



Beste speler
Beste ouders

U10 - 2021/2022

Eindelijk is het weer zover! Eindelijk kunnen we terug het voetbalveld op om te trainen en wedstrijden te spelen. Om alles vlot te laten verlopen, hebben de trainers enkele richtlijnen en informatie samengebundeld.

Wanneer starten de trainingen en hoelaat trainen we?

De trainingen starten op **maandag 16 augustus 2021** (maar dat wisten jullie al).

We trainen elke **maandag en woensdag van 18u00 tot 19u30**.

Waar trainen we?

Afwisselend trainen we op het kunstgras (A-veld) en het gewone grasveld (B-veld).

Wanneer ben ik zeker aanwezig op de training?

Voorlopig worden de **kleedkamers nog niet gebruikt**. Dit wil zeggen dat we onze voetbalkledij thuis aantrekken en we op het veld verzamelen. Ten laatste 5 minuten voor aanvang van de training (dus **17u55**) is iedereen aanwezig.

Lukt het niet om tijdig aanwezig te zijn, laat het de trainers weten via Whatsapp of sms. Zo kunnen de trainers hiermee rekening houden en hoeven ze zich geen zorgen te maken.

Het is belangrijk dat we alle preventieve corona-regels volgen die door de club worden opgelegd. Hierdoor zorgen we er samen voor dat onze spelers veilig kunnen voetballen.

Wanneer eindigt de training?

Om **19u30** eindigt de training. Spelers blijven op het veld bij hun trainer en wachten daar tot één van de ouders hen komt oppikken.

Welke afspraken maken we?

Elke speler komt "**goeiedag**" zeggen tegen de trainer en delegue. Naast beleefdheid, kunnen trainers hierdoor ook de aanwezigheden noteren.

Alle **aan- en afwezigheden worden bijgehouden** door de trainers.

Elke speler voorziet steeds **een eigen drinkbus (met naam erop)**, uiteraard gevuld met **voldoende water**. We merken op dat spelertjes soms te weinig water bij zich hebben of gewoonweg vergeten. Omdat de speler zweet (is toch de bedoeling) tijdens de training en de wedstrijd, is het uiterst belangrijk om de vochtbalans op peil te houden. Door te weinig te drinken raakt de speler uitgedroogd en heeft dit een negatieve invloed op de prestaties op het veld.

Voeding voor de training of voor de wedstrijd is ook een aandachtspunt. Neem bij voorkeur een maaltijd met trage suikers en weinig vezels (witte pasta-rijst-brood), eventueel gekookte groenten (eerder dan rauwe) en niet te veel vet, vlees of kaas.

Bij regenweer draagt de speler steeds **een regenjas**. Kijk zeker eens op buienradar.be en controleer of er neerslag wordt verwacht.

Wanneer de speler na de training of wedstrijd de club verlaat, brengt hij de trainer en delegue steeds op de hoogte van het vertrek. De ouders kunnen de trainer na de training opbellen wanneer je kind door omstandigheden iets later kan opgehaald worden (vb. "je staat voor de brug").

Speler dragen steeds de voorziene **uitgangstenu** bij thuis- en uitwedstrijden.

Zorg ervoor dat de speler zelf de **voetbalzak** maakt. Het klaarmaken van de voetbalzak is een deel van de voorbereiding op de training of wedstrijd.

Iedere speler volgt bij ons een voetbalopleiding waarbij de speler wordt **gecoacht door de trainers**. Trainers die tijdens de week met veel passie en plezier training geven en werken volgens de missie en visie van onze club.

Probeer als **ouder** aan de kant te staan **als supporter** en doe dit op een **positieve manier**. Neem de rol van de trainers/coaches niet over, want dit brengt onze spelers alleen maar in de war.

Je mag uiteraard als ouder na de wedstrijd **positieve feedback** geven aan je kind. Dit is een stimulans om te groeien.

Wij, als trainers, zullen onmiddellijk na de wedstrijd steeds met de groep polsen naar de positieve elementen van de match. We stellen steeds **2 reflectievragen**: “Wat vond je vandaag positief aan jezelf?” en “Waar wil volgende training aan werken?”.

Wanneer worden de wedstrijden gespeeld?

Op dit ogenblik (augustus 2021) zijn de ploegen nog niet verdeeld. We zullen daarom de eerste weken in 1 groep trainen. We zijn trouwens nog op zoek naar een derde trainer!

Voor de **thuiswedstrijden** start de ene ploeg (A) om **9u00**, de andere (B) speelt thuiswedstrijden steeds om **10u30**.

Wanneer we op verplaatsing voetballen, verzamelen we steeds **een uur voor het aanvangsuur** en dit **ter plaatse**. Laat ons vooraf iets weten wanneer dit niet lukt. Er zijn beslist ouders (of trainers) die je kind op Sporting Tissett kunnen oppikken.

Wanneer word ik verwittigd voor een wedstrijd?

De selectie voor de competitie- en vriendenwedstrijden worden steeds donderdag **per mail** doorgestuurd.

Selectieregels: 2x getraind = selecteerbaar
 1x getraind = selecteerbaar maar mogelijkheid tot niet-selectie

Omdat we 8 tegen 8 spelen, zullen de trainers **maximum 10 spelers** selecteren voor een wedstrijd. Dit zorgt ervoor dat elke speler minimum 60% van de wedstrijd kan voetballen. Tegelijkertijd wil dit zeggen dat er mogelijk met een beurtrol zal gewerkt worden.

We werken met 2 verschillende **Doodles**:

- 1 voor aanwezigheden trainingen. Belangrijk om onze trainingen voor te bereiden. Hou deze up to date! Enkel de voornaam van je zoon/dochter. De naam van je mama of papa niet, aub.
- 1 voor aanwezigheden wedstrijden. Geef tijdig je weekends door waarop je kind zeker niet kan voetballen vb. citytrip, ...

Wie zijn de trainers?

Trainer **Rani** en trainer **Wim** begeleiden ploegje A beiden deeltijds. Dit wil zeggen dat **Rani op maandag** en **Wim op woensdag** deze ploeg zal coachen.

Op zaterdag proberen de twee trainers op de wedstrijd aanwezig te zijn.

Voor het andere ploegje zijn we nog **op zoek naar een trainer** (of twee halftijdse trainers) die op een positieve manier onze spelers kan coachen. Misschien iets voor jou?

Onze Coördinator Middenbouw:

Michaël Gea
0476 315 386
geamich@hotmail.com



Rani Van Hamme
0476 859 273
ranivanhamme@outlook.com



Wim Van Steenwinkel
0472 319 193
wim.vansteenwinkel@telenet.be



Jij misschien?

