



Velkommen som spiller i HØJ

I HØJ Håndbold vil vi gerne have et godt miljø, så alle er glade for at komme i klubben - både spillere, forældre og trænere. Det kan vi alle sammen hjælpe hinanden med. Vi har som klub nogle forventninger til, hvordan du som spiller kan bidrage til at skabe et godt miljø, nemlig:

At du kommer i HØJ Håndbold for at lære at spille håndbold og gerne vil give andre samme mulighed. Derfor...

- møder du positiv, frisk og klar til både træning og kamp
- er du helt enig i, at træneren træner, spillerne spiller, dommeren dømmer og forældre hepper og klapper (det gælder også, når andre HØJ hold spiller)
- forstår du, at vores dygtige og engagerede trænere forbereder træningen efter DHF's anvisninger om aldersrelateret træning og gør dit bedste for at lytte og lære af dem
- forstår du, at der i træningen både er aktive situationer (med bold) for den enkelte spiller og for holdet, men også fysisk træning - selv for de yngste årgange

Vi bruger mange timer på og udenfor håndboldbanen i HØJ Håndbold. Det er vigtigt både at være social og klar til kamp. Derfor....

- er vi alle positive og imødekommende
- sælger du dine tildelte julekalendere, så du er med til at spæde lidt til klubkassen
- sørger du for at du selv, eller dine forældre holder sig orienteret om klubbens hjemmeside www.hojhaandbold.dk og gerne via Facebook – HØJs klubsider
- hjælper du til ved arrangementer i klubben, når du kan
- sørger vi for at lære alle vores hold- og klubkammerater godt at kende, og det kan du bl.a. gøre ved at deltage i:
 - Sports Camp
 - Håndbold Skole
 - HØJ Cup (eventuel som medhjælper, hvis dit hold ikke deltager)
 - Jule og påsketur
 - Jule Five a Side
 - Afslutningsfest

Endelig er det vigtigt, at du læser informationen, der hedder "Om træning og kamp" grundigt.

Husk hvis du har spørgsmål, kan du altid gå til en holdkammerat, din træner eller holdleder. Bare spørg, vi er der for at hjælpe dig, så godt vi overhovedet kan. Oplysninger om træningstid, træner og holdleder kan du altid finde på HØJ's hjemmeside www.hojhaandbold.dk.

Bestyrelsen i HØJ Håndbold