Holdlederopgaver

Hvert konkurrencehold har et holdlederteam bestående af forældre. Holdlederne deltager ved alle stævner og på træningslejre, hvor de hjælper svømmere og trænere. Desuden kan der være enkelte holdarrangementer i løbet af året, hvor holdlederne hjælper.

Ønsker du at være holdleder eller høre mere, kan du kontakte cheftræneren.

Stævneopgaver:

Normalt mødes holdlederne, når stævneplanen er fastlagt og fordeler stævnedagene i sæsonen mellem sig.

Afhængig af stævnernes karakter og antallet af deltagende svømmere, kan en holdleder godt fungere på tværs for flere hold på en stævnedag.

Stævne:

Forud		
	Opslag på FB	
	Sørge for førstehjælpskit i tasken	
	Sørge for menstruationsprodukter i tasken	
På dagen		
	Tjekke at svømmere er ankommet	
	Deltage i holdledermøde	
	Få overblik over endelig tidsplan for dagen	
	Overstrege Roskildedeltagere i programmet (et program til træner, et program til holdleder) Ved nogle stævner findes programmet udelukkende online (live-timing)	*Den arrangerende klub sørger for en kasse, hvor printede programmer ligger*
	Fortælle svømmerne om løb, heat og bane	*Skriv på arm, hvis nødvendigt*
	Minde svømmerne om opvarmning og sende dem hen mod startskamlerne	
	Tjekke resultatlister og informere eventuelle medaljetagere, så de er klar	
	Hvis der er tid: foto til FB	
	Rydde op	

Træningslejropgaver:

Det er frivillige forældre, der er holdleder(e) på træningslejr, og det aftales typisk nogle måneder før afholdelse. Længerevarende træningslejre i nærområdet kan deles af flere, hvorimod lejre længere væk typisk dækkes af samme holdleder hele perioden. Træneres børn kan ikke deltage i lejren, - medmindre de børn er svømmere på et af de deltagende hold.

Hjælpe med:

- at sige godmorgen / vække svømmerne om morgenen
- at få alle med til måltider, evt hjælpe hvis der er hensyn.
- at få alle afsted til træning
- at sige godnat

Indenfor det givne budget at sørge for:

- Indkøb
- Kantsnack i svømmehallen (kiks, skåret frugt m.m.)
- Eftermiddag og aftenssnack, typisk hjemmebagt brød, saft/kakao, skåret frugt

Aktiviteter

- Medbringe alderspassende brætspil og evt udendørs spil
- Bidrage til småspil (leg) og aftenhygge (koordineres med trænerne)
- Sørge for dagligt nyt på interne sociale medier

og i øvrigt hjælpe både trænerne og svømmerne, hvis der behov.

Medbringe førstehjælpskit og menstruationsprodukter.

På en træningslejr er der nogle timers arbejde hver dag for holdlederen og i øvrigt en masse god tid sammen med deltagerne.