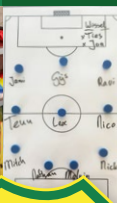




INFO

Startersgids JEUGDTRAINERS

Voor trainers, coaches
en teammanagers
van de jeugd-afdeling



Seizoen 2026–2027

INHOUD

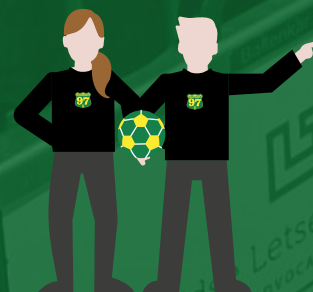
Inleiding	4
<i>Welkom, TdT-commissie en doel van dit boekje</i>	
1. De club in het kort	6
<i>Wie zijn we, speelfilosofie en commissies</i>	
2. Jouw rol als trainer	8
<i>Rollen, registratie, gedragscode en KNVB-app</i>	
3. Voordat je het veld op gaat	9
<i>VOG, kleding, materiaal, ballenhok en verlichting</i>	
4. Je eerste training	13
<i>Teamafspraken, Praatje-Plaatje-Daasje en RINUS</i>	
5. Doelstellingen per leeftijd	14
<i>O6 t/m O19 - speelvormen en coaching per groep</i>	
6. Wedstrijden	16
<i>Kleedkamers, wedstrijddagen en scheidsrechters</i>	
7. Veiligheid & Gedrag	18
<i>Veldcheck, weercodes, ouders langs de lijn en VCP</i>	
8. Overig	20
<i>Afgelastingen, kampioen worden en vrijwilligerswerk</i>	
9. Handige links	21
<i>KNVB, RINUS, voetbal.nl, apps en WhatsApp</i>	
10. Contact	22
<i>Alle contactadressen op een rij</i>	
Verdiepingsbijlage	24
<i>Speelwijze · Spelprincipes · VKC · Diplomapad</i>	



INFO

Startersgids JEUGDTRAINERS

Voor trainers, coaches
en teammanagers
van de jeugd-afdeling



WELKOM BIJ VOORSCHOTEN '97



Wat fijn dat je er bent. Serieus - zonder jou staat er geen trainer op het veld, en zonder trainers kan geen enkel kind bij ons voetballen. Dat jij die stap zet, betekent meer dan je misschien beseft.

En het mooie is: je staat er niet alleen voor. Bij Voorschoten '97 hebben we geweldige mensen klaarstaan die jou willen helpen - van de Train-de-Trainer commissie en de VKC tot de pupillencommissie en je collega-trainers.

Iedereen bij onze club wil dat jij je op je plek voelt en met plezier aan de slag gaat. Deze gids is je startpunt, hij helpt je de weg te vinden in onze club: wie je kunt bellen, hoe je aan materiaal komt, wat er van je verwacht wordt en hoe je een goede training neerzet.

Stap voor stap, zonder gedoe.

Dit moet je écht weten

- VOG regelen

Zonder geldige VOG mag je het veld niet op.
Regel dit via de VSK - zie H3.2.

- Veiligheid - jij bent verantwoordelijk

Check vóór elke training het veld op gevaren. Bij incidenten of ongewenst gedrag: meld het bij de VCP - zie H7.

- Slecht weer - stop op tijd

Code rood/oranje: nooit trainen of spelen.
Code geel: eigen inzicht, veiligheid voorop, clubinstructies opvolgen.

- Ouders langs de lijn

Ouders staan achter het hek, niet op het veld. Jij spreekt hen hierop aan als dat nodig is.

- Check je registratie

Open de Voetbal.nl app en controleer of je als trainer bij jouw team staat. Zie H3.1.

- Nuki - toegang tot het ballenhok

Download de Nuki-app en vraag autorisatie aan bij de materiaalcommissie. Zie H3.5.

- LumosaTouch - veldverlichting

Download de app en stel je account in vóór je eerste avondtraining. Zie H3.7.

- Afgelastigen

Altijd via de Voetbal Assist app of de clubwebsite.
Zet pushmeldingen aan. Zie H8.1.

- Vragen? Je VKC staat voor je klaar

De Voetbal Kader Coach loopt regelmatig langs
Spreek hem of haar gewoon aan



1. DE CLUB IN HET KORT

1.1 OVER VOORSCHOTEN '97

Voorschoten '97 bestaat sinds 1 juli 1997 - de dag waarop drie Voorschotense clubs na decennia van derby's en fusiegesprekken eindelijk één werden: SVLV, Randstad Sport en SV Voorschoten. Die drie clubs brachten elk hun eigen kleur mee. In een speciale werkgroep werd gekozen: groen én geel. Niet toevallig - maar als eerbetoon aan de clubs die er al voor ons waren. Sindsdien zijn die kleuren het gezicht van onze vereniging.

Inmiddels is Voorschoten '97 met meer dan honderd teams een van de grootste amateurverenigingen van Nederland - en tegelijk gewoon de club van het dorp. Groot genoeg om ambitie te hebben, klein genoeg om iedereen te kennen. Als trainer draag jij het logo van deze club. Je bent niet zomaar begeleider van een team - je bent het visitekaartje van een club met een rijke geschiedenis en een heldere koers.

Onze vier kernwaarden - en wat dat voor jou als trainer betekent:

PASSIE & PLEZIER

Zorg dat elke speler met plezier het veld afloopt. Dat is jouw eerste opdracht.

POSITIEF

Geef feedback die opbouwt. Een kind dat fouten maakt, leert - maar alleen als het durft.

DOORGAAN

Geef het goede voorbeeld: ook als het tegenzit, blijf je staan voor je team.

