



## Velkommen til CIK-håndbold til dig som spiller – og til dine forældre

Vi glæder os til at se dig til træning og håber, at du vil få gode håndboldoplevelser sammen med os.

I dette velkomstbrev får du lidt information om træning, kampe, og det, der ellers er godt at vide. Hvis du har yderligere spørgsmål er du velkommen til at spørge træneren.

### Holdsport

- Du skal downloade app'en Holdsport. Al information om træning, kampe osv. bliver oplyst her. Du kan finde klubben (CIK) og dit eget hold.
- Du finder en vejledning til holdsport her nederst i mailen.

### Tilmelding til kampe og træning

#### Træning

Selvom du har meldt dig ind i klubben, skal du tilmelde eller framelde dig til træning i Holdsport. På den måde kan trænerne tilrettelægge den bedste træning, fordi de ved, hvor mange I bliver.

Tilmeld dig træningen gerne en uge og senest to dage før træningsdagen. Er du blevet syg, melder du selvfølgelig fra på dagen.

#### Kampe

Noget af det sjove ved håndbold er at spille kampe. Det er her, vi prøver det, vi har lært i træningen, og kampene giver et godt fællesskab på holdet. Alle kan være med. Hvis du er i tvivl om noget, så tal med din træner.

Du skal tilmelde dig kampe så hurtigt som muligt og senest en uge før. Det er der to grunde til

- 1) Klubben får en bøde, hvis holdet melder fra for sent (og vi er kedede af at bruge klubbens begrænsede midler på bøder)
- 2) Træneren kan nå at flytte kampe, hvis man kan se, at der ikke kan stilles hold.

Tilmelding til kampe foregår i Holdsport – på samme måde som tilmelding til træning.

### Hvad skal jeg hjælpe med som forælder?

Vi sætter stor pris på den hjælp, vi kan få fra forældre. Som forælder gør du en forskel ved at bakke op og heppe til kampe, hjælpe med kørsel til og fra kampe (det aftales fra gang til gang, så alle spillere kan komme frem og tilbage) og hjælp til at vaske spillertøj efter en kamp (går på omgang).

Derudover er der to vigtige begivenheder om året, som vi håber, du har lyst til at hjælpe med til (ingen af delene kræver, at man er særlig håndbold-kyndig). Du kan se datoer for dem, beskrivelser osv. på klubbens hjemmeside under menupunktet *Frivillig i CIK*: [CIK-Håndbold.dk](http://CIK-Håndbold.dk)

Vi holder også et årligt forældremøde (typisk i begyndelsen af sæsonen), hvor både nye og 'gamle' forældre kan få at vide, hvordan det går på holdene, information om stævner, arrangementer osv. Klubbens ungdomsudvalg vil også blive præsenteret.

Forældremøderne bliver annonceret på Holdsport og i CIK's facebookgrupper (se nedenfor).



## Facebook

De fleste hold har en Facebook-gruppe, hvor der bliver kommunikeret om sociale arrangementer eller andet. Meld dig ind i gruppen, så du let kan komme i kontakt med de andre forældre på holdet.

[Trille Trolle](#)

[U6-U9 \(mini-mix\)](#)

[CIK U11 & U13 Piger](#)

[CIK U11 & U13 Dreng](#)

[CIK U15P](#)

[CIK/Team Amager](#)

Vi glæder os til at se dig til træning – VELKOMMEN

CIK Håndbold

## Vejledning til Holdsport

### [Informationer til nye børne- og ungdomsmedlemmer](#)

#### SEKS GRUNDSTEN FOR 'RIGTIG, SJOV HÅNDBOLD'

1. Håndbold skal være en god oplevelse for alle børn og unge.
2. Den gode træningsoplevelse giver mulighed for, at alle børn og unge kan udvikle sig.
3. Den gode kampoplevelse skaber udvikling, motivation og læring i kampen – for holdet og den enkelte spiller.
4. Det gode trænings- og klubmiljø sikrer et håndboldtilbud, der er tilpasset børn og unges hverdagsliv og livsvilkår.
5. Sociale relationer og fællesskabet er bærende elementer i håndboldsporten.
6. I håndboldforeningen har børn og unge mulighed for at udvikle kompetencer, som ruster dem til livet på og uden for håndboldbanen.

