden i Sundsvalls slalomklubbs (SSLK) verksamhet och vi följer de nationella riktlinjer som Svenska Skidförbundet (SSF) står bakom. SSLKs röda tråd avseende träningsverksamheten samt SSLKs övningsbank med träningsövningar återfinns i separata dokument. Detta dokument fokuserar därför på processen och rutinerna kring tillsättning av tränare, gruppindelning samt riktlinjer kring ersättning till tränare.

Sundsvalls slalomklubb har som princip och av tradition rekryterat tränare till träningsgrupperna från respektive grupps föräldraled. Det är oftast föräldrar med egen alpin bakgrund som åtagit sig tränarroller men det förekommer även att föräldrar engagerar sig som tränare/tränare utan någon egen alpin karriär bakom sig. Ibland rekryteras icke föräldrar till träningsgrupperna. De som åtagit sig tränarroller har normalt inte fått någon typ av ersättning eller förmån för det arbetet. Träningskommittén erbjuder varje år ett antal tränare utbildning via Svenska skidförbundets kurser.

Träningskommittén ser att det finns ett behov av att tydliggöra och dokumentera processen och rutinerna kring tillsättning av tränare i den dagliga träningen, gruppindelningen samt att ta fram riktlinjer kring ersättning till tränare.

Träningsgrupper

Gruppindelning

Huvudprincipen är att åkarna delas in i grupper utifrån sin ålder och den kategori de tillhör. Den yngsta träningsgruppen är U8 som består av barn i åldern 8 år och yngre. Ett krav för att delta i träning är att man kan åka liften själv och åka ner för hela backen själv.

Vid sidan av alpin träning organiserar även klubben skidskola som är den naturliga vägen in i träningsverksamheten.

Om antalet åkare i en åldersgrupp är få bör man överväga ett samarbete med annan lämplig grupp.

Säsong 2013-2014				
Kategori	Födelseår	SSLK:s beteckning	Ålder	Tränarutbildning
Veteraner				
Senior 21-	-1992	Senior	21-	Steg 2 + fortbildning
U21 Äldre junior	1993-1995	Junior	19-21	Steg 2 + fortbildning



U18 Yngre junior	1996-1997	Junior	17-18	Steg 2 + fortbildning
U16 Ungdom	1998-1999	U16	15-16	Steg 2 + fortbildning
U14 Ungdom	2000-2001	U14	13-14	Steg 2
U12 Ungdom	2002-2003	U12	11-12	Steg 2
U10 Ungdom	2004-2005	U10	9-10	Steg 1
U8 Ungdom	2006-	U8	-8	Steg 1
		Skidskola		SSLK internutbildning

Eventuella förändringar av gruppkonstellationer framställs till respektive huvudtränare för berörda grupper som i sin tur lyfter frågan till träningskommittén för beslut.

Tillsättning av tränare i respektive grupp

Träningskommittén bär huvudansvaret och är beslutsfattande för att det finns en huvudtränare och tränare för samtliga grupper. Det är dock ett delat ansvar mellan träningskommittén, gruppens huvudtränare och gruppens föräldrar att se till att det finns tillräckligt med tränare.

Om man inte hittar lämpliga tränare eller huvudtränare får träningskommittén tillsätta en arbetsgrupp för att lösa tränarfrågan.

Arbetet med grupp- och tränarkonstellation inför nästa säsong bör påbörjas redan i januari. Vid träningskommitténs sista möten för säsongen ska tränartillsättningarna inför nästkommande säsong behandlas och beslutas. Inför detta möte ska respektive huvudtränare ha genomfört en utvärdering av gruppens träningsverksamhet. Utvärderingen genomförs i form av en enkät framtagen av träningskommittén.

För beslut som fattas av träningskommittén om tillsättning av tränare krävs att minst hälften av träningskommitténs medlemmar bifaller förslaget. Efter beslut om tillsättning fattats får huvudtränaren i uppdrag att informera gruppens åkare/föräldrar/tränare om tillsättningen. Information ska ges inom ett dygn efter att beslutet fattats.

Tränare utan egna barn

Tränare som inte är förälder till någon åkare i gruppen kallar vi här för tränare utan egna barn.

Det är tillåtet att anlita en tränare som inte är förälder till någon åkare i gruppen såväl vid enstaka träningsstillfällen som vid en permanent lösning. Tränare utan egna barn kan



tillsättas som huvudtränare eller tränare. För att vara huvudtränare krävs dock medlemskap i Sundsvalls slalomklubb.

