



# FLERE PIGER

## TIL FODBOLD PÅ FREDERIKSBERG



FREDERIKSBERG  
KOMMUNE





# ET UNIKT SAMARBEJDE FOR AT STYRKE PIGEFODBOLDEN PÅ FREDERIKSBERG

Projektet "**Flere piger til fodbold på Frederiksberg**" var et samarbejde mellem de tre store fodboldklubber på Frederiksberg – FB, K.B. og FA 2000 – og DGI Storkøbenhavn.

Projektet løb over to år og samlede kræfterne på tværs af klubber, frivillige, trænere og forældre. Målet var at fordoble antallet af piger i de yngste årgange og skabe nye muligheder for leg, bevægelse og pigefællesskaber i fodbolden.

## FAKTA

- **Projektperiode: 2024-2025.**
- **Samarbejdspartnere: FB, K.B., FA 2000 og DGI Storkøbenhavn.**
- **Målgruppe: Piger på Frederiksberg, 0-6 år og 7-9 år.**
- **Finansieret af: Frederiksberg Fonden, Frederiksberg Kommune og Bevæg Dig For Livet.**

Det var helt særligt, at FB, K.B. og FA 2000 – tre klubber, der bor dør om dør og deler baner – gik sammen om et fælles mål i et projekt som dette.

DGI Storkøbenhavn fungerede som en samlende kraft i samarbejdet og sikrede struktur, fremdrift og en fælles retning.

**Projektet har vist, at stærke fællesskaber og nytænkning kan gøre en forskel – og pigefodbolden på Frederiksberg har fået et markant løft.**

## RESULTATER

Projektet har skabt tydelige og målbare forbedringer i pigefodbolden på Frederiksberg. På tværs af alle tre klubber er der sket en markant medlemsvækst inden for projektets to målgrupper: 0-6 og 7-9 år.

### Samlet vækst, 0-9 år:

Fra 216 til 361 medlemmer

↑ **67%**

### Piger, 0-6 år:

Fra 92 til 173 medlemmer

↑ **88%**

### Piger, 7-9 år:

Fra 124 til 188 medlemmer

↑ **52%**

Sammenlignet med nationale vækstrater inden for pigefodbold var Flere piger til fodbold på Frederiksberg således en usædvanlig succes.



FB er vokset fra  
76 til 116 medlemmer

↑ **53%**



K.B. er vokset fra  
84 til 150 medlemmer

↑ **79%**



FA 2000 er vokset fra  
56 til 95 medlemmer

↑ **70%**

De nye medlemmer fordelte sig jævnt på tværs af klubberne, hvilket var med til at understrege, at alle klubberne vandt gennem samarbejdet.

## VÆKST FOR ALLE PIGEÅRGANGE DER HAR VÆRET EN DEL AF PROJEKTET

I projektets levetid har 10 pige-årgange, fra og med årgang 2014, været i berøring med projektet. Tæller man pigerne fra alle 10 årgange sammen, har klubberne oplevet en samlet fremgang på 305 medlemmer fra 216 til 521 medlemmer.

### Samlet vækst:

Alle pigeårgange, der har været en del af projektet.

↑ **141%**



FB er vokset fra  
76 til 158 medlemmer

↑ **108%**



K.B. er vokset fra  
84 til 223 medlemmer

↑ **165%**



FA 2000 er vokset fra  
56 til 140 medlemmer

↑ **150%**



## KLUBBERNES INDIVIDUELLE ERFARINGER



### SUCCEs MED PRØVETRÆNINGER PÅ MOTIVU

Undervejs i projektet har klubberne haft mulighed for at afprøve et gratis abonnement på platformen MotivU, hvor man kan tilbyde gratis prøvetræning. Det har været en stor succes for FB, der har haft 136 piger forbi til prøvetræning.

Desuden gav projektet FB en vigtig erfaring: Det var muligt at rekruttere piger fra de yngste årgange og dermed øge den kritiske masse. F.eks. har klubben etableret et U5-hold med hele 12 pigespillere.

Det satte streg under vigtigheden af, at fodboldklubber har det rigtige tilbud for pigerne - og at det med fordel kan rumme mere end klassisk fodboldtræning.



### FORÆLDERKONTAKT OG MARKEDSFØRING

Sociale events har skabt gode anledninger til at komme i kontakt med forældre til piger, der endnu ikke gik til fodbold, f.eks. i en forældre-kaffebo. Dialogerne gav indsigt i forældrenes tilgang til fodbold som fritidsaktivitet for deres piger.

De sociale events skulle dog følges op med et tilbud om at komme til prøvetræning. Ved prøvetræning havde holdet og trænerne mulighed for at give nye piger en god modtagelse og vise fællesskabet frem.

I projektperioden er der arbejdet med alternative greb til markedsføring: brug af Aula. Dertil har K.B. selv forsøgt sig med at aktivere forældreambassadører.

Klubben har her erfaret, at det gav højere tilmelding og deltagelse, når der blev sendt en invitation ud via Aula, og når forældre til piger i klubben opfordrede andre forældre til at tage deres piger med til fodbold.

## KLUBBERNES INDIVIDUELLE ERFARINGER



### UDDANNELSE AF FREMTIDENS ROLLEMODELLER

FA 2000 har særligt oplevet en stor effekt af de ungtrænerworkshops, der har været afviklet i projektperioden. Det har givet klubben markant flere pigetrænere i alderen 15-16 år.

Klubben har oplevet, at stærke rollemodeller for deres eksisterende og potentielle medlemmer har haft en positiv betydning.

