

Top tien afspraken voor teams EKSPLSION '71

1. Heb plezier in wat je doet; plezier trekt aan, verbindt, geeft energie en betekenis aan wat we doen, met en voor elkaar.
2. Toon respect voor iedereen om je heen; trainer, teamgenoten, tegenstander, scheidsrechter en toeschouwers.
3. Zorg samen voor een open cultuur; kaart problemen aan en maak ze bespreekbaar.
4. Draag te allen tijde een correcte sportuitrusting; sportschoenen, -sokken en –kleding, sieraden af.
5. Ga verantwoord om met de accommodatie en het materiaal.
6. Bij een training is iedereen tien minuten voor aanvang omgekleed in de zaal aanwezig.
7. Bij verhindering wordt tijdig en met een geldige reden telefonisch afgemeld.
8. Toon een actieve en betrokken houding tijdens trainingen en wedstrijden; dit betekent dat je luistert naar de trainer en je teamgenoten aanmoedigt als je even op de bank zit.
9. Telefoons/i-pods en dergelijke zijn niet zichtbaar in de sporthal aanwezig.
10. Na een training of wedstrijd is het wenselijk dat er wordt gedoucht; het kleedlokaal wordt binnen 20 minuten na de training of wedstrijd verlaten.

Top tien gouden tips voor trainers EKSPLSION '71

1. Geef zelf het goede voorbeeld en draag zorg voor het correct uitdragen van de goede naam van handbalvereniging EKSPLSION '71.
2. Kom gemaakte afspraken richting vereniging en team na en durf anderen op deze afspraken aan te spreken.
3. Positief coachen; wie via sport de kracht van positiviteit leert kennen, neemt dat de rest van zijn leven mee.
4. Draag de verantwoordelijkheid voor het team, de accommodatie en het materiaal.
5. Toon interesse en betrokkenheid naar je spelers; vraag ook eens hoe het op school gaat.
6. Zorg voor een goede communicatie onderling en richting ouders; organiseer ook minimaal één ouderavond per seizoen.
7. Straal tijdens trainingen en wedstrijden plezier en een actieve, sportieve en motiverende houding uit.
8. Wees tijdig aanwezig en vertrek pas als de laatsten uit het kleedlokaal zijn.
9. Bereid de trainingen altijd voor.
10. Ondersteun collega-trainers; help ook eens een andere trainer uit waar nodig.