****

## Funktionsbeskrivelse af rollerne som Holdleder (HL) og Forældresupport (FS) i Haderslev Svømmeklub gældende fra sæson 2024/25

* Til stævner, træningslejre og andre sociale arrangementer I Haderslev Svømmeklub skal der som udgangspunkt altid være 1 udpeget ansvarlig holdleder **(HL)**, og alt afhængig af eventets størrelse og art – evt. også̊ flere udpegede forældresupport **(FS**) fra Haderslev Svømmeklub. Ved tilmeldingen under eventet vil dette fremover fremgå.
* Udgangspunktet er, at der er en **HL** med pr. 15 svømmere på K3’s stævner/arrangementer. Det forventes ikke at den faste **HL** deltager i alle stævner/events. Andre **HL** kan selvfølgelig udpeges. Er der over 15 svømmere tilmeldte til eventet kan der være behov for hjælp af udpegede **FS**
* Fremover INGEN fast **HL** til K2 og K1, men hvis skønnes nødvendigt af træner og sportschefen, udpeges en **HL/FS** til et event. Træner og Sportschef giver stævnekoordinator besked om dette i god tid
* **HL** og **FS** primære opgaver er at støtte svømmerne i tæt samarbejde med trænerne. Det er derfor vigtigt med en god dialog - også̊ gerne før stævnet, hvis der evt. er særlige forhold, der bør være ekstra fokus på. Det vil stå på infoseddel HVEM der er udpeget **HL** og **FS** under eventet
* At være **HL** og **FS** kræver ingen særlige forudsætninger. Hvis det ønskes, vil vi gerne tilbyde sidemandsoplæring med en erfaren holdleder.
* Der vil fra sæson 2024/25 være udnævnt mindst 3 faste stævnekoordinatorer og disse vil være en del af stævneudvalget. Stævnekoordinatorer vil fremover stå for oprettelse og koordinering af alle stævner/træningslejre/events og administrere de forskellige faser fra start til slut i Haderslev Svømmeklub i samarbejde med Træner og Sportschef
* Som fast **HL** på K3, eller udnævnt **HL**, skal du derfor alene koncentrere dig om opgaverne med svømmerne i samarbejde med træner under selve eventet/stævnet.

## Funktionsbeskrivelse af rollen Holdleder (HL)

* **HL** sørger for, at alle har kørelejlighed i bilerne. **HL** kører som den sidste både ud og hjem fra stævner. Dette for at sikre, at alle svømmere har kørelejlighed. Opgaven kan udpeges til andre forældre ved akutte opståede situationer. Der vil som tidligere, altid blive udsendt infoseddel af stævnekoordinatorerne til hvert enkelt event med alle oplysninger påført
* **HL** deltager i stævnearrangørs holdledermøde, ca. 1 time før stævnestart. Ved holdledermødet bliver der givet diverse information om stævnets afholdelse. Information der skal viderebringes til træner og svømmere.
* **HL** henter evt. udskrevne stævneprogrammer ved stævnearrangør. For at få et overblik over stævnet, er det en god ide at overstrege Haderslev Svømmeklubs svømmere med overstregningstusch i heatlisterne. Både træner og svømmere vil gerne se disse heatlister/programlister/deltagerlister. Det en god idé at printe listerne ud hjemmefra, da du ikke kan forvente, der er udskrevet stævneprogrammer. ***Vær dog opmærksom på, at ændringer kan forekomme!***
* Til overnatningsstævner har vi altid snack/frugtkasse med, som fast eller udnævnt **HL** sørger for, at få indkøbt, rengjort og udskåret til svømmerne INDEN stævnestart. Det betyder, at indkøb af frugt/snack/diverse og klargøring af disse vil være en af de større arbejdsopgaver ved stævnet eller diverse andre svømmearrangementer. Udstyr til stævnet, herunder skærebræt, knive, kasser mm. findes i køkkenet ved klublokalet. Det samme med bannere, roll-ups og t-shirts til **HL.**
* Snack/frugt kasse skal være klar (udskåret og tilgængelig) for svømmerne ***INDEN*** stævnestart (efter indsvømning) ved hver stævneafsnit.
* Sørg for at lægge tingene tilbage igen hurtigst muligt i klublokalet, afvasket og klar til brug for de næste udpegede **HL**/ **FS.**
* T-shirts returneres nyvaskede så hurtigt som muligt, da de skal være klar til næste stævne
* Al information inden stævnet fra Haderslev Svømmeklub til **HL,** sker via stævnekoordinator der sørger for oprettelse af events, udsendelse af mails, udpege **HL** eller evt. **FS**, booking af stævne, kørsel, anmeldelse af officials, overnatning og bespisning osv. Som før nævnt udsender stævnekoordinator infoseddel til alle involverede/tilmeldte til stævnet.
* Som **HL**, skal du derfor alene koncentrere dig om opgaverne til selve eventet/stævnet.
* **HL** har også til opgave at have overblik på alle deltagende svømmere, tidsplan og evt. ændringer til program som meddeles træner
* Der gælder andre forhold ved overnatningsstævner, hvor der er behov for **HL** og evt. **FS**, der kan overnatte med svømmerne. Hvor mange **FS**, der er brug for under stævnet, udover en **HL**, aftaler trænere og sportschef med stævnekoordinator og oplyses under tilmeldingen til eventet
* **Ved stævner med overnatning: HL** sørger for at tjekke ind- og ud fra skolerne/overnatningsstedet og sørger for madbilletter.
* **HL** har ansvaret for at svømmere og trænere bliver indlogeret i svømmehal og på skole/vandrehjem/hotel hvor svømmerne skal overnatte.
* Husk Inden afgang at afhente og medbringe kasser til snack/frugt i klublokalets køkken

