



Frederiksberg Boldklub

Jens Jessens vej 24 2000 Frederiksberg Tlf. 38740019 www.frederiksberg-boldklub.dk

Velkommen til Frederiksberg Boldklub (FB)

Den GUL-SORTE Bibel

Holdningshæfte i FBs ungdomsafdeling

Udarbejdet medio 2006 – revideret medio maj 2007, medio juni 2008 og ultimo maj 2009

Det er hermed en stor fornøjelse at præsentere Frederiksberg Boldklubs holdninger og visioner for ungdomsafdelingen. Konceptet er udarbejdet i første halvår af 2006 og er både gennemanalyseret og bearbejdet på bedste vis og taget i brug medio 2006 – med fuld bevidstgørelse overfor alle ungdomsafdelingens ansatte.

Holdninger & visioner er nøje afregnet både for alle trænere og ledere samt klubbens mange spillere, der er fordelt i tre kategorier, nemlig børnefodbolden, ungdomssektoren og pigefodbolden.

Frederiksberg Boldklub, i forkortelse "FB", blev stiftet i 1912 og huser i 2009 ca. 720 medlemmer i ungdomsafdelingen, med en slutmålsætning på 750-800 medlemmer i fremtiden. Når dette mål er opnået vil der være minimal plads på banerne til flere hold.

FB hører hjemme på Jens Jessens Vej 24, hvor klubhuset stod færdigt i slutningen af 1995. Klubben tæller i 2009 mere end 1100 medlemmer og er en af DKs største fodboldklubber.

Af de største navne i FBs historie kan nævnes Preben Elkjær der fra 1963 til 1973 slog sig løs på klubbens forskellige hold og kom oven i købet tilbage efter et kort ophold i KB, inden han drog udenlands og resten kender vi jo...

Preben Elkjær har rent faktisk også fungeret som træner i klubben, så der er noget at leve op til. Et andet stort navn er den tidligere landsholdsangriber Kenneth Brylle, der bl.a. opnåede en flot karriere i Holland og Belgien.

FB var i slut-60'erne med i den daværende 3. division.

FB er en udpræget breddeklub der "lever" af de mange medlemmer, som holdes til ilden på banerne bagved klubhuset.

Klubbens hjemmeside finder du på www.frederiksberg-boldklub.dk



Indholdsfortegnelse:

Side 1:	Roller og forpligtelser – træner og leder
Side 3:	Roller og forpligtelser – ungdomsformanden og social koordinator
Side 4:	Roller og forpligtelser – ungdomskonsulent og afdelingslederen
Side 5:	Børneafdelingen – målsætninger
Side 6:	Børneafdelingen – grundholdninger, resultatfokusering, tryghed og positivitet
Side 7:	Børneafdelingen – leg, glæde og fællesskab
Side 8:	Børneafdelingen – forældre og Fair Play
Side 9:	Børneafdelingen – principper
Side 10:	Børneafdelingen – niveau og integration af nye spillere
Side 11:	Ungdomssektoren – målsætninger
Side 12:	Ungdomssektoren – grundholdninger, resultatfokusering, tryghed og positivitet
Side 13:	Ungdomssektoren – teknik, glæde, fællesskab, forældre, Fair Play
Side 14:	Ungdomssektoren – principper og niveau
Side 15:	Pigefodbolden – målsætninger
Side 16:	Pigefodbolden – grundholdninger, resultatfokusering og tryghed
Side 17:	Pigefodbolden – positivitet, leg, glæde og fællesskab
Side 18:	Pigefodbolden – forældre og Fair Play
Side 19:	Pigefodbolden – principper
Side 20:	Pigefodbolden – niveau og integration af nye spillere
Side 21:	De 10 trænerbud
Side 22:	Hvem-Hvad-Hvornår



Roller og forpligtelser:

Roller og forpligtelser er noget som til hver en tid er gældende for trænere og ledere i FB. For samtlige af klubbens trænere og ledere følger hermed en manual som samtidig fungerer som en klar målsætning for fremtiden i boldklubben.

Trænere og holdledere skal:

- ✓ træne og lede det af klubben tildelte hold på bedste vis ud fra klubbens holdninger & visioner, herunder udvikle de enkelte spillere
- ✓ være bekendt med og evne at udbrede FBs holdninger & visioner (værdigrundlag)
- ✓ påtage sig det fuldgyldige ansvar for at holdets spillere anvender klubhuset og dets muligheder under organiserede former
- ✓ sørge for at iføre sig den af klubben udleverede beklædning (hvis dette er tilfældet)
- ✓ sørge for (hvis ikke klubben udleverer beklædning) at iføre sig korrekt beklædning på træningsbanen. Hverdagstøj som jeans og skjorte hører sig IKKE til på træningsbanen, mens det kan gå an til kampafvikling
- ✓ sørge for uddeling af indmeldelsesblanketter til nye spillere (kun Ungdomssektoren)
- ✓ sørge for uddeling af information / velkomstbrev fra klubben
- ✓ sikre sig minimum to gange årligt, via ungdomskonsulenten, at alle spillere på deres respektive hold, rent faktisk er meldt ind og betaler kontingent
- ✓ deltage i de møder / arrangementer som klubben indkalder til
- ✓ sørge for at indmelde sig som passivt medlem af klubben, så man har stemmeret ved generalforsamlingerne
- ✓ indlevere holdkort samt indtelefonere kampens resultat i de rækker det påkræves
- ✓ sørge for kamp og stævneindkaldelser samt formidle eventuelle aflysninger eller ændringer ved træning og kamp
- ✓ sørge for at yde omsorg overfor de af klubben udleverede rekvisitter, såsom bolde, toppe, veste osv.
- ✓ sørge for at føre kontrol med om spillerne møder til træning og kamp, både til tiden og i det hele taget. Allerede fra når de starter på at spille fodbold – Dette vil medføre en skoling som vil gavne dem senere i livet og i klubben
- ✓ finde passende modstandere til træningskampe (kun ungdomssektoren) i opstartsfasen
- ✓ rapportere til ungdomskonsulenten, hvis man har oplevet en spiller fra eget hold opføre sig "ukorrekt" i forbindelse med kamp eller træning
- ✓ rapportere til ungdomskonsulenten, hvis man har overtrådt nogle af klubbens holdninger og visioner. Hvis man ikke fortæller sandheden så risikerer man en ekskludering fra klubben – da ærlighed hele vejen rundt er vejen frem i klubben
- ✓ regelmæssig (minimum to gange pr. halvseson) tilsende opdaterede trupper med navne og data til ungdomskonsulenten
- ✓ være åben for videreuddannelse



- ✓ optræde sikkert, myndigt og være imødekommende overfor spillere og klubbens ledelse
- ✓ sørge for at oprette "klubånd" på sit eget hold og også være medvirkende til at oprette/vedligeholde "klubånden" på klubplan
- ✓ sørge for sociale tiltag i fællesskab med den sociale koordinator
- ✓ sørge for fælles omklædning og badning fra når man træder ind i ungdomssektoren
- ✓ fungere som forbillede for spillerne
- ✓ opføre sig sportsligt korrekt overfor dommere, modstandere og kollegaer
- ✓ bevidstgøre spillerne om de samme principper som nævnt ovenfor
- ✓ bruge forældrene på de respektive hold i en stor udstrækning
- ✓ gerne oprette en intern mailingliste til forældre på sit respektive hold, såfremt man bruger mailsystemet – alternativt oprettet en SMS-liste til samme formål som ovenfor
- ✓ rapportere til ungdomskonsulenten eller ungdomsformanden i tilfælde af tiltagende utilfredshed fra en forældregruppe
- ✓ sørge for at overholde klubbens rygepolitik
- ✓ sørge for at overholde klubbens alkoholpolitik
- ✓ respektere klubbens øvrige trænere for måden de træner deres hold på
- ✓ respektere klubbens øvrige ledere for måden de arbejder på
- ✓ udvise sin eventuelle utilfredshed internt til klubbens ledelse
- ✓ underskrive den af klubben udarbejdede træneraftale
- ✓ underskrive den af Folketinget udarbejdede børnepædofiliattest
- ✓ sørge for at sætte eventuelt fjernede mål tilbage på plads efter brug
- ✓ sørge for at udvise ansvarlighed overfor de af klubben udleverede nøgler

Samtlige trænere og ledere skal kunne sætte et flueben ud for ovenstående punkter, ellers bør man groft sagt ikke være træner eller leder i Frederiksberg Boldklub. (undtagelser forefindes naturligvis)



Ungdomsformanden skal:

- være opmærksom på at hvert hold i ungdomsafdelingen er lige vigtigt
- sørge for at uddele relevant info om klubben til ungdomsafdelingens ansatte
- sørge for kampplanlægning inklusiv formidling til trænere og ledere
- deltage i afdelingsmøder med trænere og ledere, såfremt det er muligt
- sørge for sponsorleje sammen med bestyrelsen
- sørge for udarbejdelse/redigering af træneraftale
- sørge for trænerpåsætning sammen med ungdomskonsulenten
- forhandle "godtgørelse" med nye trænere sammen med ungdomskonsulenten
- forhandle træneraftaler på plads sammen med ungdomskonsulenten
- genforhandle træneraftaler sammen med ungdomskonsulenten
- sørge for at træneraftaler bliver underskrevet
- sørge for at børnepædagogattester bliver underskrevet og viderebragt
- stå for kontakten til KBU
- stå for kontakten til FIU
- stå for kontakten til Frederiksberg Kommune
- administrere de udarbejdede budgetter og regnskaber for ungdomsafdelingen
- fungere som ungdomsafdelingens repræsentant i bestyrelsen
- være ungdomskonsulenten behjælpelig

Social koordinatoren skal:

- Have kontakt med trænere, ledere og eventuelle forældrerepræsentanter på hold i ungdomsafdelingen
- Udarbejde og vedligeholde et "socialt kursuskatalog" (fx biografture, stævner og udlands ture osv.) hvori samtlige hold kan finde inspiration til minimum ét socialt arrangement pr. hold pr. sæson
- På opfordring, medvirke på afdelingsmøder
- Være koordinator på en årlig udendørs event, fx fastelavnsfest eller sommerafslutningsfest
- Være koordinator på den årlige juleafslutning
- Være koordinator på to årlige fælles ture i ungdomsafdelingen. En i ungdomssektoren/pigeafdelingen – samt en i børneafdelingen
- Være koordinator på et årligt fælles socialt arrangement for piger og drenge i ungdomssektoren og pigeafdelingen (fra U11 og op)



Ungdomskonsulenten skal:

- skal være opmærksom på at hvert hold i ungdomsafdelingen er lige vigtigt
- sørge for at uddele relevant info om klubben til ungdomsafdelingens ansatte
- oplyse trænere og ledere om eventuelle restancer hos deres spillere
- gøre spillere og deres forældre opmærksom på eventuelle restancer
- sørge for tilmeldinger af de enkelte hold til stævner og turneringer
- sørge for bane – og hal påsætning
- sørge for kampplanlægning inklusiv formidling til trænere og ledere
- sørge for påsætning af dommere til klubbens hold i døm-selv rækker
- sørge for at uddele relevant materiale fra KBU og DBU
- deltage i afdelingsmøder med trænere og ledere, samt indkalde hertil
- sørge for trænerpåsætning sammen med ungdomsformanden
- forhandle "godtgørelse" med nye trænere sammen med ungdomsformanden
- forhandle træneraftaler på plads sammen med ungdomsformanden
- genforhandle træneraftaler sammen med ungdomsformanden
- sørge for uddannelse via uddannelsesbudgettet, til klubbens trænere og ledere
- sørge for materialer / rekvisitter via materialebudgettet, til klubbens trænere og ledere
- føre samtaler med klubbens ledere og trænere minimum to gange årligt
- sørge for at rådgive, støtte og vejlede klubbens trænere og ledere
- fungere som sparringspartner for klubbens trænere og ledere
- supervisere trænere og ledere der ytrer ønske om det eller har behov for det
- sørge for at holdninger & visioner bliver udbredt hos trænere og ledere
- sørge for at bistå klubbens trænere og ledere i forskellige processer
- motivere klubbens trænere og ledere
- sørge for formidling af velkomstbreve til nye spillere
- sørge for velkomstbreve til nye trænere
- sørge for at vejlede klubbens afdelingsledere
- overvære kampe, som det er muligt
- evaluere sæsoner med de enkelte trænere og ledere
- sørge for tavleopdatering
- opdatere startpakken for trænere og ledere
- indkalde til og sørge for, afvikling af inspirationskurser minimum en gang pr. halvsæson, for klubbens trænere og ledere
- være ungdomsformanden behjælpelig
- sørge for en konstant opdateret hjemmeside

Afdelingslederen skal:

- administrere ventelisten i den respektive afdeling
- besvare henvendelser vedrørende ventelisten
- rapportere til klubbens sportslige koordinator samt klubbens ungdomsformand
- være klubben behjælpelig ved arrangementer og lignende
- deltage i afdelingsmøder med klubbens trænere og ledere



I Frederiksberg Boldklub (FB) deles ungdomsafdelingens hold op i 3 kategorier; børnefodbold, ungdomssektoren samt pigefodbold.

FB har medio 2006 udfærdiget følgende struktur for de tre afdelinger:
(alle tre afdelinger læner sig i grundprincipper op af hinanden)
Ændringer foretaget medio maj 2007, medio juni 2008 og ultimo maj 2009

Børnefodbold:

Børnefodbolden i FB læner sig kraftigt op af DBUs "Den Nye Vej" Holdninger & Handlinger (udfærdiget i februar 2006)

Børneafdelingen består af disse grupper: (her spiller piger og drenge sammen indtil de fylder 7 år)

- U 6 gruppen (4-6 år)
- U 8 gruppen (6-8)
- U 10 gruppen (8-10 år)

Børneafdelingen skal fungere som fødekæde til holdene i ungdomssektoren.

Målsætning:

Det er FBs overordnede målsætning at være en fodboldklub som er i stand til at tilgodese både en fremtidig elite og ikke mindst bredde, og samtidig tilbyde de bedst mulige forhold for ALLE klubbens medlemmer indenfor de eksisterende rammer.

Børneafdelingens målsætning er at give børnene en god og tryk start på deres fodbold tilværelse, således at det enkelte barn får:

- Udviklet sine fodboldkompetencer svarende til sit engagement, evner og interesser
- Lært at respektere andre børn og samarbejde med andre børn
- Opbygget gode kammeratskaber
- En sund fritidsinteresse, som kan fortsætte gennem ungdommen
- Nogle gode oplevelser

I børneafdelingen skal fokus primært være på glæde for ALLE børn og udvikling af ALLE børn.

Fodbold har alle dage været en konkurrencesport og det vil den blive ved med at være, MEN: i børneafdelingen må det, at vinde dog ALDRIG NOGENSINDE ske på bekostning af det primære mål om at udvikle den enkelte spiller, og sikre at alle børn er glade for at gå til fodbold i FB.

Det er klubbens sportslige koordinator samt ungdomsformandens ansvar, at trænerne får de nødvendige faciliteter, den nødvendige opbakning og den nødvendige uddannelse til at varetage deres funktion som træner for børnene.



Grundholdninger:

For at sikre en "gul-sort tråd" i det arbejde der bliver udført på de enkelte hold, er der defineret en række principper, som SKAL følges af alle ansatte i børneafdelingen i FB. Der kan selvfølgelig opstå situationer hvor principperne skal bøjes, men dette skal være mere undtagelse end reglen.

Disse principper er lavet for at støtte trænerne i forskellige situationer, sikre at ALLE børneafdelingens trænere arbejder ud fra de samme grundholdninger, samt sikre at børnenes forældre kender til klubbens principper. På denne måde ved alle, hvad de kan forvente når man henholdsvis er træner i FB eller har børn som spiller fodbold i FB.

Principperne giver meget store rammer inden for hvilke den enkelte træner kan sætte sit helt eget personlige præg.

Klubbens principper

Resultatfokusering:

Væk med den! – Man må gerne undervejs i kampene spille for at vinde, men fokuseringen på kampens resultat skal fjernes og der skal i stedet rettes øjne i mod hvad der var godt og måske også lidt om hvad der var skidt (ikke det eventuelle nederlag) – dette er i langt højere grad med til at udvikle den enkelte spiller.

Tryghed:

Det er vigtigt at den enkelte træner i børneafdelingen formår at skabe en atmosfære og stemning på sit hold, så ALLE spillere føler sig trygge og respekteret. Tryghed er grundlæggende det vigtigste hvis et barn skal fungere optimalt blandt andre børn. Derudover udvikler børn sig bedst i trygge rammer.

Positivitet:

Det er ungdomsafdelingens klare holdning at glæden og indlæringen hos børn er størst ved at anvende et princip om at være positiv. Dvs. børnene skal roses og opmuntres, IKKE kritiseres og irettesættes negativt. Dette gælder både til træning og i kamp, og det gælder for ALLE med tilknytning til holdet.



Leg:

Træning af børn i denne aldersgruppe (4-10 år) SKAL være baseret på leg. Børn i børneafdelingen træner en gang om ugen, mere har de ikke behov for før end de når ungdomssektoren og leg er her et gennemgående tema. Skal denne aldersgruppe deles yderligere op, så er det fra 4-8 år man i allerhøjeste grad skal fokusere på legen, mens man for de 8-10 år, godt kan begynde at tage forskellige andre læringsbaserede øvelser i brug. Fodbold er først og fremmest en leg, en organiseret leg med nogle regler og retningslinier.

Glæde:

Træningen skal tilpasses således at ALLE børn får mange små succesoplevelser, fx ved at kunne "mestre" forskellige øvelser. Succes avler jo succes og vil pr. automatik give den enkelte spiller både glæde, selvtillid og motivation til at udvikle sig.

Fællesskab:

Det er vigtigt at den enkelte spiller føler et fællesskab med de øvrige spillere på holdet. Dette uanset om holdet vinder eller taber i kamp eller til træning under spil til to mål. – Trænere, ledere og forældre skal ALLE bidrage til at dette fællesskab opbygges og bliver solidt. Dette kan ofte med fordel gøres ved at involvere forældregruppen, som fx kan stå for forskellige aktiviteter udenfor fodboldbanen. Når en ny spiller fra ventelisten, ankommer til et hold, så er det ikke kun trænerens ansvar at sørge for at integrere den nye spiller, dette er i lige så høj grad både holdets spillere samt deres forældres opgave.



Forældre:

Børneafdelingens hold er IKKE en institution, hvor forældrene kan aflevere deres børn og hente dem igen når fodboldtræningen er færdig. Denne holdning er trænerens ansvar at formidle ud til forældrene på de enkelte hold.

Børneafdelingens hold har brug for forældrene. Forældrene skal være med omkring holdet (de står alligevel på sidelinien), fx ved øvelser, tlf. / mailinglister, samt arrangementer. Derudover skal forældrene være til stede så de er i stand til at tage sig af deres børn hvis de kommer til skade, så træneren ikke er nødt til at stoppe træningen. I U 9 og U 10-gruppen (8-10 år) kan det bedre accepteres at forældre ikke er til stede under træning og kamp, end det kan i U6 og U 8 grupperne, hvor det er strengt nødvendigt at der i det mindste er en "støtteforældre" tilstede som barnet kan henvende sig til.

Forældrene skal ved både træning og kamp tilstræbe sig på at efterleve de 10 forældrebud, som DBU har opsat og som FB bakker fuldt ud op omkring:

- mød op til træning og kamp – dit barn ønsker det
- giv opmuntring til ALLE spillere under kampene, ikke bare til eget barn
- giv opmuntring i både med – og modgang – positiv og vejledende kritik
- respekter trænerens brug af spillere, forsøg ej at påvirke træneren
- dommeren er vejleder, kritiser aldrig dommerens afgørelser
- giv kun opfordringer til dit barn om at deltage, pres ikke på
- spørg om kampen var spændende, ikke kun om resultatet
- sørg for rigtigt og fornuftigt udstyr, overdriv aldrig
- vis respekt for arbejdet i FB
- tænk på at det er dit barn der spiller fodbold, ikke dig selv

Fair Play:

ALLE spillere i FBs børneafdeling skal lære om Fair play og praktisere det både til træning og til kampe.

ALLE spillere i FBs børneafdeling skal have udleveret folderen fra DBU, "Fair Play – for fodboldspillere og deres forældre".

Fair play er at respektere holdkammerater, modspillere, dommere, trænere, forældre og i det hele taget novicen om at "behandle andre mennesker som man selv vil behandles". Dette betyder også at mobning til ENHVER tid skal undgås. Træneren eller lederen skal sammen med forældrene skride ind over for mobning LIGE MED DET SAMME, hvis dette finder sted.



En bold pr. spiller:

Træning af børn skal i stor udstrækning foregå med 1 bold pr. spiller, eller i hvert fald få spillere sammen om 1 bold, således at den enkelte spiller har så mange berøringer med bolden som overhovedet muligt.

DECIDERET KONDITIONSTRÆNING I BØRNEAFDELINGEN ER BANDLYST!

Fokus i træningen af børn i denne aldersgruppe skal være på teknisk træning, da mange af de øvrige aspekter kan udvikles når spillerne rammer ungdomssektoren. Træning hvor børnene står i kø ved øvelser, taktiske øvelser eller standardsituationer SKAL begrænses til det minimale i børneafdelingen.

Jævnbyrdighed:

Holdene i børneafdelingen der er tilmeldt stævner hos KBU, skal i videst muligt omfang tilmeldes rækker hvor de møder jævnbyrdige hold. Kampe som bliver vundet eller tabt stort, giver hverken glæde eller udvikling af spillerne, dette uanset om man vinder eller taber.

Det er trænerens ansvar på det enkelte hold at opdele to hold som jævnbyrdige ved spil til to mål, og filosofien må MEGET gerne ende op til uafgjort når spil til to mål afsluttes.

HAK-princippet:

ALLE holdene i børneafdelingen skal anvende HAK-princippet i kamp (Halvdelen-Af-Kampen) – hvilket betyder at ALLE spillere som er tilsagt til kamp, er på banen i minimum halvdelen af tiden. Hverken forældre eller spillerne selv kan være tjent med at spille under halvdelen af kampen.

I FBs børneafdeling opereres med 12 spillere i trupperne på de enkelte hold, så derfor kan man komme ud for at nogle spillere må sidde over i en kamp-runde. Det må ALDRIG være de samme spillere der sidder over, det skal indsættes i system så alle sidder lige meget over. Undtagelser kan naturligvis gøres hvis flere spillere gentagne gange ikke møder op til træningen – men pas på med at "straffe barnet" – tal med forældrene.

Dette princip skal sikre at ALLE børn føler sig ligeværdige og som en del af holdet.

Alsidighed:

Træneren på det enkelte hold SKAL tilstræbe at den enkelte spiller over en længere periode lærer at spille flere forskellige pladser på sit hold. En specialisering på en enkelt plads i så tidlig en alder, vil bremse den enkelte spillers mulighed for at udvikle sig og ikke mindst udvikle fodboldfærdigheder. Dog kan det bedst betale sig at begynde i 9-10 års alderen med at tildele faste basispladser til børnene, så de ved hvor de hører hjemme.



Niveau:

I børneafdelingen i FB opereres ikke med niveau-inddeling. Fra man er 4 til man er 10 år, kan man som spiller forvente at spille på det samme hold med de samme holdkammerater. Først når man overgår til ungdomssektoren i FB (U 11) skal man forvente en niveau-opdeling.

Der tages i større grad hensyn til kammeratskaber på holdene, og ikke så meget på den enkeltes spillers engagement mht. fodbolden.

Der skal være plads til ALLE på et hold i børneafdelingen i FB.

For at undgå en profilering omkring bestemte niveauer, er proceduren i FB den at ALLE hold i børneafdelingen får tildelt en farve, frem for et tal. – Dvs. det først opstartede hold får farven gul. Det 2. opstartede hold får farven sort. Tredje opstartede hold får farven rød. Det fjerde opstartede hold tildeles farven hvid. Femte opstartede hold får en blå farve. Det sjette opstartede hold tildeles farven orange, mens syvende og sidst startede hold får farven grøn.

Nye spillere i klubben:

Der opereres med en central venteliste for nye spillere i klubbens børneafdeling. Indlemmelse af nye spillere sker løbende. Ved indplacering af nye spillere, kontakter klubbens ventelistedadministration pr. SMS den opskrevne spillers forældre – når de har takket ja til den ledige plads på et hold, udsendes e-mail med informationer og oplysninger på holdet og træner(e) sammen med en indmeldelsesblanket. Herefter skal klubben modtage blanketten inden barnet starter. Træner(e) adviseres naturligvis om den nye spiller. Den nye spiller skal starte op på det hold der er plads på, uanset niveau, med mindre det går skævt rent niveaumæssigt. I dette tilfælde må man så finde plads på et hold, der måske passer bedre.

Man kan ikke starte op på et hold i et en bestemt årgang, for herefter, når man har ”foden indenfor” at skifte til et andet hold, blot fordi man har flere kammerater herpå. Man kan tilbyde en genopskrivning på ventelisten til et specifikt hold, samtidig med man fortsætter på det hold man er opstartet på. Står der specifikt andre og venter til et specifikt hold på ventelisten, så skal disse til først, før den spiller der ønsker holdskift.

Har man i forvejen en bror eller søster der spiller i FB, er politikken den at man kommer forrest på ventelisten, som en slags bonus for at familien allerede har et medlem spillende i FB.



Ungdomssektoeren:

Ungdomssektoeren i FB er på mange områder lig med børnefodbolde i FB. Dog er der en del fravigelser rent fodbolde mæssigt pga. aldersændringer.

Ungdomssektoeren består af disse grupper: (kun drenge-spillere)

- U 11, U 12, U 13, U 14, U 15 (10-15 år)
- U 17, U 19 (15-18 år)

U 11 til U 15 skal fungere som fødekæde til U 17 og U 19 holdene.

U 17 og U 19 afdelingen skal fungere som fødekæde til Herreseniorafdelingen.

Målsætning:

Det er FBs overordnede målsætning at være en fodbolde klub som er i stand til at tilgodese både en fremtidig elite samt en fremtidig bredde, og samtidig tilbyde de bedste mulige forhold for ALLE klubbens medlemmer indenfor de eksisterende rammer.

Målsætningen for ungdomssektoeren, er at give spillerne mulighed for fortsat at være trygge ved at gå til fodbolde, således at den enkelte spiller:

- Videreudvikler sine fodbolde kompetencer
- Fortsat får lært at respektere holdkammerater og andre spillere i afdelingen
- Fortsætter en sund fritidsinteresse, så man holder sig væk fra "ballade"
- Fortsætter med at få nogle gode oplevelser
- Selv kan spore sig ind på elite eller bredde fodbolde

Inden for ungdomssektoeren skal fokus være på fortsat glæde for ALLE ved fodbolde og udvikling af ALLE spillere. Derudover skal fokus også rettes i mod om man har "ambitioner" i sit sind eller om man tager til takke med at "hygge" sig med sin fodbolde.

Det er klubbens sportslige koordinator samt ungdomsformandens ansvar, at trænerne får de nødvendige faciliteter, den nødvendige opbakning og den nødvendige uddannelse til at varetage deres funktion som træner indenfor ungdomssektoeren.



Grundholdninger:

For at sikre en "gul-sort tråd" i det arbejde der bliver udført på de enkelte hold, er der defineret en række principper, som SKAL følges af alle ansatte i ungdomssektoren i FB. Der kan selvfølgelig opstå situationer hvor principperne skal bøjes, men dette skal være mere undtagelse end reglen.

Disse principper er lavet for at støtte trænerne i forskellige situationer, sikre at ALLE ungdomssektorens trænere arbejder ud fra de samme grundholdninger, samt sikre at spillernes forældre kender til klubbens principper. På denne måde ved alle, hvad de kan forvente når man henholdsvis er træner i FB eller har en søn som spiller fodbold i FB.

Principperne giver meget store rammer inden for hvilke den enkelte træner kan sætte sit helt eget personlige præg.

Klubbens principper

Resultatfokusering:

I ungdomssektoren kan man tiltagende begynde fokuseringen mere og mere på selve resultatet, men glem aldrig at fodbold ligeså meget handler om udvikling og legen med den lille runde.

Tryghed:

Det er vigtigt at den enkelte træner i ungdomssektoren formår at skabe en atmosfære og stemning på sit hold, så ALLE spillere føler sig trygge og respekteret. Tryghed er grundlæggende det vigtigste hvis en spiller skal fungere optimalt blandt andre spillere. Derudover udvikler spillerne sig bedst i trygge rammer.

Positivitet:

Det er ungdomsafdelingens klare holdning at glæden og indlæringen hos unge spillere er størst ved at anvende et princip om at være positiv. Dvs. børnene skal roses og opmuntres, men samtidig har spillerne efterhånden også opnået en alder hvor det er nødvendigt at kritisere og indimellem også presse på – bare man sørger for at gøre det konstruktivt.



Teknik:

Træning af spillere i denne aldersgruppe (10-18 år) bør være baseret på teknik. Skal denne aldersgruppe deles yderligere op, så er det fra 10-14 år man skal fokusere på teknik, mens man for de 14-18 årige, skal have hovedvægt på den tekniske træning, opbygget fysisk træning samt den taktiske forståelse.

Fodbold er først og fremmest en leg, en organiseret leg med nogle regler og retningslinier – derfor bør man ALDRIG helt glemme legen med bolden.

Glæde:

Træningen skal tilpasses således at ALLE spillere får mange små succesoplevelser, fx ved at kunne "mestre" forskellige øvelser. Succes avler jo succes og vil pr. automatik give den enkelte spiller både glæde, selvtillid og motivation til at udvikle sig.

Fællesskab:

Det er vigtigt at den enkelte spiller føler et fællesskab med de øvrige spillere på holdet. Dette uanset om holdet vinder eller taber i kamp eller til træning under spil til to mål. – Trænere, ledere og til dels forældre skal ALLE bidrage til at dette fællesskab opbygges og bliver solidt. Dette kan ofte med fordel gøres ved at involvere forældregruppen, som fx kan stå for forskellige aktiviteter udenfor fodboldbanen. Når en ny spiller, ankommer til et hold, så er det ikke kun trænerens ansvar at sørge for at integrere den nye spiller, dette er i lige så høj grad både holdets spillere samt til dels forældrenes opgave.

Forældre:

Ungdomssektorens hold har brug for forældrene. Forældrene bør være med omkring holdet, fx ved arrangementer og som opbakning ved specielt kampene.

Fair Play:

ALLE spillere i FBs ungdomssektor skal have lært om Fair play og praktisere det både til træning og til kampe.

Fair play er at respektere holdkammerater, modspillere, dommere, trænere, forældre og i det hele taget novicen om at "behandle andre mennesker som man selv vil behandles". Dette betyder også at mobning til ENHVER tid skal undgås. Træneren eller lederen skal sammen med forældrene skride ind over for mobning LIGE MED DET SAMME, hvis dette finder sted.



Én bold pr. spiller:

Træning af spillerne skal i stor udstrækning foregå med 1 bold pr. spiller, eller i hvert fald få spillere sammen om 1 bold, således at den enkelte spiller har så mange berøringer med bolden som overhovedet muligt.

FYSISK TRÆNING I UNGDOMSSEKTOREN ER TILLADT, MEN SKAL IKKE NØDVENDIGVIS PRAKTISERES HELE ÅRET RUNDT!

Jævnbyrdighed:

Holdene i ungdomssektoren der alle er tilmeldt turneringer hos KBU, skal i videst muligt omfang tilmeldes rækker hvor de møder jævnbyrdige hold. Kampe som bliver vundet eller tabt stort, giver hverken glæde eller udvikling af spillerne, dette uanset om man vinder eller taber.

HAK-princippet:

HAK-princippet (Halvdelen-Af-Kampen) frafalder så småt i ungdomssektorens U 13-U 15 afdelinger, mens det helt forsvinder i U 17 og U 19 afdelingen, da det mere konkurrenceprægede hér gør sit indtog – men det er aldrig en dårlig idé at huske på princippet og gøre et forsøg på at overholde det.

Alsidighed:

Når man når ungdomssektoren, så skulle man gerne have indprintet sig nogenlunde på sin placering på banen og derfor er alsidighed ikke et tema, omvendt gør det bestemt ingenting at man kan spille flere forskellige pladser på banen.

Niveau:

Der opereres med niveau-opdelte hold i ungdomssektoren, dvs. fra U 11 alderen – dette sker ud fra modstander-niveau, spillernes personlige udvikling og de personlige fodboldfærdigheder. Hér leger lige børn som regel bedst og psykisk er man i stand til at acceptere sit eget niveau. Niveau-inddelingen styres suverænt af trænerne i selskab med klubbens Ungdomsudvalg. Hvad forældre, spillere eller andre mener om ens eget barns niveau er irrelevant i denne sammenhæng. Yderligere niveauinddeling sker ved overgangen til 9-mandsfodbold som er fra U 13 stadiet. Den yderligere niveauinddeling sker som en konsekvens af udvidede trup størrelser.

Der skal være plads til ALLE i ungdomssektoren i FB, dog på niveau-inddelte hold. Såfremt der kun er ét hold i en afdeling skal der hér være plads til ALLE spillere, uanset niveau. Nye spillere fra eventuelle ventelister kommer ind på lavest rangerede hold og er at finde på det hold, uanset styrke, indtil man rammer en sæsonafslutning, sommer/vinter.



Pigefodbolden:

Pigefodbolden i FB er på mange måder lig med børnefodbolden i FB. Dog er der en del fravigelser rent udviklings – og fodboldmæssigt pga. forskellene de to køn imellem.

Pigefodbolden består af disse grupper:

- U 9 gruppen (7-8 år)
- U 10 gruppen (8-9 år)
- U 11 gruppen (10-11 år)
- U 12, U 13, U 14, U 15 gruppen (12-15 år)
- U 18 gruppen (15-18 år)

Målsætning:

Det er FBs overordnede målsætning at være en fodboldklub som er i stand til at tilgodese både en fremtidig elite og ikke mindst en fremtidig bredde, og samtidig tilbyde de bedst mulige forhold for ALLE klubbens medlemmer, indenfor de eksisterende rammer. Målsætningen for pigefodbolden, er at give hver eneste pige en mulighed for at være trygge ved at gå til fodbold, således at den enkelte pigespiller:

- Videreudvikler de indlærte fodboldkompetencer som de blev bevidstgjorte om i børneafdelingen
- Fortsat får lært at respektere holdkammerater og andre spillere i afdelingen
- Fortsætter en sund fritidsinteresse
- Fortsætter med at få nogle gode oplevelser
- Bliver motiveret til at fortsætte med at spille fodbold til hun når Damesenior

Inden for pigeafdelingen skal fokus i høj grad være på den glæde der også var i højsædet da de var i børneafdelingen, samt en fortsat udvikling for ALLE pigespillere. En hel del spillere i pigeafdelingen begynder først med at spille fodbold når de når U 10 gruppen, så derfor læner fokus sig op af hvad fokus består af i børneafdelingen.

Det er klubbens sportslige koordinator samt ungdomsformandens ansvar, at trænerne får de nødvendige faciliteter, den nødvendige opbakning og den nødvendige uddannelse til at varetage deres funktion som træner indenfor pigefodbolden.



Grundholdninger:

For at sikre en "gul-sort tråd" i det arbejde der bliver udført på de enkelte hold, er der defineret en række principper, som SKAL følges af alle ansatte i pigefodbolden i FB. Der kan selvfølgelig opstå situationer hvor principperne skal bøjes, men dette skal være mere undtagelse end reglen.

Disse principper er lavet for at støtte trænerne i forskellige situationer, sikre at ALLE pigernes trænere arbejder ud fra de samme grundholdninger, samt sikre at spillernes forældre kender til klubbens principper. På denne måde ved alle, hvad de kan forvente når man henholdsvis er træner i FB eller har en datter som spiller fodbold i FB.

Principperne giver meget store rammer inden for hvilke den enkelte træner kan sætte sit helt eget personlige præg.

Klubbens principper

Resultatfokusering:

Væk med den! – I hvert fald når man spiller U 10 pigefodbold. - Man må gerne undervejs i kampene spille for at vinde, men fokuseringen på kampens resultat skal fjernes og der skal i stedet rettes øjne i mod hvad der var godt og måske også lidt om hvad der var skidt (ikke det eventuelle nederlag) – dette er i langt højere grad med til at udvikle den enkelte spiller. Fra U 11 stadiet og opefter kan man så småt begynde at tage hul på resultatfokuseringen, men glem aldrig at fodbold ligeså meget handler om udvikling og legen med den lille runde. Mht. piger så oplever man helt automatisk at resultaterne har knap så stor betydning som for drenge, lad det gerne blive derved.

Tryghed:

Det er vigtigt at den enkelte træner i pigeafdelingen formår at skabe en atmosfære og stemning på sit hold, så ALLE piger føler sig trygge og respekteret. Tryghed er grundlæggende det vigtigste hvis et barn skal fungere optimalt blandt andre børn. Derudover udvikler børn sig bedst i trygge rammer – dette gælder specielt for piger, som pr. definition er en anelse mere følelsesbetonede end drenge, ligesom piger også udvikler sig hurtigere end drenge på det mentale område.



Positivitet:

Det er ungdomsafdelingens klare holdning at glæden og indlæringen hos piger er størst ved at anvende et princip om at være positiv. Dvs. de skal roses og opmuntres, IKKE kritiseres og irettesættes negativt. Dette gælder både til træning og i kamp, og det gælder for ALLE med tilknytning til holdet.

Leg:

Træning af piger i denne aldersgruppe (7-18 år) SKAL være baseret på leg og socialhed. Skal denne aldersgruppe deles yderligere op, så er det fra 7-12 år man i allerhøjeste grad skal fokusere på legen, mens man for de 12-18 år, skal begynde at tage forskellige andre læringsbaserede øvelser i brug.

Fodbold er først og fremmest en leg, en organiseret leg med nogle regler og retningslinier.

Glæde:

Træningen skal tilpasses således at ALLE piger får mange små succesoplevelser, fx ved at kunne "mestre" forskellige øvelser. Succes avler jo succes og vil pr. automatik give den enkelte spiller både glæde, selvtillid og motivation til at udvikle sig.

Fællesskab:

Det er vigtigt at den enkelte pigespiller føler et fællesskab med de øvrige spillere på holdet. Dette uanset om holdet vinder eller taber i kamp eller til træning under spil til to mål. –

Trænere, ledere og forældre skal ALLE bidrage til at dette fællesskab opbygges og bliver solidt. Dette kan ofte med fordel gøres ved at involvere forældregruppen, som fx kan stå for forskellige aktiviteter udenfor fodboldbanen. Når en ny spiller ankommer til et hold, så er det ikke kun trænerens ansvar at sørge for at integrere den nye spiller, dette er i lige så høj grad både holdets spillere samt deres forældres opgave.



Forældre:

Pigeafdelingens hold er IKKE en institution, hvor forældrene kan aflevere deres børn og hente dem igen når fodboldtræningen er færdig. Denne holdning er trænerens ansvar at formidle ud til forældrene på de enkelte hold. Først når de når 14 års alderen kan man se ud over dette punkt.

Pigeafdelingens hold har brug for forældrene. Forældrene skal være med omkring holdet (de står alligevel på sidelinien), fx ved øvelser, tlf. / mailinglister, samt arrangementer.

Forældrene skal ved både træning og kamp tilstræbe sig på at efterleve de 10 forældrebud, som DBU har opsat og som FB bakker fuldt ud op omkring:

- mød op til træning og kamp – din datter ønsker det
- giv opmuntring til ALLE spillere under kampene, ikke bare til eget barn
- giv opmuntring i både med – og modgang – positiv og vejledende kritik
- respekter trænerens brug af spillere, forsøg ej at påvirke træneren
- dommeren er vejleder, kritiser aldrig dommerens afgørelser
- giv kun opfordringer til dit barn om at deltage, pres ikke på
- spørg om kampen var spændende, ikke kun om resultatet
- sørg for rigtigt og fornuftigt udstyr, overdriv aldrig
- vis respekt for arbejdet i FB
- tænk på at det er din datter der spiller fodbold, ikke dig selv

Fair Play:

ALLE spillere i FBs pigeafdeling skal lære om Fair play og praktisere det både til træning og til kampe.

ALLE spillere i FBs pigeafdeling (indtil 14 år) skal have udleveret folderen fra DBU, "Fair Play – for fodboldspillere og deres forældre".

Fair play er at respektere holdkammerater, modspillere, dommere, trænere, forældre og i det hele taget novicen om at "behandle andre mennesker som man selv vil behandles". Dette betyder også at mobning til ENHVER tid skal undgås. Træneren eller lederen skal sammen med forældrene skride ind over for mobning LIGE MED DET SAMME, hvis dette finder sted.



En bold pr. spiller:

Træning af piger skal i stor udstrækning foregå med 1 bold pr. spiller, eller i hvert fald få spillere sammen om 1 bold, således at den enkelte spiller har så mange berøringer med bolden som overhovedet muligt.

DECIDERET FYSISK TRÆNING I PIGEAFFDELINGEN (INDTIL U 14) ER BANDLYST!

Fokus i træningen af piger skal være på leg, mens teknisk træning sagtens kan organiseres allerede fra miniputpige stadiet.

Træning hvor pigerne står i kø ved øvelser, taktiske øvelser eller standardsituationer skal gerne begrænses til det minimale i pigeafdelingen, dog kan det forsvares hos pigerne, da de har nemmere ved at koncentrere sig end drenge har.

Jævnbyrdighed:

Holdene i pigeafdelingen, der alle er tilmeldt turneringer hos KBU, skal i videst muligt omfang tilmeldes rækker hvor de møder jævnbyrdige hold. Kampe som bliver vundet eller tabt stort, giver hverken glæde eller udvikling af spillerne, dette uanset om man vinder eller taber.

Det er trænerens ansvar på det enkelte hold at opdele to hold som jævnbyrdige ved spil til to mål, og filosofien må MEGET gerne ende op til uafgjort når spil til to mål afsluttes, i hvert fald indtil man når lilleputpige gruppen og opefter.

HAK-princippet:

Alle holdene i pigeafdelingen (indtil U 14) skal anvende HAK-princippet i kamp (Halvdelen-Af-Kampen) – hvilket betyder at ALLE spillere som er tilsagt til kamp, er på banen i minimum halvdelen af tiden. Hverken forældre eller spillerne selv kan være tjent med at spille under halvdelen af kampen.

I pigeafdelingen i FB, må det ALDRIG være de samme spillere der sidder over, det skal indsættes i system så alle sidder lige meget over. Undtagelser kan naturligvis gøres hvis flere spillere gentagne gange ikke møder op til træningen – men pas på med at "straffe barnet" – tal med forældrene.

Dette princip skal sikre at ALLE piger føler sig ligeværdige og som en del af holdet.



Alsidighed:

Når man når pigeafdelingen, så skulle man gerne have indprintet sig nogenlunde på sin placering på banen (i hvert fald dem der har spillet i børneafdelingen tidligere) og derfor er alsidighed ikke et meget aktuelt tema, omvendt gør det bestemt ingenting at man kan spille flere forskellige pladser på banen og en del piger der først starter op, skal naturligvis prøve lidt forskellige pladser på banen.

Niveau:

I pigeafdelingens U 9, U 10, U 11 og U 12 grupper, opereres ikke med niveau-inddeling. Fra man er 7 til man er 12 år, kan man som spiller forvente at spille på det samme hold med de samme holdkammerater. Først når man overgår til gruppen for U 13 piger i FB skal man forvente en niveau-opdeling, såfremt klubben har mere end et hold.

Der tages i større grad hensyn til veninder på holdene, og ikke så meget på den enkeltes piges engagement mht. fodbolden.

Der skal være plads til ALLE på et hold i U 9, U 10, U 11 og U 12 pige gruppen i FB, mens der ligeledes skal være plads til alle piger i de øvrige grupper, dog på niveau-inddelte hold.

Nye spillere i klubben:

Der opereres med en central venteliste for nye spillere i klubbens pigeafdeling. Indlemmelse af nye piger sker løbende. Ved indplacering af nye spillere, kontakter afdelingslederen for pigeafdelingen, den enkelte træner, som så kontakter den nye spillers forældre og byder barnet velkommen i klubben.

Den nye pige skal starte op på det hold der er plads på, uanset niveau, med mindre det går skævt rent niveaumæssigt. I dette tilfælde må man så finde plads på et hold, der måske passer bedre.

Har man i forvejen en bror eller søster der spiller i FB, er politikken den at man kommer forrest på ventelisten, som en slags bonus for at familien allerede har et medlem spillende i FB.



De 10 trænerbud:

Dansk Boldspil-Union (DBU) har ikke kun udfærdiget de 10 forældrebud som du netop har læst om – de har også udarbejdet de 10 trænerbud inden for ungdomsfodbolden, og FB bakker ligeledes fuldt ud op omkring disse bud:

Den gode børnetræner sikrer sig altid:

- at have udarbejdet et træningsprogram
- al træning foregår med bold
- at der er én bold til rådighed pr. spiller
- at spilleren er i centrum
- at der spilles på små områder
- at træningen foregår i mindre grupper – stationstræning
- at sikre mange boldberøringer pr. spiller
- at forældrene hjælper til
- at udvikle spilintelligens
- at der er en god stemning



Hvem-Hvad-Hvornår:

Som tidligere beskrevet så er FBs ungdomsafdeling opdelt i tre forskellige kategorier, nemlig børneafdelingen, ungdomssektoren og pigeafdelingen.

Her følger en oversigt over hvad man som spiller i FB egentlig skal kunne alt efter alder: (både drengespillere og pigespillere)

Fra sommeren 2009 spilles der i følgende rækker: (redigeret senest: juni 2009)

U 5:	Spiller ikke kampe
U 6, U 7:	3-mands (12 spillere i truppen)
U 8, U 9, U 10:	5-mands (12 spillere i truppen)
U 11:	5-mands (12 spillere i truppen) – overgår til 7-mands forår 2010
U 12:	7-mands (14 spillere i truppen) – overgår til 9-mands efterår 2010
U 13 pi.:	7-mands (15 spillere i truppen)
U 13 dr.:	9-mands (15 spillere i truppen)
U 14 dr. :	9-mands (15 spillere i truppen) – overgår til 11-mands forår 2010
U 15:	11-mands (minimum 16 spillere i truppen)
U 17 dr., U 18 pi	11-mands (minimum 16 spillere i truppen)
U 19	11-mands (minimum 16 spillere i truppen)

U 5 og U 6 = leg, leg og atter leg. Her er fokus udelukkende henledt på leg, gerne som koordinationstræning, dvs. træning af koldbøtter, englehop, krabbefodbold, balanceevner på både hænder og fødder. Koordinationstræning med bold, altså leg med bold er også i højsædet.

U 7 = legen fortsætter på samme måde som U-6, koordinationstræningen er her endnu mere tiltagende, balancen er yderst vigtigt og ligger til grobund for udviklingen af den enkelte fodboldspiller. Her trænes også balance med selve bolden.

U 8 = legen fortsætter, og koordinationstræningen fortsætter. Man begynder på at øve skud, indersidespark, finter, sammenspil, jonglering. Her starter udviklingen for alvor.

U 9
U 10 = legen må ikke glemmes. – Den tekniske træning tiltager nu for alvor. Koordinationen er nu synlig og man udvider den tekniske træning hvor ikke kun gentagelser fra U 8-tiden har fokus, men også vristspark inklusiv halvt liggende, ydersidespark, sammenspillet, spil på små områder, vendinger, finter, hurtighed med bold osv. er fokusområder.



- U 11 = legen må ikke glemmes. – Der trænes nu teknisk træning for fuld damp, og der bygges på i forhold til ovenstående fra U-9 og U-10 tiden. Der tages samtidig så småt hul på den taktiske fase. Holdene overgår nu til niveauinddelte hold.
- U 12
U 13 = legen må ikke glemmes. - Den tekniske træning er stadigvæk i højsædet. Her fortsættes overbygningen fra U-11, både mht. teknik og i særlig grad mht. den taktiske træning. Man udvikler nu spilforståelsen og sammenspillet og der tages hul på den individuelle træning af spillere for at udvikle på ens spidskompetencer. – Som U 13 overgår man til 9-mandsfodbold og dvs. trupperne udvides og kravene bliver fortsat større til den enkelte. Efter U 13 overgår man til 11-mandsfodbolden og har i en tiltagende grad brug for bevidstgørelse om placeringen på banen.
- U14 = legen er stadigvæk et vigtigt element. - Nu står den på intensiveret teknisk og taktisk træning – den individuelle træning er nu endnu mere i højsædet. Ens fodboldfærdigheder er i kraftig udvikling og skal derfor plejes. Samtidig tages der så småt hul på hurtighedstræningen både med og uden bold. Spillerne overgår i U 14 til 11-mandsfodbold.
- U 15 = den tekniske og ikke mindst den taktiske træning fortsætter – individuelt træning fortsætter ligeledes og hurtighedstræningen er højaktuelt i denne alder. Der tages også fysisk træning i brug som fx styrketræning på en forsvarlig måde
- U 17
U 19 = den tekniske og i allerhøjeste grad den taktiske træning fortsætter – individuelt træning fortsætter ligeledes ligesom hurtighedstræningen fortsat er vigtig. Fysisk træning er meget aktuelt i perioder og fx styrketræning har høj-prioritet i hvert fald i opstartsfaser.

Disse trin skal følges af alle trænere i de enkelte årgange. Det nytter ikke man går egne Veje, fordi man har en anden opfattelse af hvordan fodbold skal dyrkes og spilles. Dette er den korrekte måde at udføre tingene på og der er ingen krav om at spillere i fx U 8 skal kunne det samme som en i fx U 14. Der er tid nok til at udvikle den enkelte og man skal ikke, give et barn for meget at arbejde med på én gang.



Frederiksberg Boldklub

Jens Jessens vej 24 2000 Frederiksberg Tlf. 38740019 www.frederiksberg-boldklub.dk

