



Friidrottsklubb

Regeldokument

rev 2017-11-30

Grundregel

lanspråktagande av föreningens resurser för deltagande i tränings- och/eller tävlingsverksamhet, åtnjutande av ekonomiskt stöd/ersättning m.m. förutsätter att man, då IF Hagen Friidrottsklubb är en ideell förening:

- Ställer upp och hjälper till i föreningens arbete
- Ställer upp som funktionär vid arrangemang
- Ställer upp i av föreningen prioriterade tävlingar (t ex DM-tävlingar)
- Deltar i föreningens gemensamma träningar
- Tävlrar för föreningen hela det aktuella tävlingsåret
- Använder föreningens tävlingsdräkt
- Vid prisutdelning använder föreningens representationsoverall

De som inte ställer upp på ovanstående kan bli helt eller delvis av med stöd för tränings- och tävlingsverksamhet.

Deltagande i tränings- och/eller tävlingsverksamhet

Alla som deltar i tränings- och/eller tävlingsverksamhet betalar träningsavgift, avgiften fastställs årsvis av styrelsen. Deltagande i alla former av tävling skall ske efter bedömning av ansvarig tränare. Detta gäller speciellt deltagande i mästerskapstävling.

Medlem som endast erlägger medlemsavgift har rätt att representera föreningen vid tävling, då utgår ingen ersättning för startavgift eller resor.

Tränare/Träning

Föreningen organiserar träningen i träningsgrupper med ansvariga tränare som rapporterar till styrelsen. Detta för att styrelsen skall kunna bevilja medel till verksamheten avseende träningslokaler, utrustning och bidrag till läger.

Tävlingsanmälan

Alla anmälningar till arenatävlingar ska göras samlat genom föreningens försorg.

Anmälan ska vara föreningens anmälningsansvarige tillhanda senast 3 dagar innan arrangörens anmälningsstid går ut. Efteranmälan tävlingsdagen får endast göras av föreningsledare.

För långlopp anmäler den aktive sig själv och ersättning för startavgift betalas ut i efterhand enligt nedan.

Anmälningsavgift

Föreningen betalar startavgift för deltagande i tävlingsklass enligt nedan.

Arena:

Föreningen betalar startavgiften för högst fyra grenar per tävlingsdag för idrottare till och med F/P 11. För äldre idrottare högst tre grenar per dag.

Långlopp:

Föreningen betalar startavgiften i lopp sanktionerade av Svenska Friidrottsförbundet för löpare som deltar i tävlingsklass upp till 250:-, för lopp med högre startavgift betalar den aktive själv den överskjutande delen. Startavgiften för långlopp betalas ut i efterhand mot uppvisande av kvitto. Löpare som normalt springer i tävlingsklass kan efter godkännande av föreningens tävlingsansvarige få startavgiften betald i motionsklass för lopp där tävlingsklasserna är på en längre distans.

Efteranmälningsavgift betalas av den tävlande själv. Startar den aktive inte i anmäld gren utan giltigt

skäl (sjukdom, skada, krockande tidsprogram, oförutsedd familjeangelägenhet etc.) kommer anmälningssavgiften att krävas tillbaka.

Se även Deltagande i tävlingsverksamhet ovan.

SM-tävlingar

För att bli aktuell för deltagande i SM-tävling gäller följande:

Den aktive ska ha en sådan satsning på och inställning till sitt idrottande att det syftar till att han/hon ska nå sin fulla potential.

Den aktive ska ha tävlat flitigt i den aktuella grenen under säsongen och gjort resultat som kan göra det möjligt att avancera från försökstävlingarna.

För grenar med få tävlingstillfällen (t ex mångkamp, 10 000m) kan resultat från andra jämförbara grenar kvalificera till SM deltagande.

För grenar med av SFIF uppsatta kvalgränser (t ex marathon) gäller att aktiv som klart dessa gränser får delta i SM.

Föreningen har rätt att sätta upp egna kvalgränser för deltagande i SM.

Aktiv som anmäls till SM ska vara skadefri och i full träning när anmälan görs, undantag kan göras om skadan är av sådan art att det inte bedöms minska den aktives möjlighet att prestera på topp i SM.

Ersättningar och träningsbidrag

Reseersättning

Reseersättning för deltagande i tävling betalas endast för resor utom en 5-milsradie från Skövde. För resor längre än 20 mil från Skövde krävs ett godkännande av styrelsen i förväg för att reseersättning ska betalas ut. Resor till dessa tävlingar ska vara viktiga för den aktives utveckling. Reseersättning i övrigt (t.ex. för samordnade träningar på annan ort) bedöms från fall till fall. Är det möjligt att samåka till tävlingen är detta en förutsättning för att reseersättning ska betalas ut.

Ersättningsnivån för bil är 13 kr/mil + 0,50 kr per passagerare, dock högst 15 kr/mil.

För resor vid ledaruppdrag inom föreningen (som inte gäller eget eller eget barns idrottande) betalas en ersättning med 18 kr/mil.

Riktlinjer för logi i samband med tävlingar, läger och utbildningar.

Ersättning för kost och logi från föreningen betalas ut i samband med mästerskapstävlingar och större internationella tävlingar samt tränar och ledarutbildningar.

För logi där föreningen står för kostnaderna gäller principen, godtagbar standard till lägsta möjliga pris.

Träningsläger

Bidrag till träningsläger betalas efter bedömning av ansvarig tränare och styrelsen.

