**KLUBBHÅNDBOK**

**FOR**

**«KLUBB»**

**LOGO**

Oppdatert 4. november 2021

# Klubbinformasjon

Klubbnavn: <Klubbnavn>  
Stiftet: <År>  
Idrett(er): Friidrett  
Postadresse:   
E‑postadresse:   
Internettadresse:   
Organisasjonsnummer: <Brønnøysundregistrene>  
Bankforbindelse: <Navn på bank>  
Bankkonto:   
Medlem av: Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité  
Tilknyttet: <Særforbund/særkrets(er), idrettskrets, idrettsråd …>

Innhold

[Klubbinformasjon 4](#_Toc16838762)

[Innledning 7](#_Toc16838763)

[Klubbens historie 7](#_Toc16838764)

[Visjon 7](#_Toc16838766)

[Verdier 8](#_Toc16838765)

[Virksomhetsidé 9](#_Toc16838767)

[Aktivitet 9](#_Toc16838767)

[Samfunnsansvar 9](#_Toc16838767)

[Hovedmål 10](#_Toc16838768)

[Organisasjon 11](#_Toc16838769)

[Organisasjonsplan klubb 11](#_Toc16838770)

[Idrettsorganiseringen 11](#_Toc16838770)

[Årsmøtet 13](#_Toc16838771)

[Styret 15](#_Toc16838772)

[Utvalg/komiteer 17](#_Toc16838773)

[Ansatte 17](#_Toc16838774)

[Klubbens lov 17](#_Toc16838775)

[Handlingsplan 17](#_Toc16838775)

[Klubbutvikling 17](#_Toc16838775)

[Politiske prosesser 17](#_Toc16838775)

[Samarbeidesklubber 17](#_Toc16838775)

[Medlemskap 18](#_Toc16838776)

[Medlemskontingent 18](#_Toc16838777)

[Treningsavgifter 19](#_Toc16838778)

[Startkontingenter – deltakeravgifter 19](#_Toc16838779)

[Klubbens aktivitetstilbud 13](#_Toc16838780)

[Barne- og ungdomsidrett (BU utvalg) 19](#_Toc16838781)

[Toppidrett (Sportslig utvalg) 19](#_Toc16838781)

[Aktivitetsplan/terminliste 20](#_Toc16838782)

[Klubbens arrangementer (Arrangementsutvalg) 21](#_Toc16838783)

[Reise i regi klubben 21](#_Toc16838784)

[Til deg som er … 21](#_Toc16838785)

[Utøver 21](#_Toc16838786)

[Forelder/foresatt 22](#_Toc16838787)

[Trener 22](#_Toc16838788)

[Oppmann og lagleder 24](#_Toc16838789)

[Dommer 25](#_Toc16838790)

[Klubbdrift 25](#_Toc16838791)

[Årshjul 25](#_Toc16838792)

[Kurs og utdanning 25](#_Toc16838793)

[Medlemshåndtering 26](#_Toc16838794)

[Dugnad og frivillig arbeid 26](#_Toc16838795)

[Politiattester 26](#_Toc16838796)

[Klubbens antidopingarbeid 27](#_Toc16838797)

[Kommunikasjon 27](#_Toc16838798)

[Arbeidsgiveransvar 27](#_Toc16838799)

[Sikkerhetsarbeid (HMS) 28](#_Toc16838800)

[Økonomi 28](#_Toc16838801)

[Forsikringer 29](#_Toc16838802)

[Anlegg og utstyr 29](#_Toc16838803)

[Utmerkelser og æresbevisninger (Hederstegnkomite) 30](#_Toc16838804)

[Retningslinjer i klubben 30](#_Toc16838805)

[Maler og eksempler 31](#_Toc16838806)

# Innledning

Klubbhåndboka skal svare på de viktigste spørsmålene om klubben og gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i klubben. Den skal sikre at det er kontinuitet i det som bestemmes og gjøres.

Bakgrunnen for utarbeidelsen av denne organisasjonsplanen er at nye og gamle tillitsvalgte skal lett kunne sette seg inn i hvordan klubben skal fungere, hvilke ansvarsområder styret, administrasjonen og de ulike utvalgene har, med tilhørende mandat. Håndboken er utarbeidet av klubbens daglige leder i samarbeid med kretsens daglige leder. Den er revidert av styret.

Håndboka skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i vår klubb, hvilken klubb vi er, hva vi skal oppnå, hva vi tilbyr, og hvordan vi gjør ting.

## Klubbens historie

*Gi en kort beskrivelse av klubbens viktigste historie. Trekk spesielt frem hva dere har vært mest stolt av, slik at klubbens betydning kommer frem.*

* *Hvorfor ble klubben stiftet?*
* *Hvilke aktiviteter har klubben drevet med?*
* *Hva har klubben vært mest opptatt av frem til i dag?*
* *Hva er de viktigste tingene klubben har oppnådd den tiden den har eksistert – noen historiske milepæler?*

Klubben ble stiftet i xxxx…….

xxxxxxxxxxxxxxxxxxx

Friidrett er en meget allsidig idrett der man har behov for gode basisferdigheter. Begrepet: Raskest, høyest, lengst, er beskrivende for aktiviteten. Friidrettsøvelsene er svært målbare som derav skaper stor interesse for alle som driver denne idretten, da fremgang er målbart. Friidrett fanger over mange øvelser og segmenter. Banefriidrett er den tradisjonelle øvelsesgruppen, men stafetter og terrengløp er også ansett som mer tradisjonelle segmenter. Friidretten har også det øverste ansvar for mosjonsløp. De senere år har også andre grupper blitt en del av friidretten: Kappgang, bakkeløp, ultraløp, OCR (Obstacle course racing) og trugeløp.

I tillegg til å være en målbar konkurranseidrett, tar også friidretten ansvar for folkehelse, der man tilrettelegger for lavterskel tilbud med treningsgrupper, mosjonsløpsarrangement med mer.

Lykke til med viktige oppgaver for friidretten!

## Visjon

Visjonen skal ikke være målbar og den skal ikke engang nås, men den skal gi oss krefter til alltid å ville nå lenger. Den sier noe om hva vi strekker oss etter.

**Klubben sin visjon er: F.eks «Flest mulig– lengst mulig– best mulig».**

Forklarende tekst til vår visjon:

Klubben vil at flest mulig barn, unge og voksne skal trives så godt i friidrettsmiljøet at de forsetter så lenge som mulig og samtidig utvikler seg som utøvere.

Vi i «klubben» ønsker å fremme en felles visjon som mange føler seg motivert av og forpliktet til. Vi vil skape idrettsglede, være inkluderende, ta vare på mangfold og allsidighet og samarbeide godt på tvers av idrettsklubber. Vårt ambisjonsnivå er å legge til rette for både bredde og topp og ivareta en sosial idrettsklubb hvor våre toppidrettsutøvere fungerer som motiverende og engasjerende forbilder for våre barn og unge.

«Klubben» hører til i «sted».

Holdninger

* Toppidrettsutøvere som gode rollemodeller for barne- og ungdomsidretten.
* Bidra til å fremme gode holdninger og verdier.
* Entusiasme og engasjement.
* Lojalitet til vårt idrettsmiljø.

Dette er drømmen vår og et bilde av den fremtiden vi ønsker for klubben. Visjonen forteller hvorfor folk er med og gjør en innsats for akkurat vår klubb. Den sier hva vi skal strekke oss etter og skape sammen. For at visjonen skal kunne omsettes til handling, kreves det god kommunikasjon. Klubben kan beskrive visjonen på flere måter, slik at den lettere kan forstås av alle, og slik at alle kan se hvordan de kan bidra for å nå drømmen.

## Verdier

«Klubben» baserer sin aktivitet på felles vedtatte verdier for norsk idrett:

Ærlig, leken, ambisiøs og inkluderende.

Ut fra fellesverdiene i norsk idrett, har «Klubben» tydeliggjort hva som skal prege oss og klubben vår.