SAMEN

Elk kind verdient een plek. Jij creëert de sfeer waarin dat mogelijk is.

1.2 COMMISSIES EN STRUCTUUR

Onder het jeugdbestuur vallen de volgende commissies:

COMMISSIE	TAAK
Technische Commissie Jeugd (TCJ)	Opleiding trainers, teamindelingen en oefenstof.
Train-de-Trainer (TdT)	Begeleidt en ontwikkelt startende en zittende trainers.
Pupillencommissie	Coördineert alle teams t/m O12.
I1xI1 Commissie	Coördineert teams van O13 t/m O19.
Meidencommissie	Organisatie en ontwikkeling meidenvoetbal.
Materiaalcommissie	Beheert trainings- en wedstrijdmaterialen.
Kledingcommissie	Beheert trainers- en spelerskleding.



Contactgegevens staan op www.voorschoten97.nl. Zit je met vragen: schroom niet. Voor elke vraag heeft iemand een antwoord, een oplossing of een tip.

2. JOUW ROL ALS TRAINER

2.1 ROLLEN BINNEN HET TEAM

ROL	VERANTWOORDELIJKHEID
Trainer	Verzorgt trainingen, begeleidt spelers in ontwikkeling, toezicht op orde en materiaal.
Coach	Begeleidt het team tijdens wedstrijden, stimuleert sportief gedrag.
Teammanager	Regelt wedstrijdformulieren, communicatie met ouders en vervoer.

Registratie & lidmaatschap:

- Iedere functionaris moet officieel lid zijn van V'97 en staat geregistreerd in Sportlink.
- Trainers en coaches die zelf niet voetballen worden vrijgesteld van contributie.
- Teammanagers/coaches die het wedstrijdformulier invullen moeten ook bij de KNVB geregistreerd staan.
- Zonder registratie bij Voorschoten '97 kan niemand trainer, coach of teammanager zijn.

2.2 GEDRAGSCODE & VOORBEELDFUNCTIE

Als trainer of coach ben je een voorbeeld - op en naast het veld. Dit vraagt om consistent gedrag:

- Draag het V'97 trainerstenue zodat je goed herkenbaar bent.
- Toon respect voor spelers, scheidsrechters en tegenstanders.

- Vloeken, schelden en discriminerend gedrag zijn onacceptabel.
- Spreek spelers én ouders aan op onsportief gedrag.
- Ouders staan achter het hek, niet op het veld.
- Praat luid en duidelijk - geen grof taalgebruik.



2.3 KNVB WEDSTRIJDZAKEN-APP

De KNVB Wedstrijdzaken-app is verplicht voor coaches en teammanagers. Download de app via de App Store of Google Play en log in met je KNVB-account. Via de app vul je het digitale wedstrijdformulier in, geef je uitslagen door en beheer je teaminformatie.

3. VOORDAT JE HET VELD OP GAAT

3.1 REGISTRATIE IN SPORTLINK

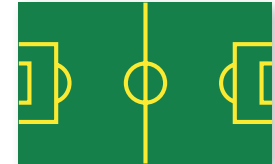
Voordat je je eerste training geeft, is het essentieel dat je goed geregistreerd staat in Sportlink - het ledenbeheer- en communicatiesysteem van Voorschoten '97. Zonder correcte registratie mis je clubcommunicatie, kunnen afspraken over de VOG niet worden afgehandeld en sta je niet officieel als begeleider van jouw team.

Controleer dit via de Voetbal.nl app, die gekoppeld is aan Sportlink. Open de app, ga naar jouw team en check bij de technische staf of jouw naam er staat met de juiste rol: Trainer, Trainer/Coach of Teammanager.

Let op: gebruik bij het aanmaken van je Voetbal.nl account hetzelfde e-mailadres als waarmee je bent ingeschreven bij Voorschoten'97. Gebruik je een ander adres, dan kun je jouw team niet vinden in de app.

Staat je naam er niet of klopt de rol niet?

- 06 t/m 012: neem contact op met de Pupillencommissie / meidencommissie.
- 013 t/m 019: neem contact op met de 11x11 Commissie / meidencommissie.
- Zie de contactgegevens in hoofdstuk 10 van deze gids.



3.2 VOG EN VEILIG SPORTKLIMAAT

De commissie Veilig Sportklimaat (VSK) zorgt ervoor dat Voorschoten '97 een veilige en plezierige sportomgeving is voor iedereen. Voor trainers is de VSK het eerste aanspreekpunt bij de VOG-aanvraag, maar ook bij vragen over grensoverschrijdend gedrag of onveilige situaties op en rondom het veld.

VOG verplicht voor iedereen die met jeugdleden werkt.

Zonder geldige VOG mag je niet actief zijn als trainer, coach of teammanager. De VOG is drie jaar geldig. Aanvraag verloopt via de commissie Veilig Sportklimaat (VSK), die helpt bij het aanvraagproces: vsk@voorschoten97.nl

3.3 TRAINERSKLEDING & TEAMTAS

Ieder jeugdteam heeft recht op twee sets trainerskleding (voor 2 trainers per team). Het trainingstenu bestaat uit een grijs shirt, trainingsshort, grijze 1/4-zip trui en lange trainingsbroek, aan te vullen met een trainersjas.

Draag het met trots - jij bent het visitekaartje van onze club

Van trainers wordt verwacht dat ze in het grijze trainingstenu naar de club komen, eventueel in combinatie met de trainersjas. Dit is een afspraak met onze sponsors, die zo maximaal zichtbaar zijn - maar het zorgt ook voor herkenbaarheid richting ouders, bezoekers en collega-trainers.

