

**AALBORG BOLDSPILKLUB  
AF 1885**



**AAB AF 1885  
HORNEVEJ 2 • 9220 AALBORG ØST**

**TRÆNER/LEDER GUIDE**



## VELKOMMEN

Først og fremmest velkommen til Aalborg Boldspilklub af 1885.

Vi er glade for at du har valgt at blive en del af  
**HELE NORDJYLLANDS HOLD**

Denne guide er skrevet til dig, som ny træner/leder i klubben. Denne skal være med til at give dig informationer vedrørende regler, retningslinjer og muligheder, der foreligger dig.

## KORT OM KLUBBEN

AaB er en af Danmarks ælste fodboldklubber. Denne blev stiftet som Aalborg Kricketklub i 1885, og skiftede i 1899 navn til Aalborg Boldklub.

I 1906 fusionerede Aalborg Boldklub og Aalborg Fodboldklub - det nye navn bliver Aalborg Boldspilklub.

Fodboldholdet har siden vundet den danske pokalturnering i 1966, 1970 og 2014, samt det danske mesterskab i 1995, 1999, 2008 og 2014; således blev 2014 også året, hvor klubben fik sin første *The Double*.

AaB deltog som det første danske hold i Champions League i sæsonen 1995-96.

Ungdomsarbejdet har gennem de seneste år haft stor betydning for klubben. Tager man et kig på klubbens ALKA Superliga-hold, vil man kunne se at flere af spillerne kommer fra egen talentudvikling. Ligeledes har AaB udviklet flere spillere som har gjort deres debut på et eller flere af Danmarks U- og A landshold.



## TRÆNING

### Træningstider:

Der henvises til enhver tid til gældende træningsplan, da tiderne varierer afhængig af årstid og træningssted. Træningsplanerne kan ses på klubbens hjemmeside, samt på opslag i klubhuset.

### Generelt om træning på AaB's anlæg:

- Man skal respektere banefordelingen.
- Huske at stille rekvisitter og mål på plads efter brug.
- Sørg for at fordele træningen over hele græsbanen.

Alle hold får udleveret et sæt toppe og veste ved sæsonstart - disse er træneren/lederens ansvar.

Alle hold får et sæt bolde ved sæsonstart - det er holdets ansvar at få alle boldene med ind - HUSK AT LÅSE! Der forefindes også boldnet i boldrummet.

### Træningsmiljø:

I Aalborg Boldspilklub af 1885 forsøger vi at skabe et sund miljø, hvor spillere trives og udvikles på bedste vis. Fokus ligger på, at udviklingen af spilleren foregår i trygge og stabile rammer.

Samspillet mellem forældre, spillere og trænere spiller en stor rolle i at opnå de resultater og mål, som er opstillet for det rette træningsmiljø. 'GENSIDIG RESPEKT' er derfor nøgleord.

### Brug dine kolleger:

Som træner i Aalborg Boldspilklub af 1885, er du kollega med en række dygtige trænere og holdledere. Du kan derfor med fordel, bruge deres viden og erfaring i din egen træning - tøv ikke med at spørge de andre trænere/ledere til råds.

Du bør derfor også altid hjælpe din kollega, hvis han/hun har brug for din hjælp.



## KAMP

Holdkortet er nu blevet elektronisk. Få hjælp til at oprette adgang på kontoret.

HUSK at indberette resultatet via appen 'Fodbold', som er udviklet af Dansk Boldspil-Union. Du skal også bruge appen, når du skal udfylde dit holdkort.

Respekter det tildelte omklædningsrum - se infotavlen.

Flytning af kampe foregår gennem kampfordeler, Ole Torp.

Taktiske møder afholdes såvidt muligt i taktikrummet ved hallen.

Lægetasken opfyldes ved inspektøren efter aftale med afdelingslederen.

## TRÆNINGSKAMPE

Bestilling af bane og dommer til træningskamp, sker ved henvendelse til Ole Torp på [kamp@aabaf1885.dk](mailto:kamp@aabaf1885.dk) (*dommeren skal bestilles 8 dage inden kampen afvikles*).

Man må kun bruge trøjer til træningskamp, ikke shorts og strømper.