Klubben skal være preget av følgende verdier: Eksempler:

* **Glede, helse, ærlighet og fellesskap.**
* **Sunne holdninger.**
* **Tillit og lojalitet.**
* **Mestring, begeistring og grensesprenging.**
* **Åpen og inkluderende – alle skal kunne føle seg ivaretatt uansett ambisjoner og nivå.**

En forutsetning for å etterleve «klubbens» verdinormer er at vi har:

* Klare og tydelige mål, veivalg og planer.
* Felles oppslutning om mål og arbeidsmetoder.
* Aktiv medvirkning fra hver enkelt.
* God kommunikasjon mellom alle aktører i Norsk Friidrett.
* En kultur hvor vi gjør hverandre gode.
* Tydelig ledelse.
* Ønske om å spille på samme lag

Verdiene skal hjelpe oss til

* å skape et godt klubbmiljø, der vi tar godt vare på hverandre
* å skape gode holdninger, som fører til et godt treningsklima
* å være en klubb som er kjent for godt samarbeid og god oppførsel
* å fremstå slik klubben ønsker i alle sammenhenger
* å bli tydelige, få frem det som skiller oss fra andre, og klargjøre vår spesielle identitet

## Virksomhetsidé

Denne ideen forteller hva klubben vår i all hovedsak skal drive på med. Virksomhetsideen definerer hva som er det spesielle eller unike med vår klubb og den aktiviteten vi har valgt. Den forteller hva vi tilbyr som gjør at folk foretrekker oss i stedet for andre klubber.

Visjonen, verdiene og virksomhetsideen er rettledende for alle medlemmer, tillitsvalgte, trenere og støtteapparatet. Dette er utgangspunktet for det vi skal skape sammen, hvordan vi skal fremstå, og hva vi skal drive på med og ha fokus på av oppgaver.

**Virksomhetside/aktivitet:**

Norge er blant de beste i verden innen friidrett, basert på folketall. Kretsen er en av de største kretsene i Norge. Klubben har aktivitet innenfor alle tre definerte klubbområder i norsk friidrett: Bredde – talentutvikling – elite.

Bredde

Klubben skal ha et trygt og sunt miljø i vårt idrettslag. Et sunt og trygt miljø for de unge ønsker vi å skape med fokus på likhet og rettferdighet. Dette innebærer at et barns talent, evner og innsats skal være ubetydelig for den oppfølging og oppmuntring som blir gitt av trenere og støtteapparat. Trenere og støtteapparat vil derfor fokusere på lek, idrettsglede og mestring fremfor det å vinne. I klubben har vi en person i styret som er ansvarlig for barneidrett og at dens regler blir praktisert på en god måte i idrettslaget.

Talentutvikling

Klubben skal etterstrebe å tilby de beste rammebetingelsene for å skape utvikling for idrettsungdom, der de som ønsker å satse på friidrett skal gis muligheter. Klubben forplikter seg til å ha tilgjengelig kvalitative trenerressurser. Klubbens trenere skal gis muligheter til trenerutdanning. Andre viktige rammebetingelser som klubben skal ha fokus på: treningsfasiliteter, økonomi og konkurransetilbud. Klubbens verdiarbeid skal gjennomgå hele organisasjonen.

Toppidrett

Klubben ønsker å skape bedre toppidrett. Med dette mener vi at toppidrett preget av sjenerøsitet er bedre enn toppidrett preget av egoisme. Vi fremmer derfor rettferdighet og fairplay slik at toppidretten bærer preg av å glede seg over den gode prestasjonen og andres seier. Forholdet mellom toppidrett og breddeidrett er derfor vesentlig for oss med det siktemål at toppidrettsutøvere skal fremstå som sunne rollemodeller for barn og unge og resultere i stor vekst til idretten.

Oppsummert – aktivitet:

Klubben skal prioritere alle tre områdene: bredde, talentutvikling og toppidrett.

Det skal vi fortsatt være, og i tillegg skal vi sikte høyere ved å tilrettelegge for utvikling for utøvere, trenere, ledere og dommere. Klubbene er kjernen i friidretts-organisasjonens sjel.

Frivillighet er ikke like selvfølgelig som tidligere, derfor vil dette være et prioritert område i tiden fremover. Vi ønsker å legge bedre til rette for tillitsvalgte og dermed senke terskelen for å ta på seg et verv eller en oppgave. Klubben er også den viktigste arenaen for å utvikle utøvere og trenere. Klubbutvikling er derfor et sentralt satsningsområde.

Friidrettsforbundet delgrener består av: Banefriidrett, hallfriidrett, kappgang, fjelløp, terrengløp, stafetter, gateløp, bakkeløp, ultraløp, trugeløp og OCR (Obstacle Course Running). Klubbens aktivitetsområde er pr i dag banefriidrett, hallfriidrett, terrengløp, gateløp og stafetter.

## Samfunnsansvar

Denne ideen forteller hva klubben vår i all hovedsak skal drive på med. Virksomhetsideen definerer hva som er det spesielle eller

## Hovedmål

*Hovedmålet til <Klubbnavn>: <Sett inn klubbens vedtatte mål>…*

*Hovedmålet definerer mer presist hva det er klubben skal oppnå og bli til i forhold til omgivelsene. Det er et overordnet mål som strekker seg inn i fremtiden. Hovedmålet blir konkretisert ved hjelp av ulike delmål – og innenfor hvilke innsatsområder man ønsker å oppnå målene. Det tar tid å oppnå hovedmålet, og det kan revideres etter behov.*

*Noen klubber definerer et overordnet hovedmål og konkretiserer deretter de viktigste delmålene for ulike områder i klubben. Andre klubber velger å liste opp 3–6 målsettinger, der man sier hvilke kvalitetsmessige effekter klubben skal oppnå (effektmål), og hvilke kvantifiserbare resultater den skal oppnå (resultatmål).*

Eksempel:

Klubbens formål er å skape en god utviklingsarena for barn og ungdom gjennom et godt friidrettsmiljø. Det skal tilbys trening og konkurranser for flest mulig, lengst mulig og best mulig. Gjennom målrettet arbeid skal klubben utmerke seg som en av de beste klubbene i norsk friidrett.

Arbeidet skal preges av klubbens verdier.

I henhold til klubbens strategiplan 2021-2024 skal vi:

* Innen 2024 skal vi ha minst xxx medlemmer.
* Ha deltakere på kretssamlinger, kretslag.
* Ha utøvere på rekrutteringslandslag.
* Være en toppklubb under UM og junior NM.
* Være i toppen av norsk friidrett.
* Ha utøvere på landslag og internasjonale mesterskap fra ungdom til seniorer.
* Tilby mosjonsaktiviteter i nærområdet.

NFIFs målsetninger skal være grunnleggende i klubbens virksomhet:

* «Norsk friidrett skal rekruttere og ivareta medlemmer og aktive gjennom et godt og bredt aktivitetstilbud».
* «Norsk Friidrett skal utvikle utøvere som tar medaljer i internasjonale seniormesterskap».
* «Norsk Friidrett skal være en verdibasert og bærekraftig samfunnsaktør».

# Organisasjon

I denne delen av håndboka beskriver vi hvordan klubben er organisert.

## Organisasjonsplan

Denne klubbhåndboken er klubbens organisasjonsplan. Organisasjonskart er beskrevet i dette punkt. Beskrivelse av ansvar er synliggjort i håndboken for de viktigste oppgavene som gjelder for ulike funksjoner i klubben. I tillegg skal klubben oppdatere årlig handlingsplan med årshjul, der ansvar er beskrevet. Funksjonsbeskrivelsen for de lovpålagte vervene fremgår av klubbens lov. For de styreoppnevnte vervene bør styret vedta egne funksjonsbeskrivelser, som legges inn i klubbhåndboka.

Klubbens øverste myndighet er årsmøtet. Årsmøtet velger ett hovedstyre (1 styreleder, 1 nestleder og x styremedlemmer) og følgende utvalg: Sportslig utvalg, barn- & ungdomsutvalg, arrangementsutvalg (1 leder og x medlemmer pr utvalg). I tillegg skal det velges hederstegnkomite (x medlemmer), kontrollutvalg (x medlemmer) og representanter til «lagshus» etc.

*Organsiasjonskart figur*

## Idrettsorganiseringen

## Denne Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) består av 55 særforbund, 17 idrettskretser, 375 idrettsråd og 10 787 idrettslag, og har rett i underkant av 2.100.000 medlemskap.

## Idrettstinget er den organiserte idrettens høyeste myndighet og avholdes hvert andre år.

## Idrettsstyret er idrettens høyeste myndighet mellom idrettstingene. Styret har som oppgave å gjennomføre de vedtak som er fattet på tinget, samt andre fellesoppgaver både nasjonalt og internasjonalt.