Als trainer, coach of teammanager ben je verantwoordelijk voor de teamtas. Deze wordt bij aanvang van het seizoen uitgeleverd en dient aan het einde van het seizoen compleet en in goede staat te worden ingeleverd bij de kledingcommissie.

Let op bij inleveren

Niet-ingeleverde kleding of ernstig beschadigde kleding die niet eerder is gemeld wordt verrekend via de SEPA-machtiging. Meld schade of vermissing dus altijd direct bij de kledingcommissie:

kledingplan@voorschoten97.nl

3.4 MATERIAAL OPHALEN

Aan het begin van het seizoen ontvangt elk team een wedstrijdtafel met ballen en benodigdheden (hoeveelheid afhankelijk van leeftijdscategorie). Vanaf JO13 ook een waterzak. Dopjes, hesjes en overig materiaal zijn op te halen bij de materiaalcommissie. Alles wordt vastgelegd op een afhaalformulier.

Meld verlies of schade altijd direct - niet gemeld verlies wordt verhaald op het team. Aan het eind van het seizoen moeten alle materialen worden ingeleverd.



3.5 BALLENHOK EN TOEGANG

WANNEER	DETAILS
Maandag t/m vrijdag	Ballenhok geopend
Zaterdag	Gesloten
Toegang	Via Nuki-app (max. 2p per team geautoriseerd)
Autorisatie aanvragen	Bij de materiaalcommissie

>> <https://www.voorschoten97.nl/1461/aanmeldformulier-voor-toegang-tot-materiaalhok-en-de-veldverlichting/>

Elke ballenkar heeft een nummer en QR-code die toegang geeft tot een appgroep. Via die groep meld je ontbrekende of kapotte ballen. Zet de kar en het wielstel altijd terug op de juiste plek. Looppladders, hordes en weerstandsgordels horen in de kasten in de gang.

De bal - oppompen voor elke training en wedstrijd

Zonder bal geen voetbal - dat klinkt vanzelfsprekend, maar een goed opgepompte bal maakt een wereld van verschil voor de technische uitvoering van je spelers. Voor een goede pass, een zuivere trap, een veilige landing. Neem hier daarom altijd voldoende tijd voor, vóór aanvang van elke training én wedstrijd. In de gang naast het ballenhok hangt een pomp met een instructiekaart voor de juiste ballendruk per balmaat en gewicht, afgestemd op de leeftijdsgroep. Volg deze richtlijn - te hard is net zo slecht als te zacht.

3.6 GOALS

- Gebruik goals alleen waarvoor ze bedoeld zijn - niet om op te hangen of te klimmen.
- Ma t/m wo: zet goals langs het veld na training zodat het volgende team een leeg veld heeft.
- Donderdag: alle velden goolvrij voor de wedstrijden op zaterdag. Afstemmen via de veld-appgroep.
- Klapbare goals (velden 2 en 6): altijd met twee personen inklappen en vastzetten met spanbandje.





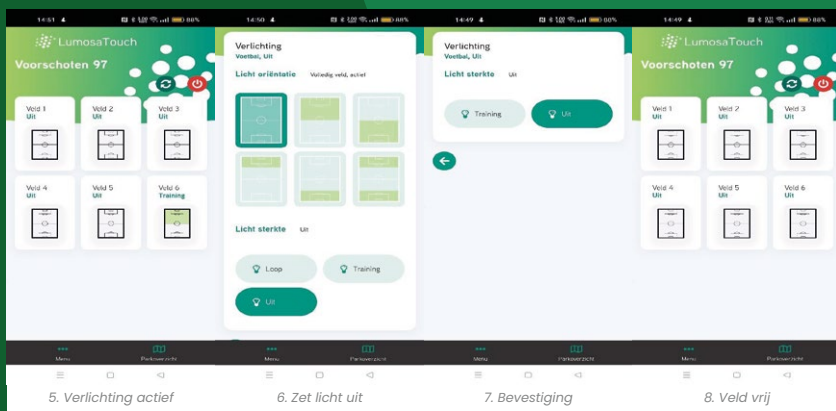
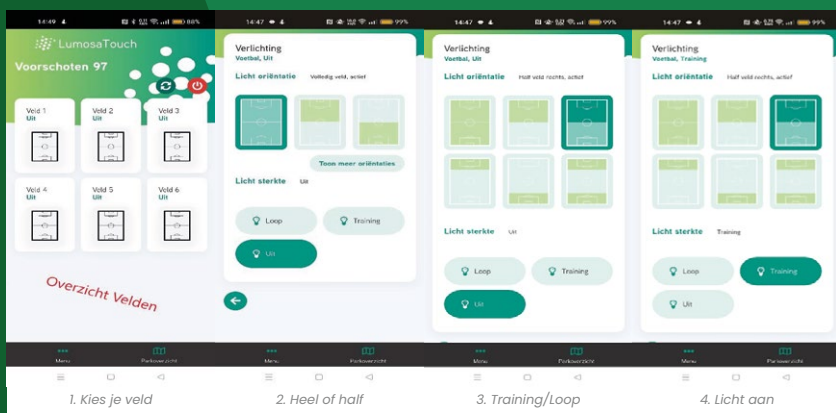
3.7 VELDVERLICHTING -

LUMOSATOUCH

De veldverlichting wordt bediend via de LumosaTouch-app. Trainers hebben een persoonlijk account. De materiaalmannen maken het account aan; je ontvangt een e-mail om je wachtwoord in te stellen (binnen 2 dagen).

