



BK FORWARD

Rotationsträning

Innebörden med rotationsträning är att framträdande spelare i respektive åldersgrupp på regelbunden basis ska träna med ett alternativt två år äldre. Syftet med detta är att motivera samt stimulera spelarna i en utmanande träningsmiljö. Antalet spelare varierar beroende på kvalitet men vardera spelare ska få en veckas rotationsträning åt gången. Vilka spelare som roterar väljer huvudtränaren för respektive åldersgrupp.

Minst två spelare från Akademin skall rotera i träning till representationslaget. Denna rotation ska baseras på kvalitet, inte kronologisk ålder och beslut om vem som roterar ska ske i samspråk mellan spelare, ledare för Akademi och ledare för representationslaget.

Kriterier för permanent uppflyttning inom Akademi

För att en spelare permanent ska flyttas till en äldre åldersgrupp krävs det att denne uppfyller följande krav:

- Spelaren får inte utsättas för en högre skaderisk på grund av drastiskt ökad intensitet under matchspel.
- Ledare i involverade lag och akademichef, i samråd med föräldrar och spelaren själv, ska gemensamt bedöma om spelaren har tillräckligt hög kvalitet för att klara av nivåförändringen. En FÖR stor utmaning kan leda till en försämrad självbild och sänkt motivation och glädje. Spelaren ska passa socialt i den nya gruppen
- Spelaren får inte överbelastas med att spela allt för många matcher i veckan i flera åldersklasser! Här är kommunikationen oerhört viktig emellan tränarna så att spelaren hinner få återhämtning mellan träning/match!
- Uppflyttningar och rotationer diskuteras kontinuerligt på tränarmöten så att spelarna får rätt utmaningar!

Kriterier för permanent uppflyttning till representationslag

Vid händelse att en Akademispelare permanent uppflyttas till representationslaget ska tränings- och matchbelastning anpassas till spelarens fysiska nivå. Beslut om permanent uppflyttning ska fattas av spelare, sportchefen och huvudtränaren för representationslaget.