



Trænerens funktionsbeskrivelse Beskrevet som en typisk træningsdag

- **Træneren møder ca. 15- 30 min. før den officielle del af træningen starter, for at ”rigge til”.**
Det forventes, at træneren har ansvaret for ”sin egen” udleverede trænerbåd, og at hun/han selv søsætter båden, tjekker benzinbeholdning og sørger for, at diverse mærker og ankergrej, der skal anvendes til træningen, lastes i båden.
- **Den officielle del af træningen starter typisk med et ”skippermøde”, hvor træneren og sejlerne aftaler målet med træningen samt den praktiske udførelse på vandet.**
Det forventes, at træneren i forvejen har gjort sig tanker om forskellige mulige træningsscenarier i forhold til vind og vejr og sejlernes niveau. Husk at bruge diplomsejlerskolens plakat til at se sejlerens niveau.
- **Træningen på vandet gennemføres i forhold til det der er aftalt på ”skippermødet”**
Forhold på vandet kan imidlertid gøre, at man på stedet må træffe nye beslutninger/omlægge til træningen.
- **Efter afsluttet træning på vandet afleveres trænerbåden, efter aftale, på sin plads i havnen.**
Båden afleveres ordnet og med alt ankergrej kvejlet op. Evt. fejl eller defekter meldes til den ansvarlige for følgebåden.
- **Hurtigst muligt efter at sejlerne er på land afholdes en ”debriefing” hvor sejladsen og de enkelte sejlere evalueres i forhold til dagens mål.**
Husk afkrydsning af sejlernes færdigheder på Diplomsejlerskolens plakat.
- **Hvis træneren ikke har mulighed for at møde til en træningsdag, kontaktes den træneransvarlige i ungdomsudvalget.**
Det er ønskværdigt hvis hver træner har en personlig vikar.