Spelregels voor LumosaTouch

- Zet het licht aan vóór jouw training en direct uit na afloop.
- Alleen aanlaten als er direct na jou nog een team het veld gebruikt.
- Verlicht alleen het deel van het veld dat je daadwerkelijk gebruikt.
- Je account is persoonsgebonden - geef inloggegevens nooit door.
- Gebruik de 'Loop'-stand (gedempt) voor/na training bij het opruimen.



<https://www.voorschoten97.nl/1461/aanmeldformulier-voor-toegang-tot-materiaalhok-en-de-veldverlichting/>

4. JE EERSTE TRAINING

4.1 TEAMAFSPRAKEN MAKEN

Een goede training begint bij duidelijke afspraken. Maak ze samen met het team - en laat ze desnoeds ondertekenen door alle spelers.

Denk aan het volgende:

- Hoe communiceren we met elkaar? (bijv. WhatsApp-groep)
- Waar en hoe laat verzamelen we? (bijv. 10-15 min voor aanvang)
- Afmelden voor training gaat via een persoonlijk bericht met reden.
- Wat als iemand structureel te laat komt?
- De trainer zet spullen klaar; spelers nemen materiaal mee naar het veld.
- Na afloop: al het materiaal retour. Bal kwijt = gezamenlijk zoeken.
- Respect voor elkaar. Problemen direct bespreken met de trainer.

4.2 HOE GEEF JE EEN TRAINING -

Praatje-Plaatje-Daasje

Een goede methode om oefeningen uit te leggen is de Praatje-Plaatje-Daasje methode:

4.3 INHOUD VAN EEN TRAINING

- Bij Voorschoten '97 streven we naar kwalitatief goede trainingen. Een paar basisprincipes:
- Begin altijd met het warm maken van de spieren. Bij jonge jeugd: dribbelen, kappen, draaien, tikkertje met bal. Vanaf O13: echte warming-up met loopvormen.
- Werk zoveel mogelijk met een bal - ook bij conditionele oefeningen. Rondjes lopen is saai en wordt als straf ervaren.
- Zorg dat iedereen maximaal beweegt. Liever 2-3 kleine rijtjes dan 1 lange rij.
- Geef elke training een thema. Dit zorgt voor focus, herhaling en herkenning.
- Techniek (passen, trappen, lopen) en positieospel zijn vaste onderdelen.
- Keepers doen gewoon mee aan alle oefenvormen. Bij partijspel: betrek ze bij het coachen (opbouwen, lange bal).
- Sluit elke training gezamenlijk af: materiaal compleet? Korte evaluatie met de groep.

4.4 RINUS-APP - oefeningen en

trainingen RINUS is een gratis tool van de KNVB voor alle jeugdtrainers. Het bevat honderden oefeningen, trainingen en programma's, allemaal afgestemd op de KNVB-speelvisie: met plezier beter leren voetballen.

rinus.knvb.nl/overzicht/trainingen

Filter op leeftijd, veldgrootte, aantal spelers en voetbalhandeling. Elke oefening heeft materiaallijst, veldafmetingen, coaching-tips en beeldmateriaal. Het leukste: kies 1-2 oefeningen en laat ze terugkomen in het afsluitende partijspel. Wil je het trainersvak verder ontwikkelen? Vraag bij de TCJ of TdT-commissie naar de cursus- en opleidingsmogelijkheden. De club biedt veel opties!

Voorschoten'97

13

5. DOELSTELLINGEN PER LEEFTIJD

Per leeftijdscategorie verschillen de doelstellingen en de speelvorm.
Stem jouw training altijd af op de kenmerken van jouw groep.



LEEFTIJD	SPEELVORM	KERNTHEMA
O6 (Mini's)	Spelenderwijs	Kennis maken met voetbal op een speelse manier
O7	4 tegen 4	Leren beheersen van de bal
O8 - O10	6 tegen 6	Doelgericht handelen met de bal
O11 - O12)	8 tegen 8	Samen doelgericht spelen
O13 - O19	11 tegen 11	Spelen vanuit een basistaak

O6 MINI'S - KENNIS MAKEN MET VOETBAL

De O6 maakt op een speelse manier voor het eerst kennis met voetbal. Het gaat niet om winnen of formaties - het gaat om plezier, bewegen en de bal leren kennen. Coaching beperken tot: doe mee, beweeg, heb plezier.

O7 LEREN BEHEERSEN VAN DE BAL

Een kind heeft op deze leeftijd alleen maar oog voor de bal. Ze moeten spelenderwijs ervaren hoe het is om de bal goed te raken. Coaching beperken tot: doe mee, pak de bal af, naar voren/achter, naar de goal.

O8 - O10 DOELGERICHT HANDELEN MET DE BAL

Er komt meer besef van wat een tegenstander doet. Ze snappen langzaam dat samenspelen nodig is, maar passen het nog niet toe. Ze zijn erg snel afgeleid - geef een laag vliegtuig even 1 minuut aandacht en ga daarna gewoon verder. Leer ze via voorbeelden hoe ze een 'voetbalprobleem' kunnen oplossen.

O10 - O11 LEREN SAMEN DOELGERICHT TE SPELEN

Voor het eerst komt er echt teambesef. De verschillen onderling worden duidelijk, de concentratie beter. Ze gaan minder op een kluitje spelen en weten al vaak of ze aanvaller of verdediger zijn. Coaching kan zich nu meer richten op het samenspel.



O12 - O13 SPELEN VANUIT EEN BASISTAAK

De O13 gaat naar het grote veld met meer spelers en buitenspel. Nieuwe uitdagingen die tijd nodig hebben. De taken binnen het team worden specifiek en de uitvoering vraagt meer precisie en timing. Coaching focus: de verschillende basistaken.

