

# Genåbning af NUGF Viborg

## Forholdsregler omkring Corona

Online 10. maj

U6-U12 kl. 16.00

U13 opefter kl. 17.00

Slå mikrofon fra  
og stil spørgsmål  
i chatten

Mødet optages

**NUGF**



**N**ærvær

**U**dvikling

**G**læde

**F**ællesskab

Vi spiller sammen

# Dagsorden

- Indledende bemærkninger fra bestyrelsen
  - Medlemsstatus
  - Budskaber om genåbning
- Corona retningslinjer fra DBU
- Corona retningslinjer fra NUGF
- Træningsinspiration i Coruna
- Medlemsinfo
- Kampklar - inviter via spillergrupper
- Træningstiderne

**NUGF**



**N**ærvær

**U**dvikling

**G**læde

**F**ællesskab

---

Vi spiller sammen

---

# Flot opbakning, men også udfordringer

- Rigtig god medlemsopbakning til at betale kontingent - vi er næsten i mål med, at alle har betalt kontingent
- 35 udmeldinger siden 15. marts - ca. 8%
  - Kampklar er ajourført
  - Træningstilbud er KUN for NUGF Viborg medlemmer
- Aktuelt 368 medlemmer

# Sundhed kommer før fodbold

- I NUGF Viborg ønsker vi at leve op til anbefalingerne fra myndigheder og DBU
- Bestyrelsen laver den generelle medlemsinfo
- NUGF.DK opdateres med retningslinjer og info løbende
  
- Træningsplan er justeret for at minimere ”trafik” i forbindelse med overlab
- Der er sørget for håndsprit
- Der er desinfektionsmiddel til materialevask
  
- Klubhus er lukket
- Bad og omklædning er lukket
  
- Der er en Corona vagt på anlægget - i første omgang bestyrelsen, herefter forældre

**NUGF**



**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

# Vi følger DBU's retningslinjer

## CORONA-GUIDE: FØR OG EFTER TRÆNING

Politikerne har åbnet for fodboldtræning underlagt særlige corona-regler. Her kan du finde en videoguide for forberedelserne før træning og de afsluttende manøvrer efter træning. I den kommende uge lancerer vi også en guide for selve afviklingen af træning.



**NUGF**



**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

# Trænere: før og efter træning

## Før

- Spillerne skal være opdelt og tilmeldt inden træning
- Alle møder omklædt til tiden (ikke før) og går direkte til deres træningsgruppe.
- Kun træneren har adgang til boldrum og skal alene tage bold og kegler ud.
- Der vælges et sæt bolde og kegler, som kun må bruges af den enkelte gruppe under træningen.
- Det er ikke tilladt at bruge overtræksveste.
- Der må max trænes i grupper af maksimum 10 personer inklusive voksne, og der må ikke skiftes ud i grupperne under træningen.

## Efter

- Alle forlader træningen lige efter den er slut. Anlægget skal forlades alene, ikke i grupper. Trænerne skal være særlig opmærksom ved skiftet mellem træningshold.
- Træneren vasker alle rekvisitter af med vand og sæbe.
- Hvis en spiller eller en leder får symptomer på sygdom, og får konstateret COVID-19, skal klubben, trænere og medspillere orienteres om dette.

# Trænere: Under træning

- Intro til spillerne
- Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe
- Der skal så vidt mulig holdes 2 meters afstand til hinanden under hele træningen og ved samlinger.
- Der opfordres til aktiviteter, som kan gennemføres helt uden fysisk kontakt.
- Under træning er det kun den ansvarlige, der må flytte kegler og mål.
- Der må ikke heades til bolden og heller ikke tæmmes med bryst
- Der må IKKE bruges hænder i træningen med undtagelse af målmanden, der skal bruge EGNE handsker, som skal være vasket af før træning.
- Der må ikke skiftes ud i grupper under træning.
- De enkelte grupper skal holdes separate og må ikke blande sig med hinanden under træning.