Förslaget om permanent tillsättning av tränare utan egna barn (huvuddelen av säsongen) ska bifallas av minst $\frac{3}{4}$ av föräldragruppen. Det slutliga beslutet om tillsättning av tränare utan egna barn fattas av träningskommittén.

I en grupp med en tränare utan egna barn som kräver ersättning, måste hela föräldragruppen bifalla framställan.

Antal tränare per grupp

Varje grupp ska ha en huvudtränare. Antalet tränare per grupp bör vara relaterat till antalet åkare i gruppen. Riktlinjen bör vara ca 5 st åkare per tränare. Antalet tränare måste dock vara så stort att träningsverksamheten fungerar över säsongen. I synnerhet kan behovet i gruppen U8 vara större beroende på antalet åkare och skidvana. Om det behövs ytterligare resurser till träningen så kallas dessa för hjälptränare.

Kunskapsnivå hos tränare

Alla tränare bör ha genomgått Svenska Skidförbundets utbildning eller motsvarande som är en del av grunden i vår träningsverksamhet.

Kunskapsnivån ska vara differentierad beroende på åldersklass, se föregående tabell.

För U16 och äldre så är det fördel att ha kunskap inom fartdisciplinerna (DH, SG). Från och med U12 är det en fördel om det går att tillföra erfarenheter av alpin tävlingsverksamhet om den inte finns att tillgå inom gruppens tränare.

Tränare

Rollbeskrivning huvudtränare och tränare

I huvudtränarens roll ingår att:

- vara övergripande ansvarig för planering, samordning och genomförande av säsongens tränings- och tävlingsverksamhet för gruppen
- representera gruppen i träningskommittén
- leda och fördela arbetet mellan tränarna och administratören
- stötta och hjälpa de övriga tränarna
- genomföra åkaranalys och ge feedback till åkarna tillsammans med övriga tränare

I tränarens roll ingår att:

- under samordning av huvudtränaren planera och leda träningen för gruppens tränings- och tävlingstillfällen, med den övergripande planeringen som ram och underlag. Målet är att en röd tråd ska hålla ihop verksamheten för gruppen vid träning och tävling.
- samordna tränings- och tävlingstillfällen med de övriga tränarna



- genomföra åkaranalyser och ge feedback till åkarna tillsammans med huvudtränaren stötta och hjälpa de övriga tränarna

Om tränare vill avsäga sig uppdraget

Om en huvudtränare på egen begäran vill avsäga sig uppdraget går man tillväga på följande sätt:

1. Huvudtränaren informerar de övriga tränarna i gruppen
2. Huvudtränaren informerar åkare och föräldrar
3. Huvudtränaren informerar träningskommittén

Om en tränare på egen begäran vill avsäga sig uppdraget så går man tillväga på följande sätt:

1. Tränaren informerar huvudtränaren
2. Huvudtränaren informerar övriga tränare, åkare och föräldrar
3. Huvudtränaren informerar träningskommittén

All information om att tränare avsagt sig uppdraget bör ske inom ett dygn. Därefter startar arbetet med tillsättning av ny tränare enligt ovan.

Missnöje med tränare

Om det uppstår ett missnöje med en tränare ska den som känner missnöje diskutera frågan med huvudtränaren och den eventuellt berörda tränaren. Kvarstår missnöjet kan den som känner missnöje lyfta frågan till träningskommitténs ordförande. Frågan kommer därefter tas upp för diskussion och utredning i träningskommittén.

Om en tränare inte följer klubbens riktlinjer eller vid flera tillfällen uppträder olämpligt kan styrelsen fatta beslut om avsättning. Efter att beslut om avsättning fattats får träningskommitténs ordförande i uppdrag att informera gruppens åkare/föräldrar/tränare om avsättningen. Information ska ges inom ett dygn efter att beslutet fattats.

Ersättning tränare

Majoriteten av tränarna i klubben jobbar utan ekonomisk ersättning. Som regel är man tränare därför att det egna barnet är åkare. För att ungdomarna ska få bästa möjliga träning ska tränarna ägna så stor del av sin tid som möjligt åt att planera och genomföra träning.

SSLK utger reseersättning till tränare utan eget barn med upp till 1350 SEK/säsong. SSLK står också för liftkortskostnaderna gentemot SSAB för tränare utan eget barn. En förutsättning för ovan nämnda är att tränaren är medlem i klubben.