O14 - O15 AFSTEMMEN VAN BASISTAKEN

Volle puberteit: de een groeit harder dan de ander, wat soms leidt tot onhandigheden en extra blessures. Niet alles wat de trainer zegt wordt als waarheid beschouwd. De warming-up krijgt een belangrijkere plek. Coaching focus: onderlinge afhankelijkheid en afstemming van taken.

O16 - O17 SPELEN ALS EEN TEAM

Ze vragen zich steeds meer af waarom dingen gedaan worden. Teambelang staat nu echt bovenaan. Conditioneel worden ze stevig uitgedaagd. Coaching focus: tactisch vlak om teamprestaties optimaal te houden.

O18 - O19 PRESTEREN ALS EEN TEAM

Goed besef of men op hoog niveau of in een vriendenteam wil spelen. Meer zelfsturend, beter aanpassen aan de tegenstander. Spelers worden nu echt volwassen en kunnen soms zelf trainingen verzorgen voor de jongste jeugd. Coaching focus: situaties herkennen en als team handelen.

6. WEDSTRIJDEN



6.1 KLEEDKAMERS

Trainers en coaches zijn verantwoordelijk voor het netjes achterlaten van kleedkamers.

Zorg dat de vloer schoon is en afval in de prullenbak ligt.

Meld een vieze kleedkamer bij verenigingsmanager@voorschoten97.nl.

6.2 WEDSTRIJDDAGEN

- Zorg dat je op tijd start.
- Dopjes voor het afzetten van velden staan bij de wedstrijdtafel.
- Penalty's na afloop zijn niet toegestaan op het veld - gebruik 'de bult' naast veld 3.
- Neem je bidon mee. Deze kun je in de rust onder de kraan of bij het speciale water-vulpunt bijvullen.

6.3 SCHEIDSRECHTERS

LEEFTIJDSCATEGORIE	REGELING
07 – 010	Trainers langs het veld (spelleiders). Spelers lossen het zelf op met ondersteuning van beide trainers.
011 – 012	Ouders of trainers van het thuisspelende team leiden de wedstrijd.
013 en ouder	De scheidsrechterscommissie regelt zoveel mogelijk een clubscheidsrechter.



7. VEILIGHEID & GEDRAG

7.1 VELDCHECK VÓÓR DE TRAINING

Als trainer ben je verantwoordelijk voor een veilige omgeving. Loop vóór elke training even het veld langs en check op gevaarlijke situaties:

- Staan doeltjes niet te dicht bij de zijlijn of het hek? Zorg voor voldoende ruimte. Liggen er losliggende materialen, palen of obstakels op of naast het veld?
- Zijn klapbare goals (velden 2 en 6) goed vergrendeld met een spanbandje?
- Is het veld begaanbaar - geen ijzel, grote waterplassen of gevaarlijke kuilen?
- Meld onveilige situaties direct bij de verenigingsmanager of de VSK-commissie. Wacht niet tot ná de training.

7.3 OUDERS LANGS DE LIJN

Ouders zijn van harte welkom om te kijken, maar zij horen achter het hek - niet op het veld. Dit geldt tijdens trainingen én wedstrijden.

Als trainer ben jij het aanspreekpunt:

- Spreek ouders vriendelijk maar duidelijk aan als ze het veld op lopen.
- Houd coaching door ouders langs de lijn beperkt - één stem is genoeg.
- Bij herhaaldelijk onsportief gedrag of intimidatie van spelers of scheidsrechters: meld het bij de jeugdcoördinator of de VSK-commissie.

7.4 TOEZICHT IN KLEEDKAMERS

Trainers houden toezicht tijdens het omkleden, zeker bij de jonge jeugd. Ga zelf nooit alleen de kleedkamer in met een speler.

7.5 INCIDENTEN EN ONGEWENST GEDRAGSFEER EN EEN

Meld incidenten, onveilige situaties of ongewenst gedrag altijd. Bij meldingen over gedrag van iemand binnen de vereniging neem je contact op met de Vertrouwenscontactpersoon (VCP) via voorschoten97.nl/348/vertrouwenspersonen.

Er is ook een digitaal meldingsformulier beschikbaar op de VSK-pagina van de website.



7.2 SLECHT WEER - WEERCODES

- Bij onweer of extreme weersomstandigheden gelden vaste regels. Volg altijd de officiële KNWI-weercodes én de instructies vanuit de club:

WEERCODE	WAT DOE JE
Code ROOD	Nooit trainen of spelen. Onmiddellijk het veld verlaten en iedereen naar binnen.
Code ORANJE	Niet trainen of spelen. Bij onverwacht opkomend onweer: stop direct en zoek onderdak.
Code GEEL	Eigen inzicht, maar veiligheid staat voorop. Twijfel je? Stop dan. Volg altijd de clubinstructies.

7.6 EHBO EN NOODPROCEDURE

Bij een blessure of noodsituatie is snel en rustig handelen essentieel:

- Bel 112 bij een ernstig incident - doe dit direct, twijfel niet.
- Er zijn twee AED's (defibrillatoren) op het sportpark: één bij de ingang van de kantine, en één op het gebouwtje bij de atletiek. Stuur iemand om de dichtstbijzijnde te halen terwijl jij bij de speler blijft.
- Houd het veld vrij - stuur andere spelers weg van de situatie.
- Informeer direct de ouders/verzorgers van de betreffende speler.
- Meld het incident achteraf bij de verenigingsmanager:
verenigingsmanager@voorschoten97.nl
- Voor EHBO-vragen of melden van een EHBO'er:
ehbo@voorschoten97.nl



KEN DE NOODPROCEDURE:

Adres voor hulpdiensten: Weddeloop 6, 2253 ST Voorschoten (Sportpark Adegeest)

Geef bij 112 ook het veldnummer door zodat hulpdiensten je direct vinden.

