



# Nyt træningsprodukt

- til rekruttering af medlemmer og nye frivillige i håndboldklubben



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND  
Olympisk komite

Lars Brønserud  
Projektleder  
Dansk Håndbold Forbund

DIF & Idan Foreningskonference  
2. Juni 2012

- Baggrund
- Om produktet
- Implementering i klubberne
- Gode råd



# *Håndboldfitness*

*– lidt sundere, meget sjovere!*



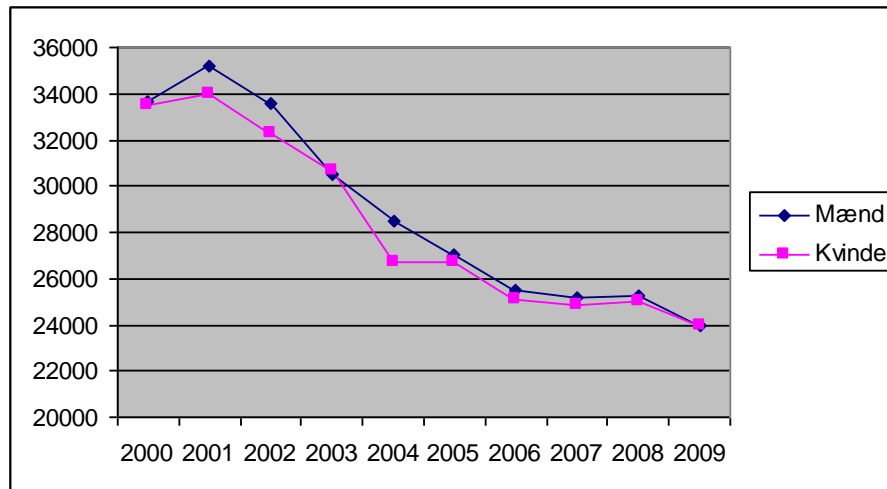
# Baggrund



## ”PULSEN på voksenhåndbold for bredden”

DHF undersøgelse, 2009 - 1.226 respondenter

Nedgang på ca. 30 % voksne medlemmerne over en 10 årig periode



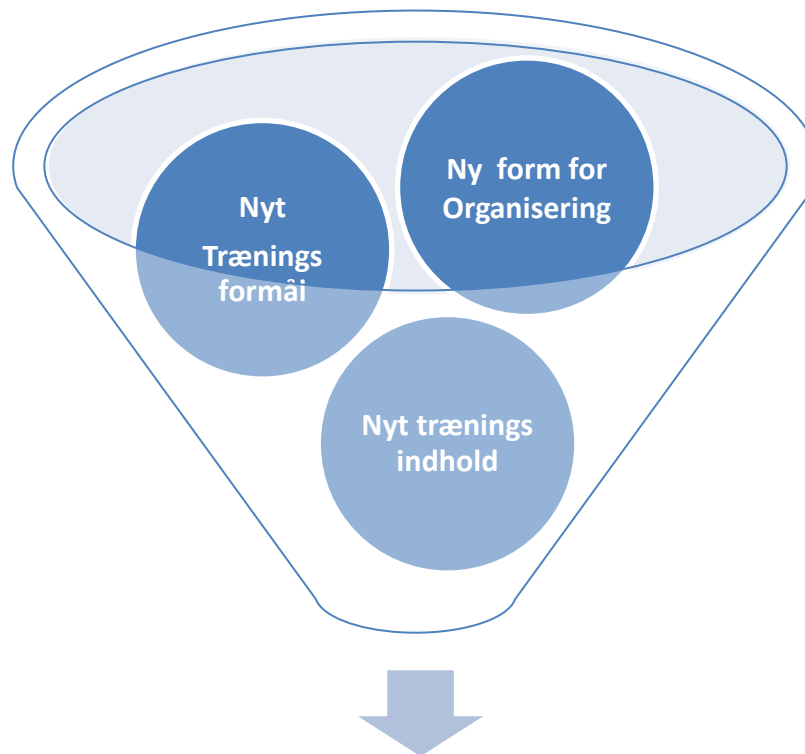
## Centrale outputs fra undersøgelsen:

### Årsager til STOP

- 1. *Skader*
- 2. *Manglende tid (familie, studie eller arbejde)*
- 3. *Træningsindholdet (ændret træningsfokus)*

### Afsavn og uopfyldte behov

- > *Holdsport*
- > *Sjov motion*
- > *At se vennerne*



## Håndboldfitness



# Produktet



## Fundamentet i det nye produkt

- Flexibelt /modul opbygget (udelukkende et træningsprodukt )
- Nyt træningsfokus  
(fra at "træne for at vinde" til "træne for fysisk og psykisk velvære")
- Nyt træningsindhold
- Være sjovt







# Håndbold på små baner



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND  
Olympisk komite





# Styrke træning



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND  
Olympisk komite







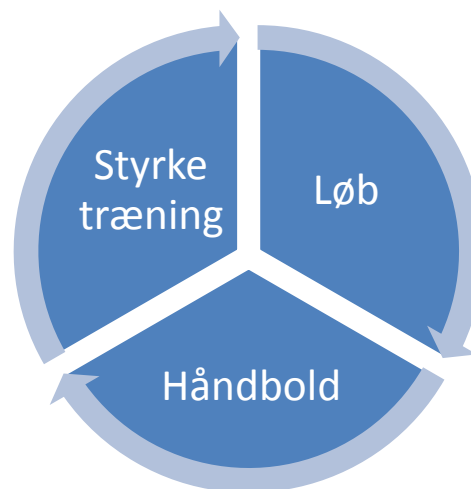
# Sjov løbetræning



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND  
Olympisk komite



- Korte træningsmoduler (40 min.)
- Alsidig og målrettet træningsindhold



- Træning, ingen kampe
  - fleksibilitet og valgfrihed i **medlemsskabet** = større målgruppe
  - fleksibilitet og valgfrihed for **instruktøren** = nemmere rekruttering



# Modtagelsen



## Erfaringer med implementering i klubber

- **Forandringer i foreninger tager tid**
  - Intern konkurrence  
(foretage prioriteringer pga. ressource problemer (faciliteter, instruktører)
  - Ekstern konkurrence  
(hård "kamp" om nye kunder – kræver tålmodighed og vilje)
- **Implementering = kommunikationsopgave**
- **Meget positiv modtagelse i foreninger - rammer et markedsbehov i klubberne**  
(nytænkende koncept, indhold, gennemarbejdet, anvendeligt, mv.)
- **Nemmere at rekruttere helt nye instruktører**



Film



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND  
Olympisk komite

<http://www.dhf.dk/Aktiviteter/haandboldfitness>







# Gode råd



## 1. IND I KAMPEN

- udviklingen går stærkt. Hvis din klub ikke bevæger sig med, risikerer den at stå tomhændet tilbage

## 2. TÆNK NYT

- Introducer nye træningsprodukter til nye målgrupper. Det giver din klub et langt bredere rekrutteringsgrundlag

## 3. HAV TÅLMODIGHED OG VILJE

- implementering og mund-til-mund tager tid