

KLUBBHÅNDBOK
2025
FREI FOTBALLKLUBB



Klubbhåndbok for Frei Fotballklubb

1.0	Klubbinformasjon	1	11.4	Facebook	20
1.1	Klubbhåndboka	1	11.5	Instagram	20
2.0	Visjoner, mål og verdier	2	11.6	Foreldremøter	20
2.1	Visjoner	2	11.7	Spillermøter	21
2.2	Mål	2	11.8	Trygge rammer	21
2.3	Verdier	2	11.9	Seksuelle overgrep og trakassering	21
3.0	Klubbens vedtekter	4	12.0	Klubbdrift	22
4.0	Klubbens organisering	5	12.1	Politiattest	22
4.1	Fotballstyret	6	12.2	Kontingent	22
4.2	Sportslig utvalg	7	12.3	Trenerkontrakter og godtgjørelse	22
5.0	Lagets organisering	8	12.4	Skader	23
5.1	Trenerteam	8	12.5	Forsikring	23
5.2	Lagleder	8	12.6	Dugnader	24
5.3	Trener	8	12.7	Loddsalg	24
5.4	Laget	9	13.0	Arrangement	25
6.0	Kampavvikling	10	13.1	Freihallen cup	25
6.1	Hjemmekamper	10	13.2	Interncupen	25
6.2	Bortekamper	10	13.3	Åpen dag	25
6.3	Kiosksalg	10	14.0	Dommere	26
7.0	Kjennetegn på Frei FK-familien	11	14.1	Barnefotball	26
7.1	Klubb/ledere skal	11	14.2	Ungdomsfotball	26
7.2	Lagleder/trener skal	11	14.3	Dommerhåndbok	26
7.3	Lagkaptein skal	11	15.0	Fair play	27
7.4	Spillere skal	11	16.0	Rekrutteringsplan	28
7.5	Foresatte skal	11	17.0	Utdanning og kompetanse	29
7.6	Hvordan skape et godt miljø	12	17.1	Trenere	29
8.0	Utstyr og materiale	14	17.2	Dommere	29
9.0	Anlegg	15	17.3	Ledere	30
9.1	Klubbhus	15	18.0	Praktiske opplysninger	31
9.2	Omsundet Kunstgressbane	15	18.1	Leie av klubbhus/Omsundet Stadion	31
9.3	Rensvik Kunstgressbane	16	18.2	Nøkler til anlegg	31
10.0	Økonomi	17	18.3	Treningstider	31
10.1	Klubb	17	18.4	Klubbens logo	31
10.2	Lagene	17	18.5	Spillertrøyer	31
10.3	Sponsorer	17	18.6	Inn- og utmelding i klubben	31
10.4	Cupavgift for spillere	18	18.7	Min Idrett	32
10.5	Tilskudd cuper	18	19.0	Årshjul	33
11.0	Informasjon og kommunikasjon	19	20.0	Vedlegg 1 – Klubbens vedtekter	35
11.1	Årlige møter	19	21.0	Vedlegg 2 – Rollebeskrivelser for styret	49
11.2	Hjemmeside	19	22.0	Vedlegg 3 – Rollebeskrivelser sportslig utvalg ..	51
11.3	Lagledergruppe	20	23.0	Vedlegg 4 – Kampvert	53

Klubbhåndbok for Frei Fotballklubb

1.0 Klubbinformasjon

Frei Fotballklubb er et resultat av at Rensvik Fotballklubb og Fotballgruppa i Frei IL fusjonerte og gikk sammen til en klubb fra 1.januar 1997. Frei IL ble stiftet i 1918 og Rensvik Fotballklubb i 1931, begge med sterke tradisjoner.

Klubbnavn: Frei Fotballklubb

Stiftet: 1.januar 1997

Postadresse: Frei Fotballklubb, Postboks 87, 6529 Frei, Norge

E-postadresse: styret@freifotball.no

Internettadresse: www.freifotball.no

Klubben er medlem av NFF Nordmøre og Romsdal Fotballkrets, samt NIF gjennom Møre og Romsdal idrettskrets og Kristiansund idrettsråd.

