



HAMMARBY
BASKET

Hammarby Baskets Gröna Tråd

Riktlinjer för Tränare i Hammarby Basket

1. Tränarens Roll i Hammarby Basket

- **Klädsel och Uppträdande:**
 - Tränare ska alltid vara ombytt till träningskläder och inneskor på träningar.
 - Inte använda kläder med logotyper från andra svenska basketlag på träning eller match.
 - Under match ska tränare bära föreningens bestämda profilkläder. Tex Hammarby Basket, HBC eller Lampe Challenge
 - Vi ställer aldrig in träning med kort varsel!
- **Engagemang och Föredöme:**
 - Tränare ska vara fysiskt aktiva under träningen, stå upp.
 - Ställ krav på spelarna och fungera som förebilder med ett vårdat språk.
 - Ta alltid emot nya spelare på ett välkomnande sätt.
 - Var förberedd och engagerad inför varje träning och match.
 - Agera utifrån föreningens värdegrund
 - Lär känna andra tränare och funktionärer i klubben

2. Träningar i Hammarby Basket

- **Träningsstruktur:**
 - Uppvärmning sker alltid med boll för att maximera förberedelsen.
 - Skapa ordning i hallen. Organisera bollar, vattenflaskor & väskor (boll bänk)
 - Lag visar respekt och stör inte andra gruppers träningar. Tränaren är ansvarig för sin grupp både innan och efter sin schemalagda träning
- **Träningsdisciplin:**
 - Kollektiv bestraffning används inte i Hammarby Baskets verksamhet.
 - Efter träningstiden avslutar gruppen med 15 minuters fys med egen kroppsvikt samt gemensam stretching utanför planen (U13 och äldre).
- **Ytterligare Rekommendation:**
 - Vi uppmuntrar att laget springer ute, före eller efter träning.

3. Matcher i Hammarby Basket

- **Tränarens Fokus:**
 - Fokus ska vara på spelarnas utveckling, inte på att kritisera domarna.
 - Undvik situationer som kan leda till tekniska fouls.
- **Coaching och Laganda:**
 - Tränaren coachar laget aktivt medan publiken hejar positivt.
 - Tränaren är ansvarig för att föräldrar uppträder korrekt då även de är representanter för klubben
 - Alla spelare som är uttagna till match ska få speltid.
- **Representera Hammarby:**
 - Tränare och spelare ska alltid vara goda representanter för klubben/laget.