**NUGF**



**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

# Spiller og forældre

- Man skal være tilmeldt træningen via Kampklar
  - Alle møder omklædt til tiden (ikke før) og går direkte til deres træningsgruppe.
  - Alle spillere og trænere vasker hænder/spritter hænder af, inden de går til træning og igen på NUGF-anlægget.
  - Ved træning på Kunstgræsbanen anvendes udendørs vask ved udskoling før og efter træning
  - Hold afstand - så vidt muligt 2 meter
  - Drikkedunke med tydelig navn skal medbringes fyldte hjemmefra og må ikke deles med andre.
  - Lyt efter trænerens anvisninger
- 
- Forældre skal forlade træningsområdet igen.
  - Besøg vores [sponsorer](#) eller gå en tur i Digterparken 😊

**NUGF**



**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

man møder ikke til træning, hvis man selv har symptomer på Covid19-sygdommen eller bor sammen med eller har været i kontakt med en person, som er testet positiv.



# Vask af materialer

- NUGF sørger for rene materialer i BOLDRUMMET
- EFTER TRÆNING afleveres bolde/kegler i MATERIALERUMMET
- I nødtilfælde bruges spand/sæbe fra materialerummet

## Træningsøvelser tilpasset retningslinjer

- DBU er i gang med at lave aldersrelateret inspirationsøvelser, der kommer til jer via mail.
- Peder Henriksen har lavet et [inspirationskatalog](#) til jer

# Lad Kampklar hjælpe jer Begræns adgang til spillergrupper

**NUGF**



**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

## KAMPKLAR - SPILLERGRUPPER //

Mit hold: U10 Piger

Spillere	<b>Spillergrupper</b>	Holdstatistik	Beskedindstillinger
----------	-----------------------	---------------	---------------------

### SPILLERGRUPPER

Navn	Farve
Hold 1	●
Hold 2	●

Tilføj ny spillergruppe

Tilføj spillere til grupper

**i** Du kan klikke på en spillergruppe i kolonnen til højre for at tilføje spilleren til gruppen. Vær opmærksom på at en spiller kun kan tilhøre en spillergruppe

Spillergruppe	Spillernavn	Fødselsdato	Vælg spillergruppe
● Hold 1			✓ ●
● Hold 2			● ✓
● Hold 2			● ✓

## KOMMENDE AKTIVITETER

**MAJ**  
**13**



TRÆNING

**Træning Hold 1**



Onsdag kl. 16:30 - 17:45  
Mødetid: 16:30 (Bane 6 Kunststof)

**MAJ**  
**13**



TRÆNING

**Træning Hold 2**



Onsdag kl. 16:30 - 17:45  
Mødetid: 16:30 (Bane 6 Kunststof)

### BEGRÆNSET ADGANG

**i** Hvis du ønsker kun at gøre aktiviteten synlig for specifikke spillergrupper eller spillere, kan du anvende begrænset adgang.

Begrænset adgang

Spillergrupper

Hold 1

Spillere

Vælg en eller flere personer

# Opdeling i spillergrupper

- Via kampklar kan I opdele spillerne i ”Corona” spillergrupper af op til ni personer.
- Opret træningsaktivitet for hver Corona hold
- Begræns adgangen
- På den måde er det transparant for forældre

**NUGF**



**N**ærvær

**U**dvikling

**G**læde

**F**ællesskab

Vi spiller sammen

# Træningstider ifm. Corona

# Træningstider er næsten uændret

Retningslinjerne er:

9 spillere + 1 træner på en halv  
8 mands bane.

I respekt for antallet af spillere  
har vi forsøgt at bevare, men  
justere træningstider/sted.

