



## Hjelp – mitt barn/min ungdom har akkurat startet med basket i Skjetten Basket. Hva gjelder egentlig?

Det er mye som er nytt når barnet/ungdommen starter med ny aktivitet. Her har vi forsøkt å samle det viktigste – les og kom gjerne med tilbakemeldinger om noe er uklart.

**Påmelding** – vi vil veldig gjerne at alle melder seg inn i klubben selv om man tenker bare å prøve basket. Dette har med forsikringer for barna/ungdommen å gjøre blant annet. I tillegg er det viktig for oss å hele tiden ha et oppdatert medlemsregister. Dette gjøres her: [Påmelding | Skjetten Basket \(sskbasket.no\)](https://sskbasket.no)

**Spond** – vi benytter denne tjenesten/appen til å invitere til trening, cuper, ferdighetstrening, arrangementer og informasjonsdeling fra oss som klubb til dere som foresatte. Gruppekode til Spond kommer til foresatte som også står på påmeldingen. Her kan dere velge om dere ønsker meldinger på epost eller sms.

**Lagtreninger** – alle aldersbestemte lag, og som også spiller serie har 2 treningsdager i uken. Disse treningene er lokalisert på ulike steder, men det skal være tydelig hvor dette er når spilleren blir invitert på trening via appen Spond.

**Ferdighetstrening** – alle medlemmer i Skjetten Basket over EB og EBC i alder får tilbud om en ekstra ferdighetstrening i uka. Dette koster kr 1000,- pr halvår og meningen med denne type trening er å forbedre individuelle ferdigheter og øve uten at det skal ta av lag-tid. Det er viktig å trene ferdighet – enten gjennom organisert ferdighetstrening her hos oss, eller for seg selv. Vi anbefaler ferdighetstrening for alle med ambisjoner om å bli en bedre



basketballspiller. Treningen er organisert i ulike grupper – dette er delt inn i ferdighetsnivå og det er trener som deler inn i disse gruppene. Dermed blir det enklere for den enkelte å trene ferdigheter i forhold til sitt eget nivå.

**Camper** – Skjetten Basket arrangerer camp i høstferie og i vinterferie. Disse campene kan være organisert på ulike måter og for ulike aldersgrupper. Følg med på øvrig informasjon om hva som gjelder for aktuell sesong. Dette er et tilbud som koster ekstra og vil bli belastet ved påmelding.

**Cuper** – alle lag får tilbud om å delta på 1,2 eller flere cup'er. Cup'ene er det knyttet egenandel til. Mer informasjon om dette får dere av trener og lagleder for de enkelte lag

**Foreldreansvar** – i Skjetten Basket har vi ikke mye dugnad, men noe er det her også. Vår dugnad er knyttet til hallvakt i Slora på to ulike måter. 1) hallvakt i ukedagene knyttet til trening 2) hallvakt/kioskvakt knyttet til hjemmekamper og arrangement i helgene.

**Lagledere** – alle lag i Skjetten Basket må ha en lagleder. Dette er svært viktig å få på plass. Vi som klubb trenger en person som kan være bindeleddet mellom lag og klubb, og det er lagleder. Det er en svært meningsfull oppgave som ikke krever all verden. Mye av informasjonen går via Spond og alle andre oppgaver er beskrevet i en oversikt som lagledere får god oversikt over når de melder seg eller ved interesse.



**Utstyr** – alle som skal spille kamper må ha sin egen shorts og drakt. Vi selger dette i SSK basket shoppen og den finner du her: [SSK Basket Shoppen | Skjetten Basket](#)

Alt utstyr må bestilles og betales før vi gjennomfører bestillingen. Vi har valgt draktsett som kan vendes slik at vi har både grønne og hvite drakter i samme skjorten.

Dette var litt informasjon om alt det strukturelle, men vi har også laget en liten presentasjon om selve sporten og spillet. Se gjerne litt på den også. Den finner du her: [Basket for dummies | Skjetten Basket \(sskbasket.no\)](#)