## Funktionsbeskrivelse af rollen forældresupport (FS)

* **FS** og **HL** samarbejder om de forskellige opgaver under stævnet.
* **FS** og **HL** sørger for at svømmerne får spist og drukket, har varmt tøj på, hepper på hinanden og at der ydes opmuntring og støtte til svømmerne.
* Vedrørende information til **FS**, sker dette som tidligere via udsendelse af infoseddel. Som **FS** skal du derfor alene koncentrere dig om svømmerne under eventet/stævnet i samarbejde med **HL** og træner. Der gælder andre forhold ved overnatningsstævner, hvor der er behov for at **HL/FS** overnatter med svømmerne. Hvor mange **FS** udover en **HL,** der er brug for under stævnet, aftaler trænere og sportschef i samarbejde med stævnekoordinator inden eventoprettelse.
* Til overnatningsstævner har vi frugtkasse med, som **FS** hjælper til med i samarbejde med **HL**. Klargøringen af denne, vil være en af de større arbejdsopgaver ved stævnet eller diverse andre svømmearrangementer.
* Roll-ups eller bannere placeres i det område i svømmehallen, hvor Haderslev Svømmeklub vil være, således HSK-svømmerne nemt kan orientere sig.
* Snack/frugt kasse skal være klar (udskåret og tilgængelig) for svømmerne ***INDEN*** stævnestart ved hver stævneafsnit.
* Udstyr til stævnet, herunder skærebræt, knive, kasser mm. medbringer **HL** eller **FS** efter aftale. Udstyret findes i køkkenet ved klublokalet. Det samme med bannere, roll-ups og t-shirts til **HL** og **FS**. Sørg for at lægge tingene tilbage igen, afvasket og klar til brug for de næste holdledere og forældresupportere. T-shirts returneres nyvaskede
* De resterende opgaver der opstår, fordeler **HL** og **FS** imellem sig.