8. OVERIG

8.1 AFGELASTINGEN

Trainingen of wedstrijden kunnen worden afgelast. Dit wordt gecommuniceerd via de website en pushmeldingen via de Voetbal Assist app.

Tip: maak een account aan op www.voorschoten97.nl om pushmeldingen te ontvangen.

8.2 KAMPIOEN WORDEN!

Wordt jouw team kampioen? Meld dit tijdig bij de betreffende commissie. Zij helpen met medailles, een kampioensdoek en eventuele huldiging.

8.3 VERZEKERING

Als trainer ben je via het KNVB-lidmaatschap van Voorschoten '97 aanvullend verzekerd tegen ongevallen tijdens trainingen en wedstrijden. Let op: deze verzekering is aanvullend. Dat betekent dat bij schade of letsel de eigen verzekering van het slachtoffer altijd eerst wordt aangesproken. Alleen het niet-gedekte deel kan via de club worden gemeld bij de KNVB.

Let op: schade aan brillen, gebitsprothesen en kleding valt niet onder de KNVB-verzekering. Bij incidenten: meld het altijd bij de verenigingsmanager zodat dit indien nodig kan worden doorgezet.



8.4 AANSPRAKELIJKHEID

Voorschoten '97 aanvaardt geen aansprakelijkheid voor verloren of gestolen zaken op het sportpark. Als trainer kun je spelers en ouders hierop attenderen: waardevolle spullen laat je thuis, of je geeft ze in bewaring bij een ouder langs de lijn. Laat zeker geen waardevolle spullen achter in de kleedkamer.

8.5 GEVONDEN VOORWERPEN

Gevonden iets op het veld of in de kleedkamer? Bij het hok van Rinus staat een bak waar je gevonden voorwerpen in kunt deponeren. Spelers die iets missen kunnen daar als eerste kijken. Als trainer is het goed om je spelers hier bewust van te maken: vertrek niet van het veld of uit de kleedkamer zonder even te checken of je niets hebt laten liggen. Dat scheelt een hoop gedoe achteraf.

8.6 ALCOHOL- EN ROOKBELEID

Sportpark Adegeest is een rookvrij sportpark. Als trainer ben je een rolmodel - rook dus niet op en rondom de velden, ook niet langs de lijn. Voor alcohol geldt de wettelijke leeftijdsgrens van 18 jaar. Spreek spelers en ouders hier op aan als dat nodig is.

8.7 VRIJWILLIGERSWERK

Voorschoten '97 draait volledig op vrijwilligers. Elk team levert jaarlijks een vastgesteld aantal - 1 uur = 1 punt. Denk aan bardiensten, keukendiensten en evenementen. Vrijwilligerswerk zorgt voor verbinding en helpt de contributie betaalbaar te houden.

9. HANDIGE LINKS & APPS

9.1 HANDIGE LINKS

WAT	LINK
Technische Commissie Jeugd	voorschoten97.nl/1449/de-technische-commissie/
Clubnieuws & info	voorschoten97.nl/213/clubnieuws/
Kledingplan & FAQ	voorschoten97.nl/956/kledingplan-30/
Trainingsschema & wedstrijden	voorschoten97.nl/1258/trainingsschema/
KNVB trainersinformatie	knvb.nl/assist/assist-trainers/trainersinformatie
RINUS oefeningen & trainingen	rinus.knkv.nl/overzicht/trainingen
KNVB Wedstrijdzaken handleiding	knvb.nl/downloads/bestand/11484/handleiding-teamleden
Vertrouwenscontactpersonen VCP	voorschoten97.nl/348/vertrouwenspersonen/

Inspiratie nodig? Zoek op Instagram, YouTube of TikTok naar bijv. 'training O15' of 'oefenvorm O9'. Werkt vaak erg inspirerend!

9.2 MUST-HAVE APPS VOOR IEDERE TRAINER



RINUS

Trainingen en oefeningen van de KNVB.



LUMOSATOUCH

Veldverlichting bedienen via je telefoon.



VOETBAL.NL

Uitslagen, wedstrijden en clubnieuws.



NUKI

Toegang tot het ballenhok.



KNVB WEDSTRIJDZAKEN

Digitaal wedstrijdformulier en uitslagen.



VOETBAL ASSIST

Clubnieuws, pushmeldingen, afgelastingen en vrijwilligerscommunicatie.

9.3 WHATSAPP

WhatsApp is het belangrijkste kanaal voor dagelijkse communicatie met je spelers en hun ouders. Als trainer of teammanager ben je beheerder van de teamgroep - zorg dat iedereen erin zit.

- Officiële berichten van de club (afgelastingen, nieuws) komen altijd via de Voetbal Assist app. Vertrouw op die app - niet op doorgestuurde appberichten.
- Vanuit de Pupillencommissie, 11x11 Commissie en andere commissies worden ook berichten gedeeld via appgroepen met het verzoek om door te sturen naar de teamgroep. Doe dit actief - zo zorgen we dat niemand communicatie mist.