## Ledermøtet avholdes årlig mellom idrettstingene. Der samles presidenter for særforbund og ledere av idrettskretser. På ledermøtet diskuteres idrettens satsingsområder, og styret avgir statusrapporter. Her fattes ingen vedtak, annet enn valg av medlemmer i valgkomite til idrettstinget.

## Særforbundene organiserer og leder de ulike idrettsgrenene, og har ansvar for konkurransevirksomheten og utvikling av særidretten både nasjonalt og internasjonalt. Særforbundene er medlem av NIF og sine respektive internasjonale særforbund.

## Sentraladministrasjonen i NIF samordner en rekke oppgaver på vegne av særforbundene og idrettskretsene, som kontakt med statlige organer, søknader og viderefordeling av spillemidler.

## Idrettskretsene er inndelt etter landets fylkesgrenser. Innenfor denne geografiske rammen er kretsene et fellesorgan for all idrett. Deres oppgave er å fremme samarbeid mellom særkretsene og de enkelte idrettslagene, samt mellom idrettens organisasjonsledd og alle øvrige fylkeskommunale instanser og aktører i fylket med ansvar for idrett og fysisk aktivitet. Videre skal idrettskretsene drive med veiledning overfor idrettslag i fylket i økonomiske, administrative og organisatoriske spørsmål.

## Særkretsenes oppgave er å administrere de ulike idrettene i fylkene. Blant deres viktigste oppgaver er å gjennomføre utdanningstiltak og å sørge for den praktiske gjennomføringen av kamper, stevner og liknende innen deres idrett. En del særforbund arbeider for å slå sammen flere særkretser til større regioner. Målet med dette er først og fremst en mer kostnadseffektiv drift.

## Idrettslagene utgjør det lokale grunnplanet i idrettsorganisasjonen. Lag med én idrett kalles særidrettslag, mens lag med flere grupper av idretter kalles fleridrettslag. Bedriftsidrettslag rekrutterer sine medlemmer fra arbeidsplasser og ulike faglige sammenslutninger.

## Idrettsrådene består av alle idrettslagene som er medlemmer av NIF i kommunen. Alle kommuner med flere enn tre idrettslag skal ifølge NIFs lovverk ha et idrettsråd. Viktige oppgaver er å formidle idrettslagenes anleggsbehov til kommunale myndigheter og å fordele midlene fra den statlige tilskuddsordningen til lokale lag og foreninger.

## 

## 

## Årsmøtet

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år i mars måned. Årsmøtets oppgaver er nærmere beskrevet i klubbens lov. Der fremgår det også hvordan årsmøtet skal innkalles.

For å ha stemmerett og være valgbar må et medlem ha fylt 15 år, vært medlem i klubben i minst én måned og ha betalt kontingent.

Innkalling til årsmøtet skal skje direkte overfor de representasjonsberettigede. Klubben kan innkalle på annen forsvarlig måte, herunder ved kunngjøring i pressen eller på idrettslagets internettside.

Årsmøtet legger grunnlaget for klubbens virksomhet og styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan den skal drives, bør delta på årsmøtet. Det skal skrives protokoll fra årsmøtet og denne bør være tilgjengelige for organisasjonsleddets medlemmer/tilsluttede organisasjonsledd for eksempel på klubbens hjemmeside. Før en publisering bør styret vurdere om det er personopplysninger i protokollen som er av en slik karakter at den ikke bør publiseres.

Les mer (maler finnes bakerst i denne veilederen)  
Lovhefte med [lovnorm for idrettslag](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/lovnormer/), om årsmøtet i §§ 13, 14, 15, 16 og 17  
[Sjekkliste for årsmøtet](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)  
[Mal innkalling til årsmøtet](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/arsmote-i-idrettslag/)  
[Mal årsberetning til årsmøtet](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)  
[Mal protokoll årsmøtet](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/arsmote-i-idrettslag/)   
<Sett inn lenke til protokoller fra årsmøter som har vært holdt i klubben.>

## Styret

Styret er klubbens høyeste myndighet mellom årsmøtene. Noen saker kan ikke styrebehandles, men må behandles av årsmøtet. Det gjelder saker som fremgår av «Årsmøtets oppgaver», og disposisjoner av ekstraordinær karakter eller betydelig omfang i forhold til organisasjonsleddets størrelse eller virksomhet.

Dersom styret er i tvil, bør saken opp på årsmøtet.

**Styret i «klubben» består av:**

* 1 styreleder (velges for 1 år)
* 1 nestleder (velges for 2 år) – stedfortreder for leder
* x styremedlemmer (velges for 2 år) – hvert styremedlem er leder for sitt utvalg

**Lovpålagte oppgaver for styret:**

* Sette i verk årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak
* Påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte, i samsvar med de vedtakene som er fattet på årsmøtet eller i et overordnet organisasjonsledd, og sørge for at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen og en forsvarlig økonomistyring
* Etter behov oppnevne komiteer, utvalg eller personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for deres funksjon
* Representere idrettslaget utad
* Oppnevne en som er ansvarlig for politiattester
* Oppnevne en ansvarlig for barneidretten

**Andre viktige oppgaver:**

* Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap
* Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i idrettslaget blir fulgt
* Stå for idrettslagets daglige ledelse
* Arbeidsgiveransvar for eventuelle ansatte
* Legge frem innstilling til årsmøtet på kandidater til valgkomité
* Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere idrettslagets konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
* Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
* Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
* Oppdatering av klubbhåndboka
* Utvalgsledere er medlem av styret og sikrer kommunikasjonsflyt fra utvalg til styret og motsatt. Dersom en utvalgsleder ikke er medlem av styret, skal et styremedlem ha oppfølgingsansvar ovenfor dette utvalget.

Styremedlemmene kan velges til spesifikke oppgaver som kasserer eller referent på årsmøtet, eller styret kan selv fordele oppgavene. Fordelingen av oppgaver bør beskrives, slik at medlemmene ser hvem de skal kontakte i ulike saker.

**Styrets arbeid**

Beskrivelse av styrets arbeidsform:

* Det skal avholdes møter 1 gang pr måned.
* Møtene avholdes i klubblokalene i «xxxx».
* Møtene gjennomføres der styrets leder er møteleder. Daglig leder skal tilrettelegge med nødvendige saksdokumenter og enkel bevertning, og deltar på styremøtene.

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende. Styremedlemmene plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot vedkommende egen stemme.

Styremøter kan avholdes skriftlig (for eksempel per. e‑post) eller i fjernmøte (for eksempel per. telefon/videokonferanse) dersom et flertall av styre medlemmene gir sin tilslutning til dette. Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene.

Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres.

[Mal for innkalling til styremøte](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)  
[Mal for protokoll fra styremøte](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)

**Myndighet**

Styrets myndighet i forhold til kommunikasjon i henhold til avsnitt om kommunikasjon.

## **Utvalg/komiteer**

Mandat og oppgaver for utvalg/komiteer som er lovpålagte, går frem av klubbens lov. Dette gjelder valgkomité og valgt revisor (ev. kontrollkomité der det er et krav).

For de styreoppnevnte utvalgene bør ansvar og hovedoppgaver for utvalgene beskrives av styret selv når styret vedtar å opprette utvalgene. Slik blir det lett å finne ut hva de tillitsvalgte i komiteer og utvalg kan og skal gjøre. Beskrivelsen bør inneholde hvordan utvalget/komiteen er bygd opp, og hvilket mandat og hvilke oppgaver utvalget/komiteen har.

«Klubben» utvalg og styreoppnevnte funksjoner: (eksempler)

* Sportslig utvalg
* Arrangementsutvalg
* Barne- og ungdomsutvalg
* Hederstegnkomite
* Representantskap «klubblokaler etc
* Styreoppnevnte funksjoner:
  + Dommeransvarlig (arrangementsutvalget)
  + Profilkolleksjonsansvarlig
  + Dugnadsansvarlig (arrangementsutvalget)
  + Anleggsansvarlig

**B&U utvalg**

**Bakgrunn og mål**

B&U utvalget skal arbeide med formål om å skape sportslig utvikling for utøver i klubben, og at klubben har aktivitetstilbud (fasiliteter, utstyr, trenere, konkurransetilbud, økonomiske rammer, tilgang til støtteapparat). Det skal også arbeides for at alle som ønsker å drive med friidrett (uansett ambisjonsnivå), skal ha et godt sosialt, sportslig og trygt aktivitetstilbud. Det skal til enhver tid være aktivitetstilbud innenfor de øvelsesgrener som klubben har definert i sin sportslige plan og klubbens strategiplan.

