*Voorbereidingsprogramma*

*U21 2022-2023*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DAG** | **DATUM** | **UUR** | **LOCATIE** | **VELD** | **TYPE** |
| ~~Zaterdag~~ | ~~23/07/2022~~ | ~~10u30~~ |  |  | ~~Training~~ |
| Dinsdag | 26/07/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Donderdag | 28/07/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Zaterdag | 30/07/2022 | 10u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Maandag | 01/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Woensdag | 03/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| **Vrijdag** | **05/08/2022** | **19u30** | **Beloften KE Wervik**  **- SVL** |  | **Wedstrijd** |
| Zaterdag | 06/08/2022 | 10u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Maandag | 08/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Woensdag | 10/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| **Maandag** | **15/08/2022** | **19u30** | **KFC Damme - SVL** |  | **Wedstrijd** |
| Woensdag | 17/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| Vrijdag | 19/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| **Zaterdag** | **20/08/2022** | **16u30** | **Beaufort**  **Middelkerke - SVL** |  | **Wedstrijd** |
| Maandag | 22/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| **Woensdag** | **24/08/2022** | **20u00** | **SV Wevelgem City -**  **SVL** |  | **Wedstrijd** |
| Donderdag | 25/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| **Zaterdag** | **27/08/2022** | **14u30** | **SVL – KSV Bredene** |  | **Wedstrijd** |
| Maandag | 29/08/2022 | 19u30 |  | Strooien Hane | Training |
| **Woensdag** | **31/08/2022** | **19u00** | **Exc. Zedelgem - SVL** |  | **Wedstrijd** |
| Donderdag | 1/09/2022 | 19u30 |  | SVL T2 | Training |
| **Vrijdag** | **02/09/2022** | **20u00** | **SVL – SKD**  **Hertsberge** | **1** | **Competitie** |

* Samenkomst op 23/07/2022 met bedoeling om alle nodige informatie mee te geven en iedereen die kan al eens gezien te hebben. Daarnaast werken we ook nog de eerste training af!
* Voorbereidingsschema kan licht wijzigen naar gelang omstandigheden en het aantal aanwezigen. Momenteel nog geen wedstrijden die vastliggen, dus afhankelijk daarvan zal het schema kunnen wijzigen.
* In de voorbereiding is het belangrijk dat je zowel loop- als voetbalschoenen bij hebt
* In de voorbereiding zal er nog geen sprake zijn van vaste verdelingen. Het is mogelijk dat er samen getraind wordt met de beloften en ook bij oefenwedstrijden een mix van spelers U21 en beloften tot de selectie kunnen behoren!
* Locaties van trainingen kunnen veranderen maar bij wijziging zal dit telkens goed gecommuniceerd worden
* Graag tijdig laten weten wanneer je niet beschikbaar bent in de voorbereiding en voor welke wedstrijden je zeker wel/niet beschikbaar bent. Dit doe je bij voorkeur door mij persoonlijk te contacteren en niet in de groepschat!
* Vanaf heden maken we gebruik van ProSoccerData. Ik verwacht dan ook dat je hiervan gebruik maakt en de mogelijkheden maximaal benut. Voorbeeld : afwezigheden aanduiden in PSD.
* Op de eerste training dat je er bent, breng je het infodocument mee dat je hebt ingevuld.

*Afspraken*

De meeste zaken die hieronder staan vermeld spreken voor zich. Maar ik verwacht ook geen problemen omtrent deze zaken.

* Bij aankomst altijd een hand of vuistje geven aan trainer, afgevaardigde en teamgenoten.
* Er worden geen flessen water aangeboden, daar is het belangrijk om zelf een drinkbus mee te nemen naar de trainingen en wedstrijden. Je kan deze wel vullen, maar grote waterflessen zullen niet meer gegeven worden om rechtstreeks van te drinken!
* De trainingen gaan door op maandag (of dinsdag) en donderdag en dit telkens van 19u30. In de voorbereiding volgen we bovenstaand schema.
* In de voorbereiding verwacht ik dat iedereen naast zijn voetbalschoenen ook altijd loopschoenen bij zich heeft!
* Bij training altijd minstens een kwartier op voorhand aanwezig zijn in de kleedkamer
* Bij wedstrijd aanwezig zijn op het afgesproken uur.
* Bij wedstrijden altijd in training/ kledij van KSV Loppem
* Bij training/wedstrijd trappen we nooit zomaar een bal naar doel zonder dat we opgewarmd zijn. Dit om blessures te voorkomen
* Voetbal is een ploegsport, dit wil zeggen dat ik samen met jullie 1 hechte groep wil vormen dit zowel op als naast het veld.
* Ik verwacht telkens 200% inzet, zowel bij wedstrijd als training. Wie niet hard traint/werkt kan **NIET** beter worden!
* Ongepast gedrag kan niet en zal gesanctioneerd worden
* Toon respect, dit zowel voor jezelf, tegenstander, trainer, supporters en zeker voor de scheidsrechter
* Je bent een sportman/sportvrouw, dus probeer ook wat op je gezondheid te letten. Dit hoeft niet extreem te zijn, tijdig slapen is zeker al meer dan voldoende
* Verwittig altijd tijdig indien je niet aanwezig kan zijn bij wedstrijd of training. We verwachten dat je maximaal aanwezig bent op de trainingen. Het streefdoel waar we naar werken is dat je minimum 3 op 4 trainingen aanwezig bent.
* De personen die als laatste de kleedkamer verlaten zorgen ervoor dat alle materiaal meegenomen wordt en dat de kleedkamer netjes en gekuist achtergelaten wordt.
* Wedstrijdselecties en informatie omtrent trainingen en verder worden gecommuniceerd via Whatsapp en Pro Soccer Data. Dit wil zeggen dat je controleert of je al toegevoegd ben in de betreffende groep.