Samtidig har ungtrænerworkshops været led i et mere langsigtet perspektiv om at uddanne og engagere flere kvindelige trænere på både frivillig og professionel basis.



Det glæder mig, at vi på Frederiksberg har tre fodbold-klubber, der sammen har taget et ansvar og er lykkedes med at skabe et miljø, der giver langt flere piger lyst til at gå til fodbold - og ikke mindst giver pigerne mulighed for at være med i fodboldens fællesskaber.

Indsatser som denne bidrager til et endnu stærkere og mere inkluderende foreningsliv på Frederiksberg, og det kan klubberne være stolte af.

**- Michael Vindfeldt,  
Borgmester i Frederiksberg Kommune**

## FOKUS PÅ DET DER MOTIVERER PIGER

En væsentlig grund til projektets succes har været en helhedsorienteret tilgang, hvor fokus var at skabe et miljø, som pigerne kunne se sig selv blive en del af.

Her fungerede **sociale events**, der handlede om mere end fodbold, særligt godt - f.eks. fællesspisninger med piger og forældre og dans på banerne. De sociale events skabte sammenhold, synlighed og gav pigerne en følelse af at være mange sammen om fodbolden.

### EVENTS

- Fælles Fredage afviklet i efteråret 2024, hvor klubberne for første gang inviterede til fællestræning og -spisning.
- Fodboldfestival for piger med sjove og utraditionelle aktiviteter som kæpheste-fodbold og fodbold-olympiade i efteråret 2025.
- Piger på banen-arrangementer på tre søndage i foråret 2025, bl.a. med Silent-disco som opvarmning.
- Deltagelse i FRBdage i 2024 og 2025.





Projektets flotte resultater understreger, at klubbernes fælles indsats for pigefodbolden på Frederiksberg i den grad har båret frugt. Det har været helt fantastisk at se så mange glade piger på banen til de events, som klubberne har afholdt undervejs i projektet.

Klubberne viser, at det virker at gøre tingene på en ny måde, når det handler om pigefodbold, og projektet er med til at sætte skub i en nødvendig kulturændring i pigefodbolden på Frederiksberg, som mange piger kommer til at få glæde af i fremtiden.

- **Lotte Kofoed, formand for kultur- og fritidsudvalget i Frederiksberg Kommune**

## UNGTRÆNERE SOM STÆRKE ROLLEMODELLER

Rollemodeller kan øge pigers motivation til at spille fodbold. Derfor har det været et fokus i projektet at uddanne nye trænere fra klubbernes U-16 og U-19 pigehold.

Klubberne afholdt **Fælles Trænerdage**, hvor teenagepigerne blev introduceret til rollen som trænere og efterfølgende kunne melde sig som ungtrænere på pigeholdene.

Et andet greb har været afholdelse af **Pigetræner-workshops** på tværs af klubberne. Her har pigetrænerne haft mulighed for at dele erfaringer og lære hinanden at kende.



## ET STÆRKT KLUBSAMARBEJDE



Projektets succes var resultatet af et utraditionelt men stærkt klubsamarbejde, hvor tre lokale klubber sammen har valgt at sætte fokus på en dagsorden.



I samarbejdet var det lokale **ledernetværk** et fast omdrejningspunkt, hvor formænd og daglige ledere fra klubberne mødtes regelmæssigt for at dele erfaringer, løse udfordringer og tegne de strategiske linjer.



Ledernetværket fortsætter efter projektets afslutning, og videreudviklingen af pigefodbolden på Frederiksberg forankres i klubbernes samarbejde i netværket.

## DGI STORKØBENHAVNS BIDRAG I PROJEKTET

- Projektledelse og en fælles retning for projektet.
- Fokus på at bryde med vanetænkning og afprøve nye, utraditionelle tilgange og metoder.
- Drivkraft på afviklingen af sociale events.
- Faglig viden om pigefodbold, børnemiljøer og rekruttering.
- Etablering af det lokale ledernetværk og facilitering af uddannelse og workshops i projektet.

Resultatet af DGI og klubbernes samarbejde er en indsats, der kan leve videre – og en model, som andre klubber og kommuner kan lade sig inspirere af i fremtiden.

# PIGEFODBOLD I FREMTIDEN

Projektet har lagt et stærkt fundament for pigefodbolden på Frederiksberg. Der er sat skub under en kulturaendring i tilgangen til pigefodbold og arbejdet med nye formater og metoder.

Selvom der er sket meget på to år, stopper det ikke her. Hvis det skal lykkes at skabe reelle forandringer over tid, kræver det, at pigefodbolden bliver ved med at være en prioritet. Derfor fortsætter samarbejdet:

- **Klubberne fortsætter samarbejdet gennem ledernetværket og arbejder videre med initiativer som uddannelse af ungtrænere og fælles events.**
- **Klubberne tager del i DGI-projektet "Trivselstræner" i 2026.**
- **SFO-indsatsen har endnu et stort udviklingspotentiale. Her er et fleksibelt samarbejde mellem klubber og kommune afgørende for at lykkes.**
- **DGI Storkøbenhavn vil fortsat være en aktiv sparringspartner for klubberne, bl.a. ved at være tovholder på ledernetværket fremadrettet.**

**Målet er at fastholde de gode erfaringer fra projektet og udvikle nye koncepter, så endnu flere piger i fremtiden får glæde af fodboldfællesskabet.**



# FLERE PIGER TIL FODBOLD PÅ FREDERIKSBERG



FREDERIKSBERG  
KOMMUNE