Klubben skal tiltrekke seg, og rekruttere flere trenere. Klubben skal tilby sine trenere utdanning i henhold til NFIFs trenerløype. Klubben skal kjennetegnes av kompetanseflyt og trenerfaglig samarbeid mellom samarbeidsklubber, kretsmiljøer og i hele organisasjonen. Trenerutvikling er definert som Sportslig utvalg sitt ansvarsområde.

**Medlemmer**

B&U utvalg velges av årsmøtet og består i en leder og 6 utvalgsmedlemmer.

**Møterutiner**

B&U utvalg skal ha minimum 6 møter i året, samt kommunikasjon ved oppståtte hendelser. Planleggingsmøte før sesong skal avholdes før nyttår.

**Ansvarsområder**

B&U utvalg skal følge vedtatt handlingsplan som innehar følgende områder:

* Overordnet ansvar (Møtevirksomhet, kommunikasjon med sportslig utvalg og arrangementsutvalget)
* Rekruttering (Skolestevner, «gatestevne», invitasjoner/markedsføring, Tine-stafetten, Landslagets friidrettsskole, markedsføring hjemmeside / SoMe)
* Ungdom 13-19 år (Trenere, fasiliteter, konkurransetilbud, målsatt sportslig nivå)
* Treningstilbud (ansvar opp til 13 år – samarbeid med SU for 13+)
* Konkurransetilbud (ansvar opp til 13 år, påmeldingsansvarlig, prioritert stevneplan, avsjekk lisens, egne arrangementer i samarbeid med Arr.utvalget)
* Sosiale samlinger (klubb-dagen, fellestur sommer, årsfest)

**Myndighet**

B&U utvalgs myndighet i forhold til kommunikasjon i henhold til avsnitt om kommunikasjon. Innkjøp i henhold til vedtatt budsjett.

**Sportslig utvalg**

**Bakgrunn og mål**

Sportslig skal arbeide med formål om å skape sportslig utvikling for utøver i klubben, og at klubben har aktivitetstilbud (fasiliteter, utstyr, trenere, konkurransetilbud, økonomiske rammer, tilgang til støtteapparat). Det skal til enhver tid være aktivitetstilbud innenfor de øvelsesgrener som klubben har definert i sin sportslige plan og klubbens strategiplan.

Klubben skal tiltrekke seg, og rekruttere flere trenere. Klubben skal tilby sine trenere utdanning i henhold til NFIFs trenerløype. Klubben skal kjennetegnes av kompetanseflyt og trenerfaglig samarbeid mellom samarbeidsklubber, kretsmiljøer og i hele organisasjonen.

**Medlemmer**

Sportslig utvalg velges av årsmøtet og består i en leder og 6 utvalgsmedlemmer.

**Møterutiner**

Sportslig utvalg skal ha minimum 6 møter i året, samt kommunikasjon ved oppståtte hendelser.

**Ansvarsområder**

Sportslig utvalg skal følge vedtatt handlingsplan som innehar følgende områder:

* Overordnet ansvar (Møtevirksomhet, trenerkontrakter, aktives kontrakter og rapportering)
* Trenerutvikling (kompetanseutvikling, kurs, seminarer og kretsprosjekt)
* Toppidrett (Rammevilkår, status, støtteapparat, kretslag, landslag)
* Samarbeidsklubber (følge opp avtaler, evaluere avtaler, informasjonsflyt, trenerressurser og fellesarrangement)
* Kvinnelige trenere (bistå med å finne trenertalenter, rekruttere kvinnelige trenere)

**Myndighet**

Sportslig utvalgs myndighet i forhold til kommunikasjon i henhold til avsnitt om kommunikasjon. Utvalget har myndighet til å rekruttere kontraktutøvere ihht til vedtatte satsningsområder i strategiplan, samt innenfor budsjettets rammer. Den generelle kontraktsutforming skal godkjennes av styret i forkant av kontraktsinngåelser.

**Arrangementsutvalg**

**Bakgrunn og mål**

Arrangementsutvalget skal planlegge, gjennomføre og evaluere alle klubbens arrangementer. Målsetningen med et godt arrangementstilbud er å skape et godt tilbud til klubbens egne utøvere, samt være en ledende arrangørklubb i Norge der vi skaper et godt og kvalitetsrikt tilbud til andre utøvere. Arrangementene er den viktigste inntektskilden for klubben, slik at utvalget skal skape og prioritere arrangementer med gode økonomiske resultater.

Utvalget skal oppnevne egne prosjektgrupper for de ulike arrangementene.

Arrangementsutvalget har også ansvar for dommerutvikling i klubben. Vi skal sikre at vi til enhver tid har et godt og stort utvalg av dommere som kan dekke behovet ved våre arrangementer.

**Medlemmer**

Utvalg velges av årsmøtet og består i en leder og 6 utvalgsmedlemmer.

**Møterutiner**

Arrangementsutvalget skal ha det antall møter som er nødvendig for en god planlegging og gjennomføring av arrangement. Det skal gjennomføres møter i god tid for frister om arrangementssøknader. Utvalget skal sette i gang prosjektgruppene, slik at de lager egen møteplan for å sikre god og korrekt fremdrift i planleggingen.

**Ansvarsområder**

Arrangementsutvalget skal følge vedtatt handlingsplan som innehar følgende områder:

* Dommerutvikling (kartlegging, konkurranseregler, kurskalender, kurs, dommerlister)
* Overordnet ansvar (Arrangementsoversikt, dugnadslister, info om dugnader, terminlistearbeid, dialog DL om sponsoravtaler)
* Egne arrangementer: (alle arrangement) og andre nyskapende arrangementer.

**Myndighet**

Arrangementsutvalgets myndighet i forhold til kommunikasjon i henhold til avsnitt om kommunikasjon. Utvalgsleder uttaler seg kun om sitt område. Arrangementsansvarlig uttaler seg kun om konkret arrangement. Utvalget har myndighet til å utføre innkjøp i henhold til prosjektbudsjett for hvert arrangement.

**Hederstegnkomite**

**Bakgrunn og mål**

Hederstegnkomiteen skal sikre at medlemmer som fortjener heder og ære skal få dette. Komiteen skal både ha ansvar for klubbens egne æresbevis, samt innstiling til krets, forbund, Vestland Fylke og Bergen kommune.

**Medlemmer**

Komiteen velges av årsmøtet og består av 1 leder og x utvalgsmedlemmer.

**Møterutiner**

Utvalget skal ha minimum 2 møter i året (i god tid før frister utløper). Se handlingsplan.

**Ansvarsområder**

Hederstegnkomiteen skal følge vedtatt handlingsplan som innehar følgende områder:

* Innstillinger HFIK/NFIF for diplom administrativ innsats.
* Innstilling til HFIK Årets trener.
* Innstilling til Friidrettens Venners kretspris trener/leder
* Innstillinger til Bergen kommune priser
* Innstillinger til Vestland Fylkes priser
* Æresmedlemmer i klubben
* Andre utmerkelser i klubben
* Utmerkelser til årsfesten

**Myndighet**

Hedertegnskomiteen myndighet i forhold til kommunikasjon i henhold til avsnitt om kommunikasjon. Innkjøp i henhold til vedtatt budsjett.

**Kontrollutvalg**

Klubben skal velge et kontrollutvalg med minst to medlemmer og minst ett varamedlem.

Kontrollutvalg skal påse at:

* idrettslagets midler er anvendt i henhold til lover og bestemmelser
* idrettslagets midler går til de aktivitetene som årsmøtet har fattet vedtak om
* idrettslagets økonomiske disposisjoner er i samsvar med idrettslagets egen lov
* idrettslaget har økonomisk kontroll internt
* årsregnskapet og delårsrapporter gir et rettvisende bilde av idrettslagets drift

Kontrollutvalget har arbeidsoppgaver som strekker seg utover hva engasjert revisor uttaler seg om og derfor må utføre egen informasjonsinnhenting og kontroller utover engasjert revisors arbeid, særlig med hensyn til de tre øverste punktene i listen over.