10. CONTACT

10.1 CONTACTGEGEVENS

FUNCTIE	E-MAILADRES
Jeugdvoorzitter	jeugdvoorzitter@voorschoten97.nl
Wedstrijdsecretaris jeugd	wedstrijdzakenjeugd@voorschoten97.nl
Technische Commissie Jeugd	tzj@voorschoten97.nl
Train-de-Trainer commissie	tzj@voorschoten97.nl
Pupillencommissie	pupillen@voorschoten97.nl
Meidencommissie	meidenvoetbal@voorschoten97.nl
Materiaalcommissie	materiaalcommissie@voorschoten97.nl
Kledingcommissie	kledingplan@voorschoten97.nl
Veilig Sportklimaat (VSK)	vsk@voorschoten97.nl
EHBO	ehbo@voorschoten97.nl
Verenigingsmanager	verenigingsmanager@voorschoten97.nl

10.2 VOLG ONS OP SOCIAL MEDIA

PLATFORM	KANAAL	WAAROM VOLGEN?
Instagram	@voorschoten97jeugd	Jeugdnieuws, foto's en sfeer van de club
Instagram	@voorschoten97official	Algemeen clubnieuws, wedstrijden en clubbeleving
Facebook	facebook.com/Voorschoten97	Clubnieuws, evenementen en wedstrijdupdates
LinkedIn	linkedin.com/company/voorschoten97	Clubontwikkeling, vacatures en verenigingsnieuws

**“SAMEN ZORGEN WE
VOOR PLEZIER, ONTWIKKELING
EN VEILIGHEID!”**



VERDIEPINGSBIJLAGE

Speelwijze · Spelprincipes · Ondersteuning · Diplomapad



Seizoen 2026–2027

OVER DEZE BIJLAGE

Ben je nieuwsgierig geworden? Mooi. Dan is deze bijlage voor jou. Of je nu 16 bent of 60, net begonnen of al een paar seizoenen bezig - we hopen dat je hier iets vindt dat je inspireert.

Misschien herken je jezelf in de spelprincipes en wil je die meteen vertalen naar je training. Misschien triggert het diplomapad je nieuwsgierigheid. Of misschien lees je het nu even door en pak je het er over een jaar weer bij.

Allemaal goed. We geven je de ruimte om je eigen weg te vinden. Wat we wel hopen? Dat je het leuk blijft vinden, dat je blijft groeien, en dat we jou nog lang als trainer zien op onze velden.

Deze bijlage behandelt:

1. Onze speelwijze en spelprincipes - hoe wil V'97 voetballen?
2. Speelvormen per leeftijdsgroep - welke formatie hoort waar?
3. Selectie vs. breedte - wat betekent dat voor jouw team?
4. De VKC - jouw vaste aanspreekpunt op het veld
5. Jouw groei als trainer - het diplomapad



1. ONZE SPEELWIJZE

1.1 DE VIER KERNWAARDEN

Alles wat we doen bij Voorschoten '97 is gebouwd op vier kernwaarden.

Als trainer ben je de drager van deze waarden op het veld:

PASSIE PLEZIER LEF TECHNIEK

1.2 DE 1-4-3-3 SPEELWIJZE

Bij Voorschoten '97 spelen alle teams in de herkenbare speelwijze 1-4-3-3. Deze rode draad loopt van de jongste jeugd tot de senioren - al wordt de formatie bij de kleintjes natuurlijk nog niet zo letterlijk toegepast. Het gaat om de herkenbare manier van spelen: breed, aanvallend, actief de bal heroveren.

1. Omschakelen: verdedigen aanval

- Creër z.s.m. kansen na balverovering
- Speel uit de drukte naar de vrije ruimte
- Diepte vóór breedte - kijk eerst vooruit

2. Aanvallen: met de bal

- Creër overtalsituaties en speel die uit
- Bereik de derde (vrije) man
- Maak juiste loopacties en eindpass richting doel

3. Omschakelen: verdedigen aanval

- Direct druk op de bal via dichtstbijzijnde speler
- Vijfsecondenregel: herover de bal binnen 5 sec.

4. Verdedigen: tegenstander heeft bal

- Houd de as dicht, dwing tegenstander naar zijkant
- Team beweegt mee in richting van de bal
- Indien mogelijk altijd +1 verdedigend

DE VIJFSECONDENREGEL

Na balverlies moet de bal binnen vijf seconden worden heroverd. Dit is één van de meest herkenbare spelprincipes van V'97. Train dit actief in je oefenvormen - ook bij de jongere groepen als principe.

2. SPEELVORMEN PER LEEFTIJD



De speelvorm past zich aan de leeftijd aan - de speelwijze niet. Elk leeftijdsniveau heeft zijn eigen veld, formatie en doelstelling, maar de filosofie van breed spelen, actief pressing en samenspelen loopt als rode draad door alle groepen.

LEEFTIJD	SPEELVORM	FORMATIE	KERNTHEMA
O6 (Mini's)	Spelenderwijs	-	Spelenderwijs kennis maken met voetbal en bewegen.
O7	4 tegen 4	-	Leren beheersen van de bal. De bal goed leren raken.
O8 - O10	6 tegen 6	Dobbelsteen (1-2-1-2)	Doelgericht handelen. Samen spelen begint te ontstaan.
O11 - O12	8 tegen 8	1-2-3-2	Samenspel en basistaken. Positie begrijpen.
O13 - O19	11 tegen 11	1-4-3-3	Spelen vanuit spelpatronen richting prestatiefase.

In de onderbouw staat het spelplezier en de technische ontwikkeling centraal. De bal is altijd aanwezig. Tactiek in de klassieke zin is nog niet aan de orde - maar de basisprincipes (ruimte zoeken, meedoen, naar het doel) leg je hier al.

- O6 Mini's: spelenderwijs kennis maken met voetbal. Geen formatie, geen tactiek - gewoon bewegen en de bal leren kennen.
- O7: 4v4 op klein veldje, weinig coaching. Draait om de bal raken en bewegen.
- O8 - O10: dobbelsteen-formatie (1-2-1-2) op 6v6. Keeper + 2 verdedigers + 1 middenvelder + 2 aanvallers. De vorm lijkt op een dobbelsteen. Spelers beginnen te begrijpen dat samenspelen werkt en krijgen een eerste gevoel voor positie.
- O11 - O12: 1-2-3-2 op 8v8. Eerste basistaken, buitenspelregel nog niet. Positiespel wordt echt.

Vanaf O13 spelen teams op het grote veld in de 1-4-3-3. Hier begint de speelwijze van V'97 echt zichtbaar te worden. Omschakelen, pressing en positiespel zijn nu concrete trainingsdoelen.

- O13 - O14: nieuw veld, buitenspel, meer spelers. Taken worden specifieker. Geef ze tijd.
- O15 - O16: puberteit speelt mee. Teambelang groeit. Meer nadruk op afstemming.
- O17 - O19: richting prestatiefase. Spelpatronen, tegenstander lezen, zelfsturend worden.

3. SELECTIE EN BREEDTE

Voorschoten '97 heeft twee jeugdstromen: prestatief en recreatief.

Een harde scheiding is er niet - beide stromen vullen elkaar aan en er zijn bewuste verbindingen

STROOM	FOCUS	WAT BETEKENIT DIT VOOR JOU ALS TRAINER
Prestatief (selectie)	Optimale voetbal-ontwikkeling, doorstroom naar senioren	Hogere intensiteit, meer nadruk op spelprincipes en teamtactiek. Diploma-eis (minimaal KNVB VC-2 of in opleiding).
Recreatief (breedte)	Spelplezier, sociale ontwikkeling, binding met de club	Technische basis en plezier voorop. Ieders niveau welkom. VKC en TdT staan klaar voor ondersteuning.

Teamindeling is geen vaste bestemming.

Spelers kunnen doorstromen tussen breedte en selectie. De interne scout signaleert talent en kansen. Als trainer zie je dat ook - meld het bij je VKC of coördinator.

4. DE VKC - JOUW AANSPREEKPUNT

De VKC (Voetbal Kader Coach) is er voor jou als trainer. Je zult hem of haar regelmatig langs zien komen bij trainingen - voor een kort gesprekje, een tip, of gewoon om te kijken hoe het gaat. Belangrijk om te weten: de VKC kijkt niet naar je spelers om hen te beoordelen.

Zijn of haar aandacht is volledig op jou als trainer gericht. De vragen die de VKC zichzelf stelt zijn simpel: lukt het je om de training te geven zoals je wil? Loopt het lekker in het team? En leren de spelers er iets van? De VKC zorgt er ook voor dat trainers van verschillende teams elkaar kennen en van elkaar

Hoe kom je in contact met je VKC?

Je VKC komt bij jou langs - maar je mag hem of haar ook gewoon aanspreken.

Vraag de contactgegevens op bij de coördinator van je leeftijdsgroep (Pupillencommissie voor O6–O12, I1xI1 Commissie voor O13–O19).

5. JOUW GROEI ALS TRAINER



5.1 OPLEIDINGEN VIA TRAIN-DE-TRAINER (TdT)

De TdT-commissie begeleidt en ontwikkelt trainers bij Voorschoten '97. Er zijn verschillende mogelijkheden om jezelf verder te ontwikkelen, van korte thema-avonden tot officiële KNVB-diploma's. De club ondersteunt hierin actief.

NIVEAU	OPLEIDING	VOOR WIE
Instap	KNVB Welkomst-module / Pupillen-cursus ADO	Elke nieuwe trainer - laagdrempelig en praktisch
Basis	KNVBVC-1	Trainers die willen groeien in techniek en methodiek Gevorderd KNVB
Gevorderd	KNVBVC-2	Selectietrainers (minimaleis voor jeugd selectie)
Expert	KNVBKVC / HO-C	Trainers die anderen willen begeleiden of coachen

5.2 THEMA-AVONDEN EN BIJENKOMSTEN

Naast formele opleidingen organiseert V'97 regelmatig thema-avonden voor trainers. Denk aan RINUS-sessies, speelwijze-avonden met de HVO (Hoofd Voetbal Ontwikkeling), of uitwisselingen met andere trainers. Houd de clubcommunicatie in de gaten voor aankondigingen.

5.3 SELECTIETRINERS: COACHING DOOR DE TC

Betaalde selectietrainers krijgen jaarlijks twee evaluatiegesprekken met de TC. Overige trainers worden ondersteund via VKC-signalen. Heb je als trainer behoefte aan feedback of begeleiding? Vraag het aan je VKC of neem contact op met de TdT-commissie.

**“VOETBALLEN ZIT IN ONS DNA
- LATEN WE ER SAMEN IETS
MOOIS VAN MAKEN!”**



**Voetbal- en Atletiekvereniging
Voorschoten'97**

Sportpark Adegeest

Weddeloop 6

2253 ST Voorschoten

info@voorschoten97.nl

Colofon

Tekst en coördinatie: met dank aan de Jeugdcoördinatie.

Beeldmateriaal: oa. Luuk Oerlemans, Ivo Veldhuizen, Sabrina van Duijn, Jan Schouten,

Hans Jonker, Ger ter Horst, Gilleen Troenohardjo en Richard van der Peet.

Design & opmaak: gdandp.com - Graphic Design and Photography

Voorschoten © Augustus 2026



Voetbal- en Atletiekvereniging
Voorschoten'97
Sportpark Adegeest
Weddeloop 6
2253 ST Voorschoten
info@voorschoten97.nl



[voorschoten97official](#)



[voorschoten'97](#)



[Voorschoten '97](#)



[Voorschoten '97](#)



[Voorschoten '97](#)



www.voorschoten97.nl