## Ved alle stævner

* Holdleder og træner samler svømmerne for afholdelse af opstartsmøde. Træneren informerer bl.a. svømmerne om deltagelse i holdkaps- og tidspunkt for fælles kampråb
* Klubtøj SKAL bæres under hele stævnet og **tydeligt** ved præmie overrækkelse. Svømmerne skal altid holde sig varme og bære sko
* **HL** og **FS** hjælper især de nye K-svømmere med at komme til opvarmning/ind-svømning
* **HL** sørger for at K-svømmere er klar til start i god tid (ca. 2 heat før de skal svømme)
* **HL** skal være opmærksom på præmieoverrækkelser mellem løbene. Svømmerne **SKAL** bære synligt Klubtøj ved præmieoverrækkelse
* Støtte de svømmere, der har behov for en snak, opmuntring, ros mm.
* **HL** og **FS** hjælper og motiverer svømmerne til at heppe på hinanden. Når vi er afsted til stævner, er mottoet: Et hold, Et mål.
* Svømmerne skal helst slukke mobiltelefonerne. De skal helst STØTTE og HEPPE på klubkammerater under stævnet i stedet
* **HL** og **FS** er opmærksomme på at svømmerne får drukket vand spist imellem løbene. Frugten skæres ud løbende.
* **HL** og **FS** hjælper tilskadekomne svømmere eller svømmere der har behov for lidt hjælp (Trænerne kan ikke forlade hallen)
* Ingen svømmere må forlade eller afhentes fra svømmehallen uden forudgående aftale med Træner. **Stævnet er først slut for alle svømmere i HSK, når den sidste HSK-svømmer har svømmet. Svømning er en individuel sport, men samtidig er K-svømmere i HSK -** **Et hold, Et mål.**
* **HL** tager sig af tvivlsspørgsmål under stævnet. Læs evt. den oprindelige invitation på [www.svømmetider.dk](http://www.svømmetider.dk), fra den arrangerende klub godt igennem. Her bliver mange spørgsmål besvaret før stævnet.
* Vi ser meget gerne at **HL** og **FS** tager mange billeder til klubbens hjemmeside/Facebook/Instagram og sende via Messenger til Haderslev Svømmeklub.

## Indkøb af frugt til stævnekasse og snacks til stævnekasse ved REMA 1000, Simmerstedvej, Haderslev

**Behovet for frugt varierer fra gang til gang.** **Som tommelfingerregel skal der til et heldagsstævne indkøbes:**

* Ca. 1 stk. frugt pr. svømmer. (æbler, pærer, klementiner, bananer)
* Ca. 1 bakke vindruer til 6 svømmere
* Ca. 1 melon til 8 svømmere
* Ca. 1 kg gulerødder til 15 svømmere.
* Ca. 1- 1,5 pose rosiner (a 250 g) til 15 svømmere
* Ca.250 gram **usaltede** nødder til 15 svømmere
* Husk at kigge i køkkenet på hylderne ved klublokale om evt. overskydende fra andre events

#### **Ved stævner der strækker sig over flere dage, kan der være behov for:**

* Boller eller knækbrød evt. bagt af nogle forældre. (Stævnekoordinator vil ved oprettelse af event, gøre forældre til de tilmeldte obs på dette/bede dem tilmelde sig bagning!)
* Beregn Ca. 2 pakker grove sunde kiks til 15 svømmere eller 2 pakker knækbrød til 15 svømmere
* Indkøb evt. Marmelade, Nutella, Mørk chokolade pålæg, eller andet der kan holde sig i svømmehallen til at smøre på.
* Ved Mesterskaber kan der være behov for saftevand **med sukker**, Kakaomælksbrikker som hurtig restitution efter endt stævnedag eller små juice som hurtig optagelse af sukker.
* Det aftales indbyrdes mellem **HL** eller **FS**, hvem der handler ind.
* ***Send en mail eller aflever en seddel til Rema 1000, Simmerstedvej, Haderslev. Når du afhenter varerne, modtager du en bon/kvittering. På denne bon/kvittering skriver du til HVILKET event det er indkøbt og dato for eventet. Underskriv med dit eget navn (så det kan læses) og send til bon/kvittering til*** **kasserer@haderslevsvommeklub.dk****)**
* ***Haderslev Svømmeklub støtter dem der støtter os.*****DERFOR skal al frugt/snacks/diverse indkøbes ved Rema 1000, Simmerstedvej, Haderslev**

## Klubtøj når du repræsenterer Haderslev Svømmeklub

* Klubben ser gerne, at du som holdleder eller forældresupport har en klub T-shirt på. Hvis du ikke har en, kan du låne en af klubben. De findes i langt de fleste størrelser. T-shirts findes i køkkenet ved klublokalet. T-shirtene returneres nyvaskede til klublokalet eller køkkenet.
* OBS!: Der er varmt og fugtigt i svømmehallerne! Vi anbefaler, at I tager noget åndbart tøj på, der kan tåle at blive vådt. Det er også̊ en god idé at have et par gode indendørssko med skridsikker bund på. HUSK at drikke rigeligt vand ved længere ophold i svømmehallen – det gælder ikke kun svømmerne
* I er altid velkomne til at kontakte stævnekoordinator med spørgsmål: hsk-event@haderslevsvommeklub.dk