## KAMPTØJ/TRÆNINGSTØJ

Hvert hold har tilknyttet et tøjskab/tøjrum. Der må ikke forefindes andet end kamptøj i disse skabe. HUSK at holde orden i skabet.

- Man pakker selv sit kamptøj.
- Brugt kamptøj sættes i tøjrummet - HUSK at åbne taskerne, ellers bliver tøjet surt!
- HUSK at tælle tøjet efter kamp.

HUSK at sorterer tøjet således at trøjer er sammen - shorts er sammen, og strømper er sammen - det gør det også nemmere, når man skal tælle det.

Ved hjemmekampe bruges grå plastik kasser til opbevaring af tøj, og ved udekampe bruges tasker.

Hvis I mangler tøj eller noget tøj er beskadiget, skal sedlen i tøjrummet udfyldes og lægges i postkassen i tøjrummet eller afleveres til inspektøren - gerne begge.

- For de hold der ikke har udebanetøj, kan dette bestilles ved inspektøren.
- Det er holdlederens ansvar at få trykket på tøjet.

## KLUBHUS

Det er træneren/lederens ansvar at spillere (såvel som en selv), ikke har fodboldstøvler på i klubhuset eller hallen.

HUSK at bruge spillerudgangen v. støvlevasken, når man skal til træning og kamp.

Udlevering af nøgler sker ved henvendelse på inspektørens kontor - der er et depositum på kr. 100 pr. nøgle.

Mad fra cafeteria bestilles ved Lotte, senest 8 dage før.

Hallen og styrkerummet må kun benyttes når træneren/lederen er tilstede - HUSK at rydde op efter dig!



## GENERELT

Vagthavende inspektør kan træffes på tlf.: +45 20 13 22 31

Booking af baner, mødelokaler m.m., kan gøres på klubbens hjemmeside: [www.aabaf1885.dk](http://www.aabaf1885.dk)

I træner/leder rummet, ved støvlevasken, findes computer med internetadgang og mulighed for at printe ud. Printet kommer ved inspektørens kontor.

Der findes WIFI overalt - det hedder linksys, og der bruges ingen kode.

Hvis man skal på tur, skal pengene indbetales til klubbens konto.

Det er træneren/lederens ansvar, at være ajour med at spillerne er indmeldte i Aalborg Boldspilklub af 1885. Ligeledes skal træneren/lederen give besked til kontoret, når en spiller melder sig ud. Man er altid velkommen til at komme ind på kontoret, for at få en opdateret spillerliste.

### Kontoret har følgende åbningstider:

Mandag: 10:00-15:00  
Tirsdag: 10:00-18:00  
Onsdag: 10:00-18:00  
Torsdag: 10:00-15:00  
Fredag: 10:00-14:00

*(DER TAGES FORBEHOLD FOR ÆNDRINGER, GRUNDET SYGDOM ELLER MØDER - DETTE VIL BLIVE SLÅET OP PÅ DØREN)*

Se hvem der er på vagt på [www.aabaf1885.dk](http://www.aabaf1885.dk), under punktet 'det sker på AaB'.



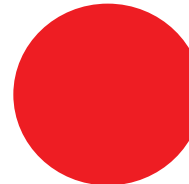
## KONTAKT



INSPEKTØR / KAMPFORDELER  
Ole Torp  
Tlf.: +45 20 13 22 31  
E-mail: [kamp@aabaf1885.dk](mailto:kamp@aabaf1885.dk)



INSPEKTØR  
Ole Christensen  
Tlf.: +45 20 13 22 31  
E-mail: [kamp@aabaf1885.dk](mailto:kamp@aabaf1885.dk)



CAFETERIA  
Lotte Rosbjerg  
Tlf.: +45 53 86 18 85  
E-mail: [lr@aabaf1885.dk](mailto:lr@aabaf1885.dk)



KONTOR/ØKONOMI  
Thomas Mortensen  
Tlf.: +45 53 87 18 85  
E-mail: [tm@aabaf1885.dk](mailto:tm@aabaf1885.dk)



KONTOR  
Mette Heide Andersen  
Tlf.: +45 53 76 18 85  
E-mail: [mha@aabaf1885.dk](mailto:mha@aabaf1885.dk)