Styrelsen tar det slutgiltiga beslutet om bidragets storlek utifrån rådande förutsättningar avseende lägret och situationen i övrigt.

Avtal elitaktiv

Föreningen har rätt att sluta personligt avtal för träningsbidrag med elitaktiv med hög utvecklingspotential eller som presterar resultat på hög nivå.

Bonus SM-tävlingar och landslagsuppdrag:

Aktiva som placerar sig bland de 8 bästa på SM-tävlingar och blir uttagna till landslaget har rätt till träningsbidrag enligt bilaga.

Alla ersättningar utbetalas först efter redovisning och inlämnande av korrekt ifylld blankett med bilagda kvitton. Träningsbidrag betalas ut för omkostnader som rör den aktivas idrottande.

Tränarutbildning

Föreningen har som målsättning att kontinuerligt utbilda tränare, funktionärer etc. och står då för utbildningskostnaderna. Följande gäller för de som ska gå utbildningar där föreningen står för kostnaderna för kursavgift, resa och logi.

7 – 10års utbildningen:

De som är villiga att vara med som tränare i någon grupp får gå utbildningen.

10 – 12års utbildningen:

De som gått 7 – 10 och fortsatt som tränare får gå utbildningen. Även de som börjat senare som tränare och tränar den aktuella åldersgruppen får gå utbildningen.

12 – 14års utbildningen:

De som gått 10 – 12 och fortsatt som tränare får gå utbildningen. Även de som börjat senare som tränare och tränar den aktuella åldersgruppen får gå utbildningen.

14 – 17års utbildningen och Certifierad Coach:

Ska ha gått de tidigare utbildningarna. Ska träna aktiva som tävlar regelbundet. Vidare krävs det att dessa tränare finns på träningarna även när egna barn inte är närvarande. Dessa tränare har också ett krav på sig att försöka hålla i gång sin grupps verksamhet under så stor del av året som möjligt.

Fortbildningskurser i UC-västs regi:

Här tas hänsyn till om den aktuella fortbildningen är relevant för de aktiva tränaren har ansvar för. Det ska även beaktas hur aktiv tränaren är och hur många träningar i veckan han/hon deltar i.

Övriga utbildningar utanför förbundets regi:

Här tas hänsyn till om den aktuella utbildningen är relevant för de aktiva tränaren har ansvar för. Det ska även beaktas hur aktiv tränaren är och hur många träningar i veckan han/hon deltar i. Det ska också tas hänsyn till om föreningen är i behov av den kompetens utbildningen ger och om den kompetensen redan finns i föreningen. Den som går dessa utbildningar ska även vara villig att delta i träningar utanför den egna träningsgruppen om andra söker den kompetens utbildningen ger.

Profilkädder - Alla ledare som representerar föreningen ska framträda i föreningens profilkädder. Föreningen bekostar en jacka eller overall och en t-tröja till ledare.

Friidrottshallen

Alla som tränar i Friidrottshallen ska ha betalt träningsavgift. Aktiva över 18år har rätt att själv träna i Friidrottshallen. Ungdomar under 18 år måste ha tränare eller annan vuxen med sig vid enskild träning. Tränare och styrelsemedlemmar får träna i hallen när den ej är bokad enligt policy, se separat bilaga.

För att få disponera tagg för passage in i Friidrottshallen krävs 200 kr i depositionsavgift. Varje träningsgrupp erhåller utan depositionsavgift det antal taggar som krävs för att verksamheten i

gruppen ska fungera.

Föräldrar

All vår verksamhet bygger på att föräldrar till barnen i våra friidrottsgrupper hjälper till. Det är en förutsättning för att vi ska kunna ha friidrottsgrupper att föräldrar hjälper till som tränare. Vi behöver också föräldrar som tar ansvar för styrelsearbete och arrangemang.

Alla föräldrar som har barn i friidrottsgrupper är skyldiga att ställa upp på olika sätt i föreningsarbetet. Föräldrar skall delta vid minst två arrangemang/år. Gäller även ledare. För familj med ett aktivt barn minst två pass, två barn minst tre pass och tre barn minst fyra pass. Utöver arrangemang tillkommer städning av hallen och gemensamma utrymmen i LSC, vilket regelbundet aktiva ledare är befriade ifrån. Ledare som har barn i annan grupp där de inte är ledare städar för den gruppens räkning.

Idrottsrabatten. Varje aktiv ska sälja minst två häften på höst- respektive vårsäsong, dvs 4 häften/år.

Nycklar

Utkvitterade nycklar och tagar skall hanteras som en värdehandling. Man skall vara medveten om allvaret i den kvittens man skriver på.

Träningsläger och tävlingsresor

För de som representerar IF Hagen FIK på resor/läger och föreningen har ett krav på att de uppför sig på ett sätt som inte innebär att föreningens rykte påverkas negativt. De aktiva ska vara inne på sina rum kl 22:00 om inte annan överenskommelse gjorts med ansvarig ledare, det ska vara tyst och släckt på rummen senast kl 23:00. Barn ska bo med barn eller ledare av samma kön ev förutom då det är förläggning i storsalar t ex gymnastiksal.

De aktiva ska äta och dricka på ett sådant sätt att de kan prestera optimalt på tävlingar och träningar. All förtäring av alkoholhaltiga drycker är förbjuden, detta gäller samtliga som är med på resan/lägret även ledare.