Vi justerer løbende og aktuelle  
tider kan altid ses på

<http://www.nugf.dk/traening/traeningstider/>

Holdnavn	Spillere	Holdkontakter
U13 Viborg Q	44	3
U14 Viborg Q (NUGF)	7	2
U06 Dr. (2014)	15	4
U06 / U07 Piger	13	3
U07 Dr	16	3
U08 Mix	18	3
U09 Dreng	17	3
U09 Piger	12	5
U10 Dreng	13	5
U11 Dreng	22	5
U10 Piger	20	9
U12 Dreng	27	4
U11 Piger	9	6
U13 Dreng	19	9
U14 Dreng	30	5
U16 Piger	27	5
U15/U16 Dreng	23	3
U17 Dreng	10	3
U19 Herrer	14	4
Senior	5	2
Herresenior	23	3
Old Boys & Veteran	50	3

**NUGF**



**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen



# NUGF

**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

## Justeringer

- U14 DR (30) tildeles område 1 og 2
- U13 DR (19) rykkes til 18.15 på område 6
- OB/Veteran (50) rykkes til 19.45 på område 6-7

	Bane 1 (8 mands)	Bane 2 (8 mands)	Bane 3 (5 mands)	Bane 4 (5 mands)	Bane 5 (multibanen)	Bane 6 (8 mands)	Bane 7 (8 mands)	Hele kunstgræsbanen	Bane 1 + Bane 2
16:00									
16:30						Træningstid: U08 Mix	Træningstid: U10 Drenge		
17:00									
17:30									
18:00									Træningstid: U14 Drenge
18:30									
19:00									
19:30									
20:00								Træningstid: Old Boys & Veteran	
20:30									
21:00									





•U13 Piger Viborg Q (44) starter kl. 17.45 og slutter kl. 19.15

Kan tildeles yderligere plads på Område 1-2, forudsat at der er trænere nok

Dame Senior rykkes alternativt til Område 1-2...i så fald fasthold U13 Piger deres nuværende træningstid

	Bane 1 (8 mands)	Bane 2 (8 mands)	Bane 3 (5 mands)	Bane 4 (5 mands)	Bane 5 (multibanen)	Bane 6 (8 mands)	Bane 7 (8 mands)	Hele kunstgræsba	Bane 1 + Bane 2
15:00									
15:30						Træningstid: U13 Dreng			
16:00									
16:30	Træni U10 Piger	Træningstid: U11 Piger	Træningstid: U08 Mix						
17:00	Træni U09 Piger								
17:30									
18:00								Træningstid: U13 Viborg Q	
18:30									
19:00									
19:30						Træningstid: Senior			
20:00									
20:30									
21:00									

## Justereringer

- U14 DR (30) starter 18.15 på område 7 og slutter 19.30
- Herre Senior (23) starter 19.45 på område 7

	Bane 1 (8 mands)	Bane 2 (8 mands)	Bane 3 (5 mands)	Bane 4 (5 mands)	Bane 5 (multibanen)	Bane 6 (8 mands)	Bane 7 (8 mands)	Hele kunstgræsbanen	Bane 1 + Bane 2
16:00									
16:30							Træningstid: U09 Dreng		
17:00						Træningstid: U11 Dreng			
17:30									
18:00	Træningstid: U12 Dreng	Træningstid: U15/U16 Dreng							
18:30							Træningstid: U14 Dreng		
19:00									
19:30						Træningstid: U19 Herre			
20:00							Træningstid: Herresenior		
20:30									
21:00									

**N**ærvær  
**U**dvikling  
**G**læde  
**F**ællesskab

Vi spiller sammen

		Fredag d. 15. maj 2020, Uge 20									
		Dag Uge Måned									
		Bane 1 (8 mands)	Bane 2 (8 mands)	Bane 3 (5 mands)	Bane 4 (5 mands)	Bane 5 (multibanen)	Bane 6 (8 mands)	Bane 7 (8 mands)	Hele kunstgræsbanen	Bane 1 + Bane 2	Nordre Skole
16:00											
16:30											
17:00											
17:30											
18:00											
18:30											
19:00											
19:30											
20:00											
20:30											