Maler, veileder og sjekklister for kontrollutvalg:

* [Veileder for kontrollutvalg uten engasjert revisor](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/3bc0a2348bd34d91984ce700e7106749/veileder-kontrollutvalg-130520-1.docx)
* [Sjekkliste for kontrollutvalg uten engasjert revisor](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/3bc0a2348bd34d91984ce700e7106749/sjekkliste-kontrollutvalg-uten-engasjert-revisor-130520.docx)
* [Beretning for kontrollutvalg uten engasjert revisor](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/3bc0a2348bd34d91984ce700e7106749/forslag-kontrollutvalgets-beretning---idrettslag-uten-engasjert-revisor-130520.docx)
* [Veileder for kontrollutvalg med engasjert revisor](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/3bc0a2348bd34d91984ce700e7106749/veileder-kontrollutvalg----idrettslag-med-engasjert-revisor.docx)
* [Sjekkliste for kontrollutvalg med engasjert revisor](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/3bc0a2348bd34d91984ce700e7106749/sjekkliste-for-kontrollutvalg----idrettslag-med-engasjert-revisor.docx)
* [Beretning for kontrollutvalg med engasjert revisor](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/3bc0a2348bd34d91984ce700e7106749/forslag---kontrollutvalgets-beretning---idrettslag-med-engasjert-revisor.docx)

Les også: [Verktøykasse for å holde styr på økonomien i en klubb eller idrettslag](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbokonomi/)

## Ansatte

Klubben har en ansatt daglig leder. Egen stillingsinstruks. Ansvar og myndighet ihht stillingsinstruks og årlig handlingsplan.

## Klubbens lov

Klubben skal ha en egen lov. Loven skal være basert på lovnorm for idrettslag, som finnes på NIFs hjemmeside. Lovnormen er ufravikelig og inneholder et minimum av det idrettslaget må ha i sin egen lov. Klubben kan vedta tillegg til loven, men tilleggene må ikke være i strid med lovnormen. Alle lovendringer må vedtas av årsmøtet, og fremgå av protokollen. Dersom årsmøtet vedtar lovendringer skal protokollen sendes til idrettskretsen.

Ved endringer i NIFs regelverk, plikter styret i organisasjonsleddet å gjøre eventuelle nødvendige endringer i eget regelverk. Slike lovendringer skal ikke vedtas av årsmøtet. Endringer skal gjøres kjent i organisasjonen så snart de er vedtatt av styret.

Les mer  
<Sett inn en lenke til klubbens lov.>

# Medlemskap

Ved innmelding skal medlemmene registreres med navn, fødselsdato, adresse, e‑postadresse og telefonnummer. Medlemmene skal melde seg inn i klubbens medlemssystem som enten er min idrett eller medlemssystem som tilbys av integrasjonspartner med avtale med NIF. Navn og kontaktinformasjon til foresatte må oppgis dersom medlemmet er under 15 år. Alle medlemmer har en egen personlig idrettsside på Min Idrett. Denne personlige siden må hvert enkelt medlem aktivere før den kan brukes. Her kan du som medlem, utøver, tillitsvalgt eller administrativt ansatt melde deg på arrangementer og kurs, endre dine egne personopplysninger, finne informasjon knyttet til lisensinnbetaling, dine kommende aktiviteter og andre funksjoner og tjenester som kan være aktuelle og interessante for deg.

Når man vil bli medlem i en klubb, kan man ikke ha uoppgjorte økonomiske forpliktelser til idrettslaget eller andre organisasjonsledd i NIF. Alle som har betalt medlemskontingent i klubben, er medlemmer. Medlemskapet regnes fra den dagen kontingenten er betalt.

En ansatt kan være medlem i idrettslaget, men har ikke stemmerett på årsmøtet og kan heller ikke inneha årsmøtevalgte verv i idrettslaget.

Medlemskapet i idrettslaget kan opphøre ved utmelding, manglende betalt medlemskontingent eller eksklusjon. En utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt. Et medlem som skylder kontingent for mer enn ett år, kan strykes, og da kan ikke medlemmet tas opp igjen før den skyldige kontingenten er betalt. Hvis medlemmet skylder kontingent etter forfalt to års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra idrettslagets side. Dersom idrettslaget vurderer ekskludering av et medlem, må det ta kontakt med idrettskretsen. Beslutning om eksklusjon ilegges av NIFs domsutvalg.

**Klubbens medlemsfordeler:**

* Delta på treningene uten å betale ekstra treningsavgift
* Få dekket startkontingenter til friidrettsstevner (bane)
* Invitasjoner til sosiale tilstelninger
* Lave egenandeler til utvalgte reiser
* Rabatterte priser på klubbkolleksjonen

**Som aktiv medlem følger det med plikter:**

* Registrere seg i MinIdrett
* Betalt medlemsavgift
* Betalt friidrettslisens (over 13 år)
* Stille med klubbtøy (Aktive med kontrakt er forpliktet)
* Stille på dugnader

Medlemskontingent

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis. Medlemskontingenten skal minst være kr. 50,-. Kontingenten skal betales for hvert enkelt medlem. Klubben kan vedta ulike typer kontingenter, for eksempel for barn, ungdom og voksne. Man kan også vedta en rabattordninger for eksempel for familier. Dette betyr at en familie på 5 likevel må minst betale 250 kr kroner samlet. Det er ikke et felles medlemskap for hele familien, men et eget medlemskap for hvert enkelt familiemedlem. Alle skal registreres med navn, fødselsdato, adresse og e‑postadresse, siden revisoren skal kontrollere medlemslistene mot regnskapet.

Andre avgifter/egenandeler kan kreves for deltakelse i lagets aktivitetstilbud. Det kan være treningsavgifter for de ulike aktivitetene, inngangspenger ved arrangementer eller egenandeler i forbindelse med deltakelse i konkurranser og på kurs. Treningsavgiften skal vedtas av årsmøtet, ev kan årsmøtet gi gruppestyrene fullmakt til å fastsette disse.

**Vi har følgende medlemstyper:**

* Aktiv 7-9 år Kr x,-
* Aktiv 10-14 år Kr x,-
* Aktiv 15 år og eldre Kr x,-
* Støttemedlem Kr x,- eller valgfritt beløp over

Støttemedlemmer kan også registrere seg i MinIdrett og motta faktura, men kan også velge å betale direkte inn på konto: xxxx.xx.xxxxx, husk å skriv navnet ditt.

## Treningsavgifter

Treningsavgiften er inkludert i overnevnte medlemskontingent (gjelder ikke støttemedlem).

Treningsavgiftene skal fastsettes av årsmøtet, eller av gruppestyrene dersom de har fått fullmakt av årsmøtet til å fastsette disse. Treningsavgiften bør fastsettes på bakgrunn av faktiske kostnader med aktivitetene. Dersom medlemskontingenten kreves inn sammen med treningsavgiften, skal begge være spesifisert på fakturaen.

## Startkontingenter – deltakeravgifter

Deltakelse i konkurranser krever ofte startkontingent. I friidrett påløper startkontingenten for hver konkurranse. Klubben dekker deltagelse i banestevner, stafetter og terrengløp. Mosjonsløpskontingent dekkes ikke, så fremt det ikke er inngått egen avtale om dette (f.eks for klubbens mellom- og langdistansegruppe).

# Klubbens aktivitetstilbud

List opp og beskriv kort hvilke konkrete idretter/grener og aktiviteter klubben tilbyr til medlemmene. Det er i tillegg nyttig å vise en oversikt over alle treningsgruppene innenfor de ulike idrettene/grenene. Det kan være lurt å henvise til hvor man finner mer detaljert informasjon om alle treningstider og treningssteder for de ulike gruppene.

Les mer  
<Sett inn lenke til klubbens hjemmeside, med aktiviteter og treningstider.>

## Barne- og ungdomsidrett

Klubben ønsker å beholde flest mulig barn og unge lengst mulig! Vi har et tilbud til alle uansett ambisjonsnivå. Ønsker du en sosial, inkluderende og utviklende arena er du hjertelig velkommen. Har du ambisjoner og ønsker å bli så god som mulig har vi også et tilbud.

