

Træning

Det skal være sjovt at gå til træning, men vi træner samtidig seriøst for at blive bedre. I Furesø eSport forventer vi, at du kan træne fokuseret uden for meget fjoller uanset, om du synes øvelsen er let eller ej. Vi træner seriøst når vi skal og fjoller, når der er tid til det.

Træning er ikke kun kamp. Til alle spil findes der både teori, teknisk træning og øvelser og ikke alt foregår på computeren.

Det er vigtigt at du lytter til træneren og træner det som træneren har planlagt. Hvis du er uenig eller har forslag til andre øvelser, vil træneren sikkert gerne hører om det efter træningen.

Fysisk aktivitet

I Furesø eSport tror vi på at fysisk aktivitet er en afgørende del af et godt fritidsliv. Når man har siddet ned i et stykke tid, kan koncentrationen falde fordi kroppen trænger til at røre sig.

Derfor er fysiske øvelser og aktiviteter en del af den træning som Furesø eSport giver. Det forventes at alle deltager i disse øvelser med samme engagement som resten af træningen.

Respekt for hinanden og udstyr

Der er forskel på hvordan man kan opføre sig hjemme på værelset og når man er sammen med andre til træning. Når vi sidder mange sammen, kan vi ikke råbe og opfører os udadreagerende. Ud over at det forstyrrer, fjerner det også fokus og alle får mindre ud af træningen.

Vi taler pænt til hinanden, og fokuserer på konstruktiv feedback.

Vi accepterer ikke toxic tale, trolling eller andre former for negativ tale. Både i lokalet og på de digitale kanaler.

Udstyret er noget som vi har lånt af og deler med Farum Ungdomsskole. Det er vigtigt at du passer på det. Derfor må du ikke slå på/slå med eller på anden måde behandle udstyret hårdhændet.

Mangel på respekt for hinanden og udstyr kan medføre bortvisning og eventuelt krav om erstatning af ødelagt udstyr.

Dine forældre skal med på banen

I Furesø eSport træner og deltager du i kampe 1 eller flere gange om ugen. Du deltager som en del af et hold, og lige som andre sportsgrene er holdet også afhængig af dig.

Derfor er det vigtigt at dine forældre forstår og accepterer at forventningen til din aktivitet kan række ud over træningen og skal respekteres for din og holdets skyld.

Hvis ikke både du og dine forældre er parat til at afsætte tiden, vil du få problemer overfor din træning og dine holdkammerater. Og det vil ikke være fair over for dig, dine forældre eller holdet.

DETTE ER MEGET VIGTIGT! FÅ DINE FORÆLDRE TIL AT LÆSE OVENSTÅENDE IGEN OG NIKKE TIL DET

Hvis du ikke kan eller vil deltage på det niveau som dit hold har sat, er det vigtigt at du eller dine forældre får talt med træneren om det. Nogle gange er det bedre at skifte hold end at ikke at spille på det niveau, som du og dine forældre gerne vil. Dette gælder både for større og lavere aktivitetsniveau.

Valgfrie elementer afhængigt af hold:

Faste hold

En vigtig del af spillet er at kende dine holdkammerater og jeres taktikker. Derfor vil du blive sat samme med andre spillere til et fast hold, som spiller sammen.

Træning såvel som kampe vil kredse om holdet. Vi vil træne sammenhold, gruppedynamikker, og en af jeres første opgaver vil være at navngive holdet.

Vi har besluttet, at der er en udskifter per hold for at sikre at fødselsdage, konfirmationer andre fritidsaktiviteter også kan passes.

Træning

Ud over de basale færdigheder vil vi til torsdagstræningen arbejde med taktikker, executes samt evnen til at læse modstanderens spil og reagere på det.

Dine forældre skal med på banen

Når du spiller CS:GO på torsdagsholdet, vil træning og kamp optage 2-3 dage om ugen. Det er næsten lige så meget som at gå til anden idræt. Derfor er det vigtigt at dine forældre forstår og accepterer at forventningen til din aktivitet rækker ud over træningen torsdag. Hvis ikke både du og dine forældre er parat til at afsætte tiden, vil du få problemer overfor din træning og dine holdkammerater. Og det vil ikke være fair over for dig, dine forældre eller holdet.

Turneringskampe

En vigtig del af CS:GO er at kæmpe mod andre hold.

Vi melder de to hold på torsdagstræningen til DGI Nordsjællands turnering. Denne turnering spilles fra 13/9 hver søndag kl 11. med mindre kampen bliver flyttet.

Vi spiller hjemmefra på eget udstyr og taler via Discord.

Hvis du eller dine forældre allerede nu kender til en eller flere søndage frem til jul hvor du er forhindret, beder vi dig allerede nu fortælle det til træneren, så vi kan arbejde på at få kampen flyttet.

Scrims

Det er en god ide også at spille sammen ud over træning og kamp for at lære jeres styrker og svagheder at kende.

Vi vil derfor opfordre jer til at aftale at spille mindst en kamp sammen ud over hvad klubben arrangerer. Det kan enten være en kamp i selv arrangerede eller en som jeres holdleder hjælper med at få sat op.

Dette er ikke et krav, men en klar opfordring. Det behøver ikke at være hver uge og fra uge et. Vi nævner det her, for at du ved at det kommer på tale.