Omsundet kunstgressbane er klubbens hovedarena og ble offisielt åpnet 1.oktober 2005. Der finnes også klubbhus med garderobeanlegg (ferdigstilt i 2010), tribuneanlegg med kiosk og toalettfasiliteter. Omsundet Stadion fremstår i dag som et moderne fotballanlegg med nytt kunstgressdekke fra 2022.

I tillegg fikk klubben en splitter ny kunstgressbane i 2017, da Rensvikbanen ble opprustet og ferdigstilt. Her skal det med tiden bygges et garderobe- og kioskanlegg.

Frei Fotballklubb spiller i sorte spillertrøyer med tilhørende sort shorts og strømper. Hvite spillertrøyer er klubbens bortedrakter. Klubben har for tiden lag i de aller fleste aldersgrupper, med en stigende vekst på jentesiden de siste årene.

1.1 Klubbhåndboka

Klubbhåndboka til Frei Fotballklubb skal fungere som et oppslagsverk med svar på viktige spørsmål knyttet til klubbens drift og aktivitet. Den skal sikre kontinuitet i klubben og likhet mellom lagene.

Sportslig utvalg har utarbeidet klubbhåndboka, som er vedtatt og godkjent av klubbens styre. Klubbhåndboka er utarbeidet for spillere, trenere, ledere, dommere, foreldre og andre tillitspersoner i klubben. Den er spesielt godt egnet for nye medlemmer av klubben som tar på seg verv eller andre arbeidsoppgaver knyttet til lag eller klubben. Klubbhåndboka gir svar på hva som er viktig for oss, hvem vi er, og hvilke målgrupper vi er til for.

Klubbhåndboka skal være tilgjengelig på klubbens hjemmeside, samt på klubbens kontor i klubbhuset. I tillegg skal oppdatert versjon holdes av styreleder og sportslig leder i klubben til enhver tid. Sportslig utvalg er ansvarlig for jevnlig oppdateringer av håndboka. Rettelser gjennomgås og godkjennes av styret.

2.0 Visjoner, mål og verdier

For Frei Fotballklubb er det viktig å ha overordnede visjoner, mål og verdier som er med oss i fotballhverdagen, og som kan være en påminner for oss ved vanskelige avgjørelser. Disse skal gjelde for alle klubbens medlemmer, aktive som tillitsvalgte. Verdier danner et grunnlag for god oppførsel og gode holdninger og er på den måten med på å hjelpe klubben til et godt omdømme.

2.1 Visjoner

Frei Fotballklubbs visjon er å legge til rette for at så mange som mulig skal ha et fotballtilbud så lenge som mulig. Det skal skje ved at barn og ungdom får en fotballopplevelse preget av trygghet, mestring og trivsel både på trening og i kamp.

Trygghet: Er avgjørende for at vi skal trives. Barn i Frei FK skal føle seg trygge i møte med aktiviteten, sine lagkamerater og de voksne rundt lagene.

Mestring: Hver enkelt skal få utfordringer ut i fra modenhet, ferdigheter og interesse. Aktiviteten skal tilpasses individet slik at alle spillerne får følelsen av mestring.

Trivsel: Oppgaver skal gjennomføres, mål skal nås og ulike aspekter ved spillet skal beherskes. I sum vil dette være med på å skape trivsel i klubben.

Respekt: Vi i Frei FK skal vise respekt for hverandre. Det gjelder overfor medspillere, trenere/lagledere, dommere, motspillere og alle vi møter i forbindelse med aktiviteten. Vi skal også ha respekt for regler, retningslinjer, anlegg og utstyr.

2.2 Mål

Frei Fotballklubb har som mål å skape en sterk klubbidentitet for klubbens medlemmer. Gjennom å identifisere seg med klubben vil vi skape en klubbfølelse, som igjen gagnar frivilligheten og lojaliteten som befinner seg i Frei Fotballklubb. Dette forenkler klubbdriften og gir et godt omdømme, gjennom engasjement, eierforhold og et ønske om å bidra.

Klubben har som mål å være en viktig samfunnsaktør for barn og unge på Frei. Vi skal bidra til å gi spillerne en god oppvekst med fotballaktivitet i fokus. Slik kan vi også skape sunne verdier og gode holdninger, med utgangspunkt i Fair Play. Frei FK tar samfunnsansvar!

2.3 Verdier

Frei Fotballklubbs verdigrunnlag bygger på idrettens vedtatte grunnverdier: Glede – Fellesskap – Helse – Ærlighet.

Glede – Fotball skal være gøy. Vi skal ha det gøy på banen, og få positive opplevelser sammen i lagene. Dette vil være med på å skape motivasjon for den enkelte spiller.

Fellesskap – Gjennom fotballen er vi en del av en klubb og et lag. Vi skal sammen drive klubben, derfor vil vi at du skal bry deg og engasjere deg i klubbens arbeid.

Helse – Klubben vil gjennom sin aktivitet være med på etableringen av sunne verdier fra tidlig alder. Fysisk aktivitet er helsefremmende både psykisk, fysisk og sosialt. Fotballen gir muligheter for felles opplevelser og er en sosial møteplass i et trygt og positivt miljø.

Ærlighet – I Frei FK skal alle spillere, trenere og dommere rette seg etter Fair Play-reglementet. Vi opptrer med respekt og verdighet. Klubben tolerer ikke forsøk på juks som filming, tøying av regler/grenser og utnytting av små formelle feil.

Klubben skal drives etter idrettens organisasjonsverdier: Demokrati – Lojalitet – Likeverd – Frivillighet.

Demokrati: En styremåte som sikrer at alles stemme blir hørt og sørger for at alle får være en del av en avgjørelse. Dog er det viktig at en flertallsavgjørelse respekteres. Dette er grunnsteinen for et demokrati og en sunn måte å drive en klubb på.

Lojalitet: Sier noe om hvor du står i klubben/organisasjonen og at du og klubben skal jobbe mot samme mål.

Likeverd: Vis respekt for alle innenfor klubben. De skal behandles likt uavhengig av funksjonsnivå, kjønn, kultur, alder og sosial bakgrunn.

Frivillighet: Klubben er basert på en frivillighet der dugnad og frivillige oppgaver skal komme klubben til gode.



DANA CUP 2023: Frei FK J15 tok bronse i a-sluttspillet i den gjeve turneringen i Danmark.

3.0 Klubbens vedtekter

Frei Fotballklubb sine vedtekter finner du som vedlegg til slutt i dette dokumentet. I tillegg er de tilgjengelig på klubbens hjemmeside.



FREI FK G19: Juniorlaget poserer foran resultattavla etter en imponerende seier mot Molde FK.

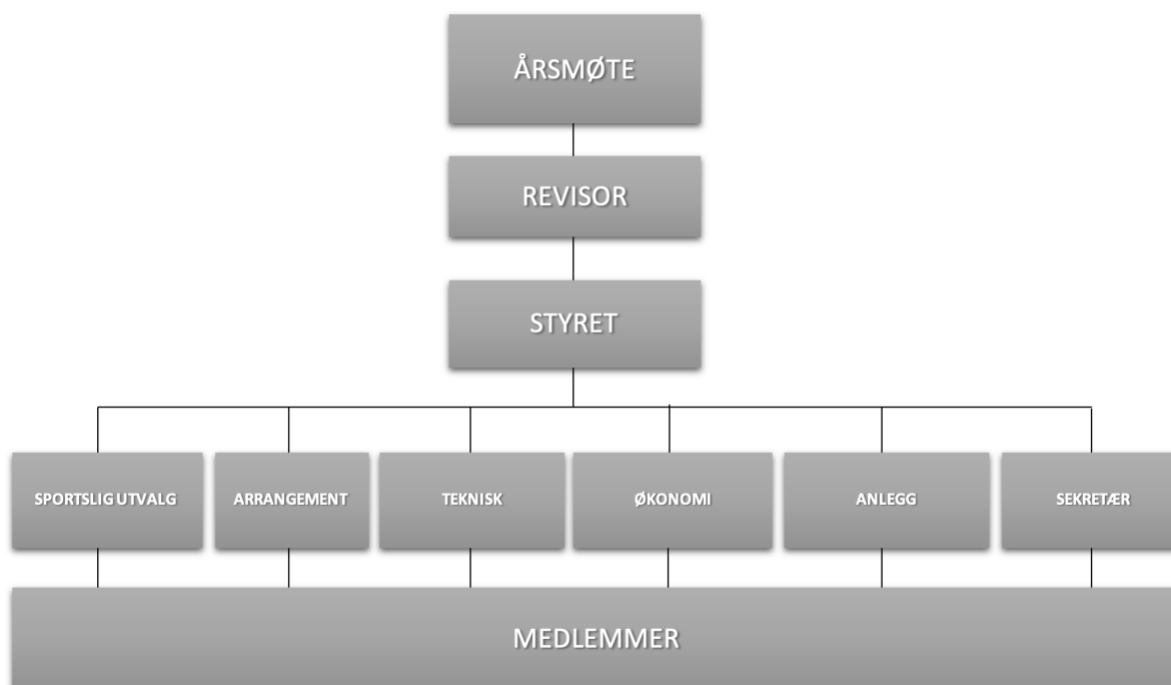
4.0 Klubbens organisering

Klubbens høyeste myndighet er årsmøtet. Årsmøtet avholdes som regel i begynnelsen av mars måned, og blir annonsert i god tid på klubbens hjemmeside og klubbens andre kommunikasjonsplattformer. Her legges grunnlaget for styrets arbeid for året som kommer. Alle som vil har møterett, men for å ha stemmerett må man være fylt 15 år og ha vært medlem i minimum en måned. Ingen kan gi stemme gjennom fullmakt. På årsmøtet blir klubbens leder og styremedlemmer valgt. Mellom årsmøtene er det klubbens styre som leder klubbens arbeid.

Det avholdes styremøter vanligvis en gang per måned. Her er faste saker blant annet økonomi og regnskap/budsjett. Styret setter rammer for hvordan fotballklubben skal drives. I tillegg skal styret kontinuerlig følge opp klubbens strategier og handlingsplaner og jobbe med disse. Alle i styret har sine ansvarsområder som de følger opp.

Styret har mandat til å opprette arbeidsgrupper som utfører sentrale oppgaver på vegne av styret i klubben. Medlemmene i disse undergruppene velges av styret, og er ikke på valg. Det er naturlig at styremedlemmer leder disse undergruppene, slik at styret holdes løpende orientert om arbeidet som pågår.

I Frei Fotballklubb har vi følgende organisasjonsstruktur:



4.1 Fotballstyret

Styret har selv mandat til å bestemme sammensetningen av roller, men styret i Frei Fotballklubb skal følge basislovnormen (jfr. NIFs lover, § 11) som krever følgende minimumsdekning:

- Leder
- Nestleder
- Minst ett styremedlem
- Minst ett varamedlem
- To revisorer
- Valgkomite med leder, to medlemmer og ett varamedlem

Blant styremedlemmene bør man ha en sekretær og en økonomiansvarlig.

Styresammensetning for Frei Fotballklubb 2023/24:

Navn	Rolle
Øystein Haugan	Leder
Fredrik Kleivli	Nestleder/Sportslig leder
Bjørn Inge Kvernstad	Styremedlem
Linn Mekvik	Styremedlem
Arve Sundli	Styremedlem
Roar Trøan	Styremedlem
Cecilie Kvisvik	Styremedlem
Evelyn Leikanger	Varamedlem
Tore Ludvigsen	Varamedlem

Mail: styret@freifotball.no

Se vedlagt rollekart for styret for arbeidsoppgaver knyttet til de ulike rollene.

Styrets viktigste oppgaver:

- Lede klubbens mål- og strategiarbeid og foreta en kontinuerlig strategisk oppfølging av rammene.
- Ha en økonomisk kontroll og lede driften.
- Sørge for riktig organisering og styresammensetning – og effektive underutvalg.
- Følge idrettens lover og representere klubben utad.
- Legge til rette for at man kan rekruttere flest mulig, beholde dem over tid, samt utvikle gode fotballspillere.

Enkelte av styremedlemmene leder ulike undergrupper av fotballstyret. Henviser for øvrig til vedlagt rollekart for ytterligere beskrivelser knyttet til de ulike rollene/ansvarsområdene i klubbens styre.

4.2 Sportslig utvalg

Klubben er også pliktig, som Kvalitetsklubb, å inneha andre sentrale roller i klubben. Disse rollene er representert i klubbens sportslige utvalg, som er en undergruppe til fotballstyret.

Noen oppgaver er det naturlig at styret og sportslig utvalg samarbeider om gjennom året.

Sammensetning for sportslig utvalg 2023:

Navn	Rolle
Fredrik Kleivli	Sportslig leder - FIKS- og overgangsansvarlig - Kvalitetsklubbansvarlig - Utdanningsansvarlig
(Ledig stilling)	Ansvarlig for banedisponering og leie av minibuss Påmelding cuper og seriespill
Aina Aarøe	Treneransvarlig Spillerutvikler Jentefotballansvarlig
Cecilie Kvisvik	Dommer- og Fair Play-ansvarlig

Mail: sportsliq@freifotball.no

Se vedlagt rollekart for sportslig utvalg for arbeidsoppgaver knyttet til de ulike rollene.

Sportslig utvalg har som overordnet mål å ivareta klubbens sportslige interesser fremstilt i sportsplan, og følge opp at lagenes aktivitetsnivå holder den kvaliteten som klubben ønsker. Sportslig utvalgs overordnede ansvarsoppgaver:

- Rådgivende organ for styret i sportslige spørsmål.
- Rådgivende organ for trenere/lagledere i sportslige spørsmål.
- Overvåke at sportslige vedtak/retningslinjer blir fulgt opp.

De skal også utarbeide klubbens sportsplan og følge opp lagenes trenere, gjennomføre lagledermøter/trenerforum, legge til rette for utdanning, rekruttere trenere og dommere, fordele treningstider, delta i arbeidet med kvalitetsklubb og sette i gang nye årganger, med mer.

5.0 Lagets organisering

Alle lag i Frei Fotballklubb skal ha en hovedtrener og en lagleder. I tillegg er det ønskelig med en assistenttrener som hjelper til på trening og kamp. En trener skal helst ikke stå alene på feltet med en hel treningsgruppe. Det er mange administrative oppgaver rundt et lag og her kan foreldre bidra. Det blir opp til hvert enkelt lag hvordan de velger å fordele oppgavene seg imellom. Her følger en instruks:

5.1 Trenersteam

- Skal sørge for at laget ivaretar Frei Fotballklubbs gode navn og rykte gjennom god oppførsel og normal folkeskikk. Trenersteamet er ansvarlig for spillernes oppførsel på trening/kamper og cuper/reiser.
- Skal oppmuntre spillerne til egentrening.
- Lage en årsplan for laget hvor antall treninger, treningskamper, antall lag i seriespill, aktuelle cuper, og lignende kommer fram.
- Arbeide for gode hospiteringsordninger i klubben.
- Rette seg etter dommerens anvisninger. Lede laget på en behersket og rolig måte.
- Se til at banen og garderoben forlates ryddig etter kamp og trening.
- Minimum en fra trenersteamet skal møte på lagledermøter i regi av klubben.
- Skal følge klubbens retningslinjer og planer.
- Ha kjennskap til klubbhåndbok og sportsplan i klubben.

5.2 Lagleder

- Tar seg av de administrative oppgavene rundt laget. Har ansvaret for organiseringen av lagets aktiviteter.
- Oppdaterer lagets spillelister (navn, fødselsdato, etc., og kontakter styret fortløpende ved endringer i spillerstall.
- Melde fra om spilleroverganger til/fra klubben.
- Har ansvaret for lagets økonomi (lagkasse). Betaler lagets utgifter som cuper, sosiale arrangement, osv.
- Sørge for at laget har alt av nødvendig utstyr før sesongstart. Melde inn mangler ved sesongslutt.
- Skal kontakte dommer og motstanderlag før hjemmekamper i regi av Frei FK og ønske velkommen og gi kort praktisk informasjon.
- Registrerer lag i FIKS senest en time før kampstart (ungdomsfotball) og skriver under sammen med dommer etter kampslutt.
- Ansvarlig for å melde på lag til cuper (lokale cuper skal gå gjennom klubb).
- Gjennomfører foreldremøter i samarbeid med trener.

5.3 Trener

- Bidra til målbevisste, spennende og varierte treninger. Være forberedt.
- Har hovedansvaret for treningsopplegget for laget.
- Ansvarlig for uttak av spillere til lagets kamper. Dette basert på NFFs reglement og klubbens føringer på de ulike alderstrinn (antall spillere pr kamp).
- Er kampleder under kamper.
- Møteplikt på lagledermøter.
- Ha en positiv innstilling til samarbeid med andre trenere. Spillerne er viktigere enn trenerne.
- Være et forbilde for spillerne sine gjennom god oppførsel og Fair Play.

- Gjennomfører spillersamtaler og spillermøter gjennom sesongen.
- Følger opp hver enkelt spiller best mulig – se alle.
- Positiv til å ta trenerkurs.
- Samarbeider godt med klubbens styre og sportslige utvalg.

Noen lag ønsker å fordele oppgavene mellom flere roller. Det kan være hensiktsmessig å ha noen foreldrekontakter i lagene (spesielt i barnefotballen). De kan jobbe for et godt samhold i foreldregruppa og bistå trenere/lagledere med praktisk hjelp. I tillegg:

- Være et bindeledd mellom trenere/lagledere og foreldregruppa.
- Jobbe for et godt miljø blant foreldre og sørge for at uenigheter tas opp.
- Arrangere sosiale møteplasser for å fremme et godt miljø blant spillere og eventuelt også foreldre på laget.

5.4 Laget

Her følger noen praktiske opplysninger rundt driften av laget:

- Påmelding til seriespill gjøres etter initiativ fra Sportslig utvalg, i samråd med lagledelsen på de respektive lagene.
- Sportslig utvalg, ved ansvarlig, tar initiativ til påmelding til lokale cuper. Her skal det innbetales cupavgift fra spillerne.
- Regionale og nasjonale cuper styres av lagene selv. Både påmelding og økonomisk.
- Treningstider blir tildelt lagene for en kortere periode om gangen. Kamper har førsteprioritet og blir satt opp i treningsoversikten som ligger tilgjengelig på www.freifotball.no.



SOMMERTRENINGER: Fellestreninger for ungdomsfotballen har vært en ubetinget suksess. Øktene ledes av Fredrik Kleivli og Håvard Haugen.

6.0 Kampavvikling

6.1 Hjemmekamper

Frei Fotballklubb ønsker å skape en god ramme rundt alle hjemmekamper i klubbens regi. Det gjør vi ved å følge NFFs retningslinjer og Fair Play-kriterier. Å spille kamp er ukas høydepunkt for både små og store. Vi ønsker derfor at alle kamper foregår innenfor rammer som gir gode opplevelser for alle, både spillere, trenere, dommere og tilskuere. Frei Fotballklubb ønsker at bortelagene føler seg velkommen og har en fin opplevelse hos oss.

Kampverten spiller en sentral rolle rundt hjemmekampene. Alle lagledere/trenere skal være kjent med hva denne rollen innebærer (se vedlegg). Denne oppgaven kan rulleres på blant foreldre/foresatte. I hjemmegarderoben på Omsundet og i ballboden på Rensvik finnes gule vester for kampverten og foreldrevettkort. Kampverten skal i all hovedsak sørge for at alle er godt ivaretatt under kampene.

Fair Play-møtet i forkant av kampen er et viktig element som gjør at trenere og dommere blir kjent, blir enige om fortolkninger av regler og rammer for kampen. Dette skal forhåpentligvis forhindre uheldige episoder under kampens gang. Hjemmelagets trener/lagleder tar initiativ til en slik Fair Play-prat før kampstart med dommer og begge lags trenere.

Spilleregler for både barne- og ungdomsfotball er tilgjengelig i dommergarderoben og ved utgangsdøra til hjemmegarderoben. Dette i form av et regelhefte. Disse finner man også på fotballkretsens hjemmesider: www.fotball.no.

Lag som benytter seg av klubbens garderobeanlegg er ansvarlig for å rydde garderobene etter bruk. Dette gjelder både for hjemme- og bortegarderoben.

6.2 Bortekamper

Det er mulighet for å benytte minibuss for de lagene som ønsker det til bortekamper. Laget må stille med egen sjåfør. Det er påbudt med bruk av sikkerhetsbelte under all transport i regi av Frei Fotballklubb. Klubben dekker sjåførkort (må ikke forveksles med førerkort) for de som mangler dette. Ved privatskyss dekker klubben kr. 1,- pr km i drivstoff for totalt 3 biler for 7'er-kamper (12 spillere) og 4 biler for 11'er-kamper (16 spillere). Kjøring innenfor kommunen dekkes ikke.

Betalingskort for Fjord 1-ferger ligger på Shell-stasjonen på Rensvik. Disse må kvitteres ut. Kortet kan benyttes både ved buss- og privatskyss. Siste kvittering skal legges ved kortet etter bruk.

Husk at laget representerer Frei Fotballklubb når dere er ute på tur. Det er ønskelig at spillerne (og trenere) reiser i klubbens farger og logo. Vi oppfører oss pent når vi besøker andres anlegg. Vi rydder garderoben etter oss før vi drar og takker for oss – uavhengig av resultat i kampen.

6.3 Kiosksalg

Alle lag har mulighet til å stille med egen kiosk til sine hjemmekamper. Dette administreres av lagene selv. Det er naturlig å involvere foreldregruppa som bidragsyttere her. Laget må selv ordne med alt av nødvendig utstyr, som salgsvarer, veksler og kopper/servietter. All inntekt fra slikt salg går til laget selv. Husk å spandere kaffe/kake på dommer og motstanders lagledelse.

Det er mulig å opprette en egen VIPS-konto til laget til bruk under kiosksalg. Ta kontakt med styret for å få hjelp til dette.

7.0 Kjennetegn på Frei FK-familien

I Frei Fotballklubb skal alle klubbens medlemmer kjennetegnes ved at de er imøtekomende, har respekt for andre og har fokus på Fair Play. I tillegg følger det med enkelte ansvarsområder i form av hvilken rolle du har:

7.1 Klubb/ledere skal

- Legge til rette for utdanning av spillere/trenere/dommere/ledere.
- Være støttende og lojal mot trenere/lagledere i arbeidet som gjøres.
- Legge til rette for samarbeid på flere nivå i klubben.
- Arrangere minst to lagledermøter i året.
- Sørge for at klubbhus, garderober og treningsanlegg er tilgjengelig for sosiale og sportslige aktiviteter for lagene.
- Sørge for at lagene har nødvendig utstyr.

7.2 Lagleder/trener skal

- Ikke sette egne mål foran spillernes.
- Være et forbilde gjennom å være tydelig og rettferdig.
- Vise respekt for dommere.
- Være lojale mot klubbens retningslinjer og arbeid.
- Kjenne til NFFs regler og retningslinjer.
- Ha god dialog med foreldregruppa.

7.3 Lagkaptein skal

- Velges av lagleder/trener (fra smågutte/småjente, 13 år).
- Være en frontfigur i gruppa hva gjelder gode holdninger, innsats og Fair Play.
- Være bindeleddet mellom sine spillere og dommer under kamp.
- Gå foran som et godt eksempel i spillergruppa.

7.4 Spillere skal

- Ta vare på eget og klubbens utstyr, samt øvrig eiendom.
- Vise respekt ovenfor ledere/trenere, dommere og med- og motspillere.
- Ha god disiplin og oppførsel.
- Være positiv og vise god folkeskikk.

7.5 Foresatte skal

- Støtte hele laget, ikke bare eget barn.
- Vise respekt for trenere og laglederens avgjørelser.
Forholde seg til [NFFs foreldrevettregler](#).

7.6 Hvordan skape et godt miljø

Det er ikke til å komme utenom at det av og til dukker opp uheldige situasjoner på trening eller i kamp. Når de voksne kommuniserer og veileder spillere i trening og kamp er det naturlig å behandle alle ulikt. Spillerne har ulik vilje og evne til å lære, og de har ulik toleranse for tilbakemeldinger fra voksne. Av og til har noen en dårlig dag, sovet eller spist lite, eller egentlig ikke hadde lyst til å dra på trening. Et godt utgangspunkt for å lykkes er å lete etter det spilleren får til, og søke mestringsopplevelser.

Det er de voksne som har ansvar for at spillerne skal føle trygghet og mestring på trening og kamp. De voksne skal være gode forbilder og rollemodeller for spillerne, med et positivt språkbruk, engasjement og humør. De voksne skal lytte, vise omsorg og forståelse når ting er vanskelig, men også sette tydelige regler og forventninger til hvordan man oppfører seg eller snakker på til og om andre.

Håndtering av uønsket atferd

Uønskede hendelser kan være vold, trusler, hets, diskriminering, språkbruk eller annen uønsket atferd.

På trening:

På trening er det ofte mange spillere, og det er derfor viktig å ha klare føringer på hva som forventes av spillerne. Det oppfordres derfor til at trenere/lagleder tar spillerne med på råd, slik at forventningene er klargjort på forhånd.

Barn og ungdommer har ulike forutsetninger, og dagsform og humør kan også spille inn på hvordan en treningsøkt kommer til å bli. Det er derfor viktig at trenerteamet har klare føringer på hvordan man håndterer uønskede situasjoner. Hvis en spiller ikke er i stand til å følge trenerteamets forventninger, så skal spilleren få to muligheter til å skjerpe seg.

1. Ved første gangs hendelse: Ta spilleren til side og hør hva som har skjedd. Kanskje har det vært noe i forkant som trener ikke fikk med seg? Gi beskjed om at slik oppførsel ikke er akseptabelt.
2. Ved andre gangs hendelse: Gi en tydelig advarsel om at dette er siste sjanse. Forklar hvorfor du mener at spilleren ikke følger lagetets forventninger.
3. Ved tredje gangs hendelse: Ta spilleren ut av aktiviteten og bort fra situasjonen. La spilleren «puste ut» for seg selv et par minutter før en voksen går bort for å prate med spilleren. Forklar hvorfor spilleren ble tatt ut av aktiviteten og fortell hva som forventes når spilleren

kommer inn igjen. Når spilleren har roet seg ned og viser at han/hun er klar til å delta igjen, sendes spilleren utpå.

4. Om det skjer en ny hendelse etter dette avsluttes økta for denne gang for spilleren. Foresatte må få beskjed om hva som har skjedd og hvordan situasjonen ble håndtert.
 - OBS: Ved alvorlige hendelser som for eksempel vold, kan man gå rett til punkt 3.
 - Det er de voksnes ansvar å hjelpe spillerne å løse opp i konflikter om det skulle være nødvendig.

Skulle dette gjenta seg regelmessig, gir trenerteam beskjed til klubbens styre.

I kamp:

I kamp er det viktig å være i forkant og bytte ut spillere som sliter med å følge spillets regler. Spillere som ikke klarer å følge spillets regler skal ta en pause på sidelinjen og få en prat med trener/lagleder. Om spilleren gir uttrykk for å være klar til å prøve igjen, slippes spilleren innpå. Hvis spilleren fortsetter å ødelegge for med- og motspillere, avslutter spilleren kampen for i dag. Skulