



Handbuch für Trainer/-innen

Anmerkung:

Im Trainerhandbuch wird für das bessere Leseverständnis die männliche Form (z.B. Trainer, Spieler, Schiedsrichter) benutzt. Selbstverständlich ist hiermit immer auch die weibliche Form gemeint.

Überarbeitete Version: Januar 2019

Autor: Roger Lang

B Busreisen

Es ist möglich, für Junioren-Auswärtsspiele (ab C-Junioren) einen Mannschaftsbus zu benutzen. Die Reservationsanfrage hat beim Bereichsleiter Junioren mit dem Formular «Busreservation» (siehe Homepage) zu erfolgen.

Der Fahrer muss zwingend im Besitz eines gültigen Führerausweises für einen 16-Personen-Bus sein. Bei erstmaliger Benutzung erfolgt für den Fahrer vorgängig eine Instruktion durch den Vermieter.

Die Busreservierungen sind sinnvoll zu tätigen. Eine Busreservation für ein Spiel in der näheren Umgebung (z.B. Eschenbach / Hitzkirch / Hildisrieden) ist beispielsweise nicht sinnvoll und kostet den Verein unnötig Geld.

Es ist verboten, im Bus zu essen oder zu trinken. Der Bus ist besenrein zu retournieren.

D Dress

Der Dressraum befindet sich hinter dem Dachblitz11er beim Durchgang (vis-à-vis Aussentoiletten). Das Dress kann dort abgeholt und nach Gebrauch wieder dorthin zurückgebracht werden.

Alle gebrauchten Leibchen, Hosen und Stulpen sind auf die rechte Seite zu drehen. Die verschmutzten Dressteile werden lose in die IKEA-Tasche gelegt und die IKEA-Tasche wird dann so im Dressraum auf den Boden gestellt.

Die nicht benutzten und sauberen Dressteile werden in der Dresstasche zurück ins Regal gestellt.

Der Schlüssel für den Dressraum befindet sich im roten Kasten ausserhalb des Garderobengebäudes.

D Duschen

Die Duschen sind nach Trainings und Spielen sauber zu hinterlassen. Der Trainer ist dazu verpflichtet, einen Kontrollgang zu machen und bei Bedarf die Spieler anzuweisen, die Duschen zu reinigen. Der Trainer ist dazu verpflichtet, die Sauberkeit der gegnerischen Dusche ebenfalls zu prüfen und allenfalls nachzubessern.

E Eltern weg vom Spielfeldrand

Der Schweizerische Fussballverband (SFV) verpflichtet mit dem Projekt „Eltern weg vom Spielfeldrand“ alle Vereine, verschiedene Massnahmen umzusetzen, welche Ausschreitungen auf den Fussballplätzen verhindern sollen. Es werden unangemeldete Kontrollen durchgeführt. Der Vorstand erlässt folgende Weisungen, welche der Trainer bei jedem Spiel auszuführen respektive zu kontrollieren hat:

Hauptplatz neue Arena:	Die Eltern befinden sich hinter den Geländern zwischen der roten Laufbahn und dem Garderobengebäude.
Kunstrasen alte Arena:	Die Eltern befinden sich ausserhalb des Kunstrasenzauns.
Kunstrasen Arena neu:	Die Eltern befinden sich hinter den Geländern.
Mätteli Arena:	Die Eltern befinden sich hinter den Geländern.
Seebad Baldegg:	Aufgrund der engen Platzverhältnisse ist es den Zuschauern erlaubt am Spielfeldrand zu stehen. Es ist aber darauf zu achten, dass sich die Eltern nicht in unmittelbarer Nähe zur Spielerbank aufhalten.

F Freundschaftsspiele

Die Platzreservierungen für die Freundschaftsspiele sowie die Testspielgegner sind bei der Spiko unter spiko@fchochdorf frühzeitig anzumelden. Bei Heimspielen bezahlt das Auswärtsteam die Schiedsrichterspesen. Bei Auswärtsspielen sind die Schiedsrichterspesen mit dem gegnerischen Trainer zu klären.

F Fairness

Die Spieler sind zu Fairness im sportlichen wie auch persönlichen Bereich anzuhalten. Trainer sind Vorbilder und haben somit sowohl der gegnerischen Mannschaft als auch dem Schiedsrichter respektvoll entgegenzutreten. Schimpf- oder Fluchtiraden seitens Trainer sind zu unterlassen; sie sind weder für das Spiel noch für das Verhalten des eigenen Teams förderlich.

G Garderoben

Die Garderoben sind nach Trainings und Spielen sauber zu hinterlassen. Der Trainer ist dazu verpflichtet, einen Kontrollgang zu machen und bei Bedarf die Spieler anzuweisen, die Garderoben besenrein zu reinigen. Der Trainer ist weiter dazu verpflichtet, auch die Sauberkeit der gegnerischen Garderobe zu prüfen und allenfalls nachzubessern.

G Generalversammlung

Die Teilnahme an der jährlich stattfindenden Generalversammlung ist für alle Vereinsmitglieder ab den A-Junioren obligatorisch und somit auch für die Trainer verpflichtend.

H Hallenturniere

Die Anzahl Hallenturniere, welche die jeweiligen Mannschaften bestreiten, lässt der Verein dem Trainer offen.

Bezahlt wird vom Verein jedoch nur 1 Hallenturnier.

Das IFV-Hallenturnier ist für die ersten Mannschaften jeder Alterskategorie (Aa, Ba, Ca, Da, Ea, Fa) Pflicht und nicht in diesem einen Hallenturnier inkludiert. Ebenfalls ist das eigene Hallenturnier nicht inbegriffen. Jedes zusätzliche Turnier haben Trainer/Eltern/Spieler selber zu bezahlen.

H Hallentraining

In der Meisterschaftspause zwischen Mitte November und Mitte März erhält jede Mannschaft die Möglichkeit, ein Hallentraining pro Woche zu absolvieren. Sollten genügend Hallenplätze zur Verfügung stehen, werden die Leistungsmannschaften (1. Mannschaft, Team Seetal, Aa, Ba, Ca, Da, Ea, Fa) prioritär behandelt. Der Hallentrainingsplan wird jeweils rechtzeitig erstellt und versendet. Ein Abtauschen der Hallenplätze untereinander ist ausdrücklich erlaubt, jedoch dem Bereichsleiter TK/Events per E-Mail an tk@fchochdorf.ch zu melden. Sollte die eingeteilte Hallenzeit für den Trainer oder das Team nicht passen, ist selbst nach einer Lösung (Abtausch mit anderem Team; Anfrage, ob noch andere Hallenplätze offen sind) zu suchen.

J J & S (Jugend & Sport)

Der J&S-Beauftragte des FC Hochdorf stellt das Bindeglied zwischen dem Verein und dem dazugehörigen Sportamt dar. Bei Fragen zu Trainerausbildung, Kursanmeldung sowie auch zur Abrechnung der J&S-Gelder steht der J&S-Coach jederzeit zur Verfügung. Auch das persönliche Wohlbefinden jedes einzelnen Trainers ist ein zentrales Anliegen dieses Amtes.

J JUKO (Juniorenkommission)

Die Juniorenkommission ist für das Suchen von neuen Trainern sowie für die Zuteilung der Juniorenmannschaften an die Trainer zuständig. Sie organisiert halbjährlich eine obligatorische Trainersitzung.

K Kaderlisten

Die Kaderlisten sind aktuell zu halten und zweimal jährlich (per 30. Juni die Kaderliste der neuen Mannschaft, per 31. Dezember die bestehende Mannschaft) als Excel-Dokument an folgende Adressen zu senden:

administration@fchochdorf.ch

juniorenobmann@fchochdorf.ch

finanzen@fchochdorf.ch

Adressmutationen unter dem Jahr sind an die Administration zu richten.

L Licht

Die Lichtschalter für die Platzbeleuchtungen befinden sich an folgenden Orten:

- Hauptplatz Arena: Schaltkasten im Sanitätsraum auf der Seite neben der Türe im Garderobengebäude.
- Kunstrasen alte Arena: Schaltkasten im kleinen Raum des Materialraumgebäudes des Kunstrasenplatzes (grüne Wand).
- Kunstrasen Arena neu: Schaltkasten im Sanitätsraum auf der Seite neben der Türe im Garderobengebäude.
- Mätteli Arena: Schaltkasten im Sanitätsraum auf der Seite neben der Türe im Garderobengebäude.
- Seebad Baldegg: Schaltkasten beim Lichtmast Richtung Seebadeingang auf der Strassenseite. Der Schaltkasten kann mithilfe der Schlüssel im roten Kasten (ebenfalls da angebracht) geöffnet werden.
- Rasen Zentral: Der hölzerne Schaltkasten befindet sich innerhalb der Turnhallen im Materialraum ganz hinten.

M Material

Materialbestellungen (Bälle, Trinkflaschen, Überzugsleibchen, Töggeli usw.) sind per E-Mail an material@fchochdorf.ch zu richten. Die Materialverantwortlichen behalten sich vor, eine Prüfung, ob das Material tatsächlich benötigt wird, vorzunehmen. Materialbestellungen sind auf einem Minimum zu halten. Luxuswünsche (eigene Laufleitern, Torschussnetze, faltbare Tore oder ähnliches) werden nicht erfüllt und sind vom Trainer selbst zu bezahlen, falls gewünscht.

P Pausentee

Der Pausentee muss rechtzeitig im Dachblitz11er abgeholt werden. Die Behälter und Becher sind nach Spielende jeweils zu retournieren.

P Pikettdienst

Jeder Trainer, der in der Umgebung Hochdorf wohnt, ist verpflichtet, einmal pro Jahr Pikettdienst zu leisten. Das Aufgebot zum Pikettdienst und eine genaue Anleitung folgen jeweils per E-Mail.

P Platzzuteilung Spiele + Trainings

Den Platzzuteilungen gemäss Aufgebot und Trainingsplan ist zwingend Folge zu leisten. Es gibt Auflagen der Gemeinde und sonstige Gründe, weshalb Aufgebote und Trainingspläne so aussehen wie sie aussehen. Eigenmächtige Platzänderungen im Spielbetrieb werden durch den Verein mit einem Abzug in Höhe von CHF 100.00 vom Trainersalär bestraft. Bei Platzsperrungen im Spielbetrieb ist der Pikettdienst des FC Hochdorf (jeweils auf dem Aufgebot ersichtlich) zu kontaktieren.

R Rote Kästen

Rote Kästen befinden sich am Garderobengebäude der Arena, am Materialgebäude des Kunstrasens und am oberen Eingang der Turnhalle Zentral. In diesen roten Kästen befinden sich jeweils die Schlüssel der entsprechenden Gebäude. Der Schlüssel am Garderobengebäude der Arena funktioniert auch für den Dressraum.

S Sanitätskoffer

Der Vereins-Sanitätskoffer mit den wichtigsten Sanitätsmaterialien ist im Dachblitz11er zu finden, und zwar in den Schränken, welche sich links neben dem Tresen, oberhalb der Tiefkühlbox für Glacé, befinden. Der Sanitätskoffer darf frei verwendet werden. Wenn jemand das letzte Material (bspw. Eisspray) verbraucht hat, ist der Masseur der 1. Mannschaft zu kontaktieren, welcher den Sanitätskoffer wieder auffüllt.

S Schiedsrichter

Ab den C-Junioren sind die Schiedsrichter zu entschädigen. Die Entschädigungshöhe ist nach Juniorenkategorie und Spielart (Meisterschaft, Cup, Freundschaftsspiel) unterschiedlich. Die Schiedsrichterentschädigung ist bis maximal 45 Minuten vor dem Spiel gegen eine Quittung bar an den Schiedsrichter zu entrichten. Ist der Schiedsrichter 45 Minuten vor dem Spiel noch nicht anwesend, ist sowohl der Pikettdienst des FC Hochdorf (jeweils auf dem Aufgebot ersichtlich) als auch der Pikettdienst des Innerschweizerischen Fussballverbandes IFV (079 642 97 61) zu informieren.

S Schlüssel

Diverse Schlüssel können beim Schlüsselverantwortlichen gegen ein Depot bezogen werden.

1. Schlüssel roter Kasten

2. Schlüssel Materialkasten

3. Schlüssel Tore

4. Schlüssel Halle Baldegg: Diese gelben Schlüssel können jeweils zu Beginn der Hallensaison beim Schlüsselverantwortlichen abgeholt werden (von Trainern, die in der Kantihalle trainieren). Sie sind nach Ende der Hallensaison zu retournieren.

S Spesen

Die Schiedsrichterspesen können halbjährlich mit dem Formular «Spesen» (siehe Homepage) inkl. Quittungen zurückgefordert werden. Die Spesen sind spätestens bis zum 20. Juni eines Jahres an den Bereichsleiter Junioren einzureichen. Zu spät eingereichte Spesenabrechnungen verfallen und werden nicht zurückerstattet.

S Spielerstrafen (gelbe/rote Karten)

Im Falle einer Busse durch den Verband für gelbe oder rote Karten werden diese Kosten direkt an den verursachenden Spieler weitergeleitet. Diese Bussen werden nicht durch den Verein bezahlt.

S Spielleiter

Die Spielleiter werden bei Meisterschafts- und Cupspielen von der Spiko eingeteilt. Bei Freundschaftsspielen muss der Trainer selber einen Spielleiter organisieren. Die Spielleiter sind auf www.ifv.ch unter folgendem Link aufgeführt: FC Hochdorf/Verein/Schiedsrichter/Spielleiter.

Wenn der Spielleiter 30 Minuten vor Spielbeginn noch nicht anwesend ist, ist der Pikettdienst des FC Hochdorf (jeweils auf dem Aufgebot ersichtlich) zu kontaktieren.

S Spielverschiebungen

Bei gewünschten Spielverschiebungen ist die Spiko zu kontaktieren. Spieldatum und Gegner sind anzugeben und der neue Wunschtermin (kein Mittwoch, da grosser Trainingsbetrieb und Cupspiele) mitzuteilen. Die Spiko wird mit dem Gegner Kontakt aufnehmen und einen neuen Termin vereinbaren. Die Gebühr der gewünschten Spielverschiebung ist durch die Mannschaft selbst zu bezahlen. Wenn möglich, sind Aushilfen aus anderen Mannschaften zu organisieren anstatt das Spiel zu verschieben.

S Sprinkleranlage Kunstrasen

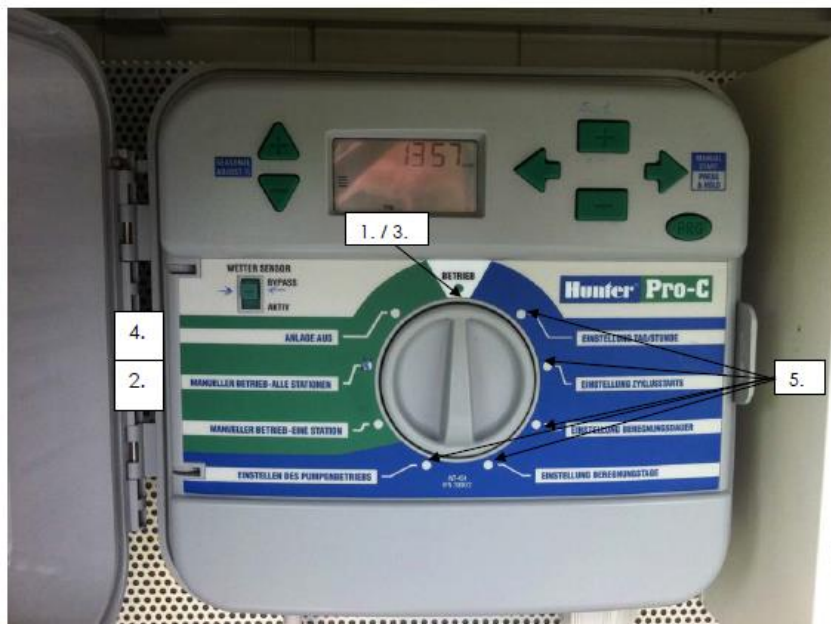
Der Kunstrasen kann bei Bedarf bewässert werden.

Die Platzbewässerung ist programmiert auf eine Ganz-Platz-Bewässerung mit allen 7 Zonen. Die Bewässerung dauert für den ganzen Platz ca. 13 Minuten.

Durch diese Programmierung drehen sich die Bewässerungsköpfe über die ganze Rasenfläche und es wird der ganze Platz bewässert.

Nach der Bewässerung unbedingt kontrollieren, dass sich alle Spritzköpfe wieder in den Boden versenkt haben. Ansonsten den Spritzkopf bündig zur Rasenfläche drücken.

Es dürfen keine Veränderung an den Programmen gemacht werden !!!!!!!!



1. Kontrolle, das Schalter auf Position „Betrieb“ ist.
2. Schalter drehen auf „MANUELLER BETRIEB – ALLE STATIONEN“
3. Schalter zurück drehen auf Position „Betrieb“ (Bewässerung beginnt automatisch)
4. Bei Fehlfunktion Schalter auf „ANLAGE AUS“. Bewässerung schaltet aus. (Nochmals von vorne beginnen)
5. **Wichtig:** - Die blauen Schaltstationen sowie der grüne Bereich „Manueller Betrieb – Eine Station“ dürfen **nicht** betätigt und verstellt werden !

T Tore

Die Tore sind nach Trainings und Spielen zwingend wieder vom Platz zu tragen und abzuschliessen. Der Trainer ist zur Kontrolle verpflichtet.

T Trainerliste

Alle Angaben der Trainer, Funktionäre und Vorstandsmitglieder sind unter www.ifv.ch einsehbar. Dazu sucht man im Suchfeld nach „FC Hochdorf“. Sobald man auf der entsprechenden Vereinsseite ist, sind folgende Schritte zu tätigen: Verein – Trainer oder Verein - Funktionäre

T Trainersitzungen

Die Teilnahme an den Trainersitzungen ist obligatorisch.

T Trainingsplan

Pro Vor- und Rückrunde erstellt der Bereichsleiter TK/Events einen Trainingsplan für gute und für schlechte Wetterbedingungen. Darin nimmt er Rücksicht auf die Prioritätenliste gemäss Weisungen des Schweizerischen Fussballverbandes. Leistungsmannschaften werden demzufolge prioritär behandelt, was die Trainingstage sowie die Trainingsorte betrifft. Der Trainingsplan ist von allen Mannschaften zwingend einzuhalten, damit ein reibungsloser Trainingsablauf für alle Mannschaften gewährleistet werden kann.

V Verhalten des Trainers

Fussball ist eine Freizeitbeschäftigung. Das heisst, jeder Junior ist freiwillig Mitglied beim FC Hochdorf. Dies zum Beispiel im Gegensatz zur Schule, deren Besuch obligatorisch ist. Aber auch im Verein gibt es Regeln, die es zu befolgen gilt und die jungen Spieler beobachten ihre Trainer genau, schauen sich ihr eigenes Verhalten dort ab. Niemand erwartet einen perfekten Trainer. Jeder Trainer sollte sich aber bewusst sein, dass er große Verantwortung trägt und er seinen Einfluss positiv nutzen kann. Deshalb sollte er folgende Grundsätze beachten:

- keine Gewalt (verbal/nonverbal) gegenüber Spielern/Schiedsrichtern/Gegnern
- verantwortungsbewusster Umgang mit Sportmaterialien, Räumen etc.
- Fairplay vorleben
- Unterlassen von herablassenden Aussagen
- Bemühung um Weiter- und Fortbildung
- Gruppenteilnehmer als gleichberechtigte Partner ansehen
- für eine angenehme Mannschaftsatmosphäre sorgen

- Teilnahme am Vereinsleben

W Wer ist für was zuständig? Wo erhalte ich Hilfe?

In unserem Verein helfen wir einander. Bei Problemen oder Fragen stehen euch alle anderen Trainer sicherlich gerne zur Verfügung. Auch die Vorstandsmitglieder und die freiwilligen Helfer unterstützen gerne. Alle Angaben der verantwortlichen Personen sind entweder auf der Homepage www.fchochdorf.ch oder auf www.ifv.ch (Verein suchen/Verein/Vereinsfunktionäre oder Trainer) auffindbar. Im Folgenden ein kleiner Überblick:

Bereichsleiter Finanzen

Die Auslagen für Turnierbeiträge und Schiedsrichter werden durch den Bereichsleiter Junioren visiert und zeitnah (meist innert 2 Wochen) an den entsprechenden Trainer ausbezahlt. Trainings- und Spielmaterial ist über den Materialwart zu beziehen. Direkte Einkäufe werden weder bewilligt noch rückvergütet. Der Trainer erhält zweimal im Jahr eine Zahlung, welche nicht den effektiven Auslagen entsprechen. Die erste Zahlung erfolgt per 31. Dezember. Diese Zahlung beläuft sich auf das halbe Jahresfixum. Die zweite Zahlung erfolgt bis zum 31. Juli. Diese Zahlung setzt sich aus der zweiten Hälfte des Jahresfixums sowie dem J+S-Geld zusammen. Allfällige Verspätungen durch das Bundesamt für Sport sind in Kauf zu nehmen.

Damit die Jahresbeiträge rasch versendet werden können, sind die Kaderlisten bis zum 15. August an die Administration, den Bereichsleiter Junioren und an den Bereichsleiter Finanzen zu senden.

Bereichsleiter TK/Events

Trainingspläne, Hallenpläne, Pikettdienst, Infrastruktur (Garderoben, Duschen, Licht, Rasenplätze...), Events

Bereichsleiter Junioren

Der Bereichsleiter Junioren ist erste Ansprechperson für Trainer und Betreuer. Spesenabrechnungen (Schiedsrichterkosten, Hallenturniere, usw.) sind halbjährlich mit allen Quittungen mit einem auf der Homepage gespeicherten Formular «Spesen», an ihn zu stellen. Busreservierungen sind vor Beginn der Vor- und Rückrunde mit dem auf der Homepage gespeicherten Formular «Busreservation» an ihn zu richten.