**Barneidrett**

Alle som har ansvar for barn eller er trenere for barn, skal kjenne til idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett. All aktivitet for barn skal legges opp slik at klubben følger intensjonene i retningslinjene og bestemmelsene. Styret må i denne forbindelse oppnevne en ansvarlig (tillitsvalgt eller ansatt) for barneidretten (Lovnorm - *§ 18 Idrettslagets styre* (2) f).

Dette innebærer at

* + aktiviteten skjer på barnas premisser
  + barna har det trygt
  + barna har venner og trives
  + barna opplever mestring
  + barna får påvirke egen aktivitet
  + barna kan velge om og hvor mye de vil konkurrere

Les mer  
[Idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett](https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/)

**Ungdomsidrett**

Alle som er trenere for ungdom i klubben, skal kjenne til retningslinjene for ungdomsidrett. Klubben og trenerne skal sørge for

* + at ungdom kan bli så gode som de selv vil
  + å legge til rette både for dem som vil konkurrere, og dem som ikke ønsker å konkurrere
  + at ungdom får være med på å bestemme over egen aktivitet
  + at ungdom får bidra med det de kan
  + at ungdom får utdanning eller kurs for å utvikle seg
  + at treningsavgiften er overkommelig for ungdom

Les mer  
[Retningslinjer for ungdomsidrett](https://www.idrettsforbundet.no/tema/ungdomsidrett/) fra Norges Idrettsforbund

**Utøvere med en funksjonsnedsettelse**Dersom klubben har tilbud for utøvere med en funksjonsnedsettelse, bør det beskrives hvordan dette tilbudet er tilrettelagt. Utøvere med funksjonsnedsettelse har en naturlig plass i klubben. Klubber som ikke har et tilbud i dag, kan synliggjøre hvor klubben kan søke om kompetanse og økonomisk støtte i forbindelse med oppstart av tilbud eller utvikling av eksisterende tilbud.

Les mer  
Informasjon om [Idrett for funksjonshemmede](https://www.idrettsforbundet.no/paraidrett/) fra Norges Idrettsforbund

Aktivitetsplan/terminliste  
Klubben bør sette opp en terminliste over konkurranser/stevner/cuper klubben skal delta i. Aktivitetsplanen/terminlisten bør publiseres på klubbens hjemmeside.  
Les mer  
<Sett inn lenke til terminlisten på klubbens hjemmeside.>

Klubbens arrangementer

Klubben er en svært driftig arrangør av banestevner og løp utenfor bane. Våre arrangementer er nærmere beskrevet i egne arrangementsmanualer. Arrangementene er svært viktig for klubbens drift med tanke på aktivitetstilbud til medlemmene, samt økonomisk inntjening for å kunne drifte klubben. Vi er derfor helt avhengig av at klubbens medlemmer, foresatte, foreldre og andre hjelper til med dugnadsinnsats.

**Klubbens hovedarrangementer - banestevner:**

* xxx
* xxx
* xxx
* orna-lekene (januar)

**Klubbens hovedarrangementer – løp utenfor bane:**

* xxx
* xxx

## Reise i regi klubben

På alle reiser i regi av klubben (samlinger, treningsleirer, konkurranser osv.) skal det pekes ut en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Reiselederen kan være en av foreldrene som har meldt seg frivillig til å være med på et stevne eller et annet arrangement. Det kan være en eller flere reiseledere, og det velges ut én hovedansvarlig blant dem. Alle skal være kjent med og følge instruksen. Alle barn under 10 år skal ha følge av foreldre eller annen foresatt dersom reisen innebærer overnatting, hvis ikke annet er avtalt. Klubben skal sikre at det alltid er leder med friidrettserfaring på stevner der klubben deltar samlet, slik at deltagerne kan få kvalitativ hjelp under stevnet.

Det må innhentes politiattest for foreldre og andre voksne som er med en gruppe mindreårige på et utenlandsopphold eller trenings-/konkurranseopphold i regi av laget.  
  
Les mer  
[Eksempel på funksjonsbeskrivelse for reiseleder](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)

# Til deg som er …

Her er en sjekkliste for hva som forventes av de ulike medlemsfunksjonene i klubben:

## Utøver

**Utøverne bør være kjent med**

* hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
* aktivitetstilbudet
* medlemskap
* dugnad
* klubbens retningslinjer og forventninger til utøverne
* skal gjennomføre «Ren utøver e-læring»

**Retningslinjer:**

• Vise gode holdninger

• Respektere hverandre

• Vise lojalitet mot klubb og trenere

• Hjelpe hverandre og stille opp for hverandre

• Følge klubbens regler

• Være ærlig overfor trener og andre utøvere

• Ta ansvar for godt samhold

• Stille på treninger og stevner en har forpliktet seg til

• Vise engasjement

• Være stolt av sin egen innsats

• Anerkjenne andre sin innsats

• Ta ansvar for miljø og trivsel

• Reagere på mobbing eller annen adferd som ikke er i tråd med klubbens verdier

## Forelder/foresatt

**Foreldre bør være kjent med**

* hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
* aktivitetstilbudet
* medlemskap
* forsikringer
* politiattest
* dugnad
* klubbens retningslinjer og forventninger til foreldrene

**Retningslinjer:**

* Respekter idrettslagets arbeid. Det er frivillig å være medlem av idrettslaget, men er du med følger du idrettslagets regler
* Engasjer deg, men husk at det er barna som driver idrett – ikke du
* Respekter treneren, hans/hennes arbeid og anerkjenn ham/henne overfor barna dine
* Lær barna folkeskikk. Gå foran som et godt eksempel
* Lær barna å tåle både medgang og motgang
* Motiver barna til å være positive på trening
* Vis god sportsånd og respekt for andre
* Ved uenighet snakker du med den det gjelder – ikke om
* Husk at det viktigste av alt er at barna trives og har det gøy!

Les mer  
[Råd til idrettsforeldre](http://www.olympiatoppen.no/fagomraader/ungeutovere/fagstoff/media41142.media) fra Olympiatoppen

## Trener

Trenerne har ansvar for å sikre at medlemmene som deltar i klubbens aktiviteter, får et godt tilbud og ivaretas på en god måte. Som trener er man en representant for klubben. Trenerne bør derfor være kjent med:

* hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
* aktivitetstilbudet
* medlemskap
* lisens og forsikringer
* politiattest
* kompetansetilbud for trenere
* klubbens retningslinjer og forventninger til trenerne
* hva klubben tilbyr sine trenere (honorar, utstyr, bekledning, kurs …)

**Retningslinjer:**

Som trener i idrettslaget skal du bidra til:

* Mestring, selvstendighet og tilhørighet for utøveren
* Positive erfaringer med trening og konkurranse
* Å fremme et godt sosialt miljø, lagånd og vennskap
* At utøvere skal kunne drive idrett i andre avdelinger
* Samarbeid og god kommunikasjon med andre trenere, ledere og foreldre
* Vær et godt forbilde
* Møt presis og godt forberedt til hver trening
* Som trener er du veileder, inspirator og motivator
* Bry deg litt ekstra og involver deg i utøverne dine
* Bli kjent med utøvernes individuelle mål og opplevelse av treningen
* Søk å utvikle selvstendig vurderingsevne hos utøveren
* Vis god sportsånd og respekt for andre
* Vær bevisst på at du gir alle utøverne oppmerksomhet
* Enhver utøver eller gruppe skal utfordres til å utvikle sine ferdigheter

INNHOLDET I TRENINGEN SKAL VÆRE PREGET AV:

* En målrettet plan
* Progresjon i opplevelse og ferdigheter
* Stadig nye utfordringer slik at utøveren flytter grenser
* Effektiv organisering
* Saklig og presis informasjon
* Kreative løsninger
* Fleksibilitet ved problemløsning
* Som trener er du ansvarlig for god kommunikasjon

**Hovedtrener**Hovedtreneren har et overordnet ansvar for all sportslig aktivitet som skjer i klubben eller gruppen. Hovedtreneren skal følge klubbens sportslige plan og arbeide for å realisere klubbens sportslige målsettinger. Vedkommende skal følge opp alle trenere og all treningsaktivitet i klubben/gruppen og sikre at aktiviteten skjer i tråd med det klubben har bestemt.

Oppgaver

* Ansvar for å utarbeide og følge opp klubbens/gruppens sportslige plan
* Rapportere jevnlig til styret om klubbens/gruppens sportslige aktivitet
* Utarbeide aktivitetsplan/terminliste
* Arrangere trenermøter
* Delegere ansvar for treningsgruppene til respektive ansvarlige trenere
* Oppfølging og utvikling av trenerne i klubben
* Koordinere og følge opp det sportslige støtteapparatet
* Informasjon til foreldre/foresatte og utøvere
* Rapporterer til styret etter konkurranser/treningsleirer
* Årsmelding for klubbens sportslige plan

**Trener**Trenerne er ansvarlige for oppfølging av sine respektive tildelte utøvere/grupper/lag. Trenerne rapporterer til hovedtreneren. I lagidretter samarbeider trenerne med laglederen om organiseringen av aktivitetene som laget deltar i.

Oppgaver

* Sette opp sportslige og sosiale mål for laget foran hver sesong i samsvar med klubbens sportslige plan
* Planlegge trening i samsvar med aktivitetsplan/terminliste og klubbens sportslige plan
* Lede treningene i samarbeid med eventuelt andre trenere/hjelpetrenere
* Møte i god tid til trening og konkurranser/kamp
* Ha dialog og samarbeid med foreldre
* Lede laget/gruppen/utøverne under kamper, turneringer eller løp
* Bidra i trenergruppen og møte i trenerforumet i regi av klubben
* Følge gjeldende regelverk
* Sette seg inn i barneidrettsbestemmelsene og retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges idrettsforbund
* Sette seg inn i klubbens verdigrunnlag og retningslinjer for utøvere/spillere og trenere
* Se til at både egen og utøvernes/lagets opptreden er i samsvar med klubbens verdier og retningslinjer
* Være oppdatert på informasjon fra styret
* Representere klubben på en god måte

Les mer  
Mal på [Treneravtale](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/) fra Norges Idrettsforbund  
Informasjon om [trenerutdanning](https://www.idrettsforbundet.no/tema/trenerutvikling/) fra Norges Idrettsforbund ([Trenerløypa](https://www.idrettsforbundet.no/nif/trenerloypa/))  
[Eksempel på retningslinjer for trenere](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)

## Oppmann og lagleder

Laglederen er lagets/treningsgruppas administrative leder og har ansvaret for at alt praktisk fungerer rundt laget/treningsgruppa. Laglederen skal overlate alt det sportslige til treneren/trenerne som har ansvar for organisering av treninger, lagoppsett til kamper/stevner, gjennomføring av kamper osv.

Oppmenn/lagledere bør være kjent med

* hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
* klubbens aktivitetstilbud
* medlemskap
* lisens og forsikringer
* politiattest
* klubbens retningslinjer og forventninger til foreldre
* hva tilbyr klubben sine oppmenn/lagledere (utstyr, bekledning, kurs …)

Oppgaver

* Ajourføre og sende inn navnelister på nye medlemmer
* Gjøre seg kjent med klubbens sportslige plan
* Arrangere møter for foreldre og tøvere
* Gå igjennom foreldrevettregler og sportslig plan med alle utøvere og foresatte
* Møte på lagleder- og allmannamøter
* Gi informasjon til utøvere, trenere og foresatte
* Oppdatere lagets hjemmeside
* Melde på til stevner
* Innkalle til dugnader
* Administrere reiser til/fra stevner
* Sikre at alle utøvere har lisens
* Ha korrekt utstyr/medisinbag sammen med treneren

## Dommer

Klubben er avhengig av dommere for å kunne arrangere stevner. Dommerne har ansvar for å sikre en god gjennomføring av arrangementene.

Dommerne bør være kjent med

* hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
* krav til dommere på ulike nivåer
* medlemskap
* lisens og forsikringer
* klubbens retningslinjer og forventninger til dommere
* hva klubben tilbyr sine dommere (utstyr, bekledning, kurs …)

Les mer  
<Sett inn lenke til relevante konkurranseregler i de idrettene som idrettslaget tilrettelegger.>  
<Sett inn lenke til informasjon om dommerutdanning i klubb/krets/forbund.>

# Klubbdrift

I denne delen av klubbhåndboka beskriver klubben hvordan de arbeider for å oppnå en velfungerende drift av klubben.

Årshjul  
Klubben bør ha en oversikt som viser de viktigste tingene som skjer i klubben hvert år. Noen klubber velger å lage et årshjul, mens andre setter oppgavene inn i en kalender som viser når ting skal gjøres.

Les mer  
Eksempel på [årshjul faste oppgaver](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/) i klubben

## Kurs og utdanning

Klubben bør gi en oversikt over hvilke muligheter det er for å ta kurs eller utdanning gjennom klubben. Det er viktig at klubben kan bidra til kompetanse for trenere, ledere og andre tillitsvalgte, slik at de kan utvikle seg i den jobben de skal gjøre.

* Har klubben en utdanningsansvarlig?
* Hvilken intern opplæring eller hvilke kurs kan vi tilby i egen klubb?
* Hvilke kurs fra kretsen eller forbundet kan vi tilby gjennom klubben?

Les mer  
Informasjon om [trenerutdanning](https://www.idrettsforbundet.no/trenerloypa/) fra Norges Idrettsforbund   
<Sett inn lenke til utdanning i klubbens tilhørende særforbund og/eller særkrets>  
<Sett inn lenke til utdanning i klubbens tilhørende idrettskrets>  
Eksempel på [funksjonsbeskrivelse for utdanningsansvarlig](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)

## Medlemshåndtering

Beskriv hvordan klubben håndterer medlemmene.

EKSEMPEL  
Klubben benytter KlubbAdmin, som er et elektronisk medlemssystem. Vi sender elektroniske betalingskrav til medlemmene, noe som gir enklere oversikt over utsendelser og rimeligere innkreving av kontingenter.

KlubbAdmin er gratis å bruke for klubben og klubbens medlemmer inn til et visst punkt. Fakturering koster. KlubbAdmin er integrert med idrettens øvrige systemer. Via Min idrett kan medlemmene selv utføre innmelding/utmelding på en enkel måte.

## Dugnad og frivillig arbeid

I norsk idrett er det ikke lov å tvinge noen til å delta på dugnad. Idrettslagene kan oppfordre medlemmer og foreldre om å stille opp på dugnad, men deltakelsen må være basert på frivillighet. Idrettslaget kan beslutte at medlemmer som deltar på dugnad får en rimelig reduksjon i kontingenten og/eller avgift som reflekterer andelen av de totale kostnadene.

Medlemmene bør vite hva klubben har tenkt å gjennomføre ved hjelp av dugnad. For å få dugnadsordninger til å fungere er det viktig at medlemmene får en forståelse av hvorfor det er viktig at dugnaden blir gjennomført.

Eksempel info om dugnad:  
Idrettslaget drives i hovedsak av frivillige. Det vil si at foreldre og foresatte, søsken og andre stiller opp uten å motta lønn. Denne ubetalte innsatsen bidrar til at idrettslaget har gode aktivitetstilbud og blir et godt sted å være. Det er mange oppgaver som skal løses i idrettslaget, blant annet vaske drakter, rydding i klubbhuset, parkeringsvakt under turneringer, kjøring til og fra kamper og kiosksalg. Dette frivillige arbeidet som kommer idrettslaget og medlemmene til gode, kalles «dugnad». Dugnadsarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Din innsats blir satt stor pris på!

Les mer  
Informasjon om [idrettens kjøreregler for dugnad](https://www.idrettsforbundet.no/tema/retningslinjer/) fra Norges Idrettsforbund  
Eksempel på retningslinjer for dugnad og lagskasse

## Politiattester

Klubben krever politiattest av alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det er to viktige overordnede grunner til at norsk idrett har innført en ordning med politiattest:

1. Seksuelle overgrep mot barn er totalt uforenlig med idrettens verdigrunnlag.
2. Norsk idrett skal være et trygt sted å være for barn, og et trygt sted for foreldre å sende sine barn.

Les mer  
Informasjon om [politiattest](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/politiattest/) for idrettslag fra Norges Idrettsforbund. Her finnes skjemaer og beskrivelse av prosedyren for håndteringen av ordningen med politiattest.

## Klubbens antidopingarbeid

Klubben og medlemmene er omfattet av idrettens bestemmelser om doping. Klubben bør ta aktivt avstand fra all bruk av dopingmidler. Klubben kan bruke Antidoping Norge i arbeidet mot doping. Det anbefales at klubben registrerer seg som «Rent idrettslag».

Les mer  
Informasjon om [rent idrettslag](http://www.antidoping.no/ren-idrett/rent-idrettslag/) fra Antidoping Norge

## Kommunikasjon

For at klubbdriften skal bli så god som mulig, er klubben avhengig av god kommunikasjon med alle medlemmene og andre som klubben har en relasjon til. Klubber som klarer å kommunisere godt og er bevisst hvordan de oppfattes, vil ha en stor fordel.

All formell informasjon finnes på klubbens hjemmeside, <www …>.   
I tillegg bør klubben si hvordan den jobber med kommunikasjon. Hvis det ikke finnes en kommunikasjonsstrategi, kan klubben benytte malen bak i denne veilederen til å lage en strategi.

Dersom klubben har egen logo, kan det være lurt å lage en egen logomanual som sier hvilke krav klubben har til bruk av logoen. Håndboka bør kun angi om klubben har en slik manual, og hvor den finnes.

Les mer  
Mal på [kommunikasjonsstrategi i idrettslag](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)

## Arbeidsgiveransvar

Dersom klubben har ansatte, er det styret som har arbeidsgiveransvar. Ansvaret for å følge opp den daglige lederen kan delegeres til et av styremedlemmene. Dersom det er flere ansatte, er det vanligvis den daglige lederen som har oppfølgingsansvar for de øvrige ansatte.

Klubben bør beskrive

* om klubben er medlem av en arbeidsgiverforening
* om det er opprettet tariffavtale
* rutiner for ansettelse
* personalansvar
* arbeidsavtaler

Alle som har påtatt seg tillitsverv i klubben, må være medlemmer av klubben eller være underlagt idrettens regelverk gjennom en avtale.

Les mer  
Mal for [midlertidig arbeidsavtale fra NIF](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/)  
Veiledning om [Klubben som arbeidsgiver](https://www.idrettsforbundet.no/globalassets/idrett/klubbguiden/klubben-som-arbeidsgiver---veiledning.pdf) fra NIF  
E-læring [Idretten som arbeidsgiver](https://ekurs.nif.no)  
Brosjyre fra Skatteetaten: [Arbeidstaker eller næringsdrivende](https://www.altinn.no/starte-og-drive/starte/for-oppstart/arbeidstaker-eller-naringsdrivende/)

## Sikkerhetsarbeid (HMS)

Klubben har ansvar for sikkerhet for medlemmer og andre som kommer i kontakt med klubben på arrangementer, på dugnader, under reiser og under opphold i klubbens lokaler og anlegg. Det bør beskrives rutiner for arrangementer, reiser, dugnader m.m. Det kan gjøres skriftlig i en internkontrollhåndbok eller på et elektronisk internkontrollsystem. Andre beskrivelser kan være kontrollrutine for anlegg og utstyr eller sikkerhetsprosedyre for trening.

Dersom klubben har ansatte, foreligger det et spesielt ansvar for arbeidsmiljøet i klubben. Arbeidet skal være systematisk og forebygge skader. Dette ansvaret er hjemlet i arbeidsmiljøloven og i «Forskrift om systematisk HMS-arbeid i virksomheter» («internkontrollforskriften»). Den daglige lederen har plikt til å gjennomgå nødvendig opplæring.

## Økonomi

Det er styret som har det overordnede økonomiske ansvaret for klubbens økonomi. Det innebærer at styret har ansvar for at

* klubbens midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte
* klubben har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
* klubben har en forsvarlig økonomistyring

Styret kan delegere oppgaver knyttet til den daglige oppfølgingen av økonomien til klubbens daglige leder. Den daglige lederen kan delegere arbeidsoppgaver knyttet til den løpende bilagsføringen og ajourhold av regnskapet til regnskapsføreren/kassereren.

Styrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi:

* Styret skal sikre at det er en forsvarlig ansvarsdeling knyttet til regnskap og økonomistyring. Det skal utarbeides en fullmakts matrise og en tydelig rolleavklaring.
* Styret skal utarbeide et realistisk budsjett.
* Styret skal sikre at regnskapet føres fortløpende.
* Styret skal sikre at klubben har en egen bankkonto.
* Styret skal påse at det kreves to signaturer i banken.
* Styret skal påse at klubben har tegnet underslagsforsikring.
* Styret skal påse at klubben har valgt revisor eller engasjert revisor og kontrollkomité.

Klubben bør utarbeide en egen økonomihåndbok og tilpasse den til lagets størrelse.

Les mer  
Informasjon og nyttige tips om [klubbøkonomi](https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbokonomi/)

## Forsikringer

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund frem til den datoen de fyller 13 år. Særforbund kan ha ulike ordninger for dem som er over 13 år. Klubben må undersøke hva som gjelder i de forbundene den er tilknyttet og beskrive hva som er forsikret gjennom medlemskontingenten.

Klubben må tegne en underslagsforsikring for de to personene som disponerer klubbens konto.

* Er det tegnet en klubbforsikring, eller har klubben forsikret andre eiendeler eller anlegg?
* Har klubben behov for andre forsikringer?
* Les mer / Informasjon om forsikringer: [Idrettsavtaler](https://www.idrettsforbundet.no/tema/idrettsavtaler/) (Gjensidiges lag- og klubbforsikring og Barneforsikring).   
  Prøv også «forsikringsrådgiveren»: <http://www.gjensidige.no/klubbforsikring>

## Anlegg og utstyr

Her bør klubben beskrive hvilke anlegg som benyttes, og definere hva klubben har ansvar for når det gjelder disse anleggene.

* Hvilke anlegg benytter klubben?
* Hvem har ansvar for hva når det gjelder anleggene som benyttes?
* Hvilket utstyr disponerer klubben?
* Har klubben noe utstyr som kan lånes?
* Hvordan er forholdet mellom privat utstyr og klubbens utstyr?

Dersom klubben eier anlegg selv:

* + Er det laget bruksregler eller sikkerhetsrutiner for anlegget?
  + Hvordan skjer service/vedlikehold og annen oppfølging?
  + Er det laget systemer for opplæring i bruk av anlegget?
  + Leies anlegget ut til andre?

**Personlig utstyr:**

Klubben kan liste opp hva som må betales av utøverne selv.

**Klubbens utstyr:**

Klubben kan liste opp hva som blir betalt av idrettslaget.

Les mer  
<Sett inn lenke til klubbens anlegg/treningsarenaer>

## Utmerkelser og æresbevisninger

Dersom klubben utnevner æresmedlemmer eller har andre utmerkelser som tildeles i klubben, bør det beskrives her.

## Retningslinjer i klubben

Det er vedtatt flere felles retningslinjer i idretten som gjelder for alle klubber. Ut fra disse felles retningslinjene kan klubben lage egne retningslinjer som utdyper hva klubben gjør for å ivareta de felles retningslinjene. I klubbhåndboka bør det gis en oversikt over de viktigste retningslinjene som klubben skal forholde seg til og følge.

På neste side er det tatt med en liste med eksempler på maler som kan benyttes i klubben, og eksempler på egne retningslinjer i klubber.

# Maler og eksempler

Følgende maler og eksempler finnes nederst på: <https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/>

Maler for klubb

*Innkalling til styremøte*

*Protokoll fra styremøte*

*Årshjul med faste oppgaver i klubben   
Kommunikasjonsstrategi for idrettslag*

*Økonomihåndbok*

*Sjekkliste årsmøter*

*Forslag til innkalling til årsmøte i idrettslag*

*Forslagskjema sak til årsmøtet  
Årsberetning til årsmøte*

*Protokoll fra årsmøte*

Eksempler på retningslinjer i klubb

*Retningslinjer foreldre/foresatte*

*Retningslinjer mobbing*

*Retningslinjer for reiseleder ved representasjon*

*Retningslinjer skikk og bruk e‑post*

*Retningslinjer trenere*

*Retningslinjer for utdanningsansvarlig*

*Retningslinjer utøvere*

*Retningslinjer valgkomité*

*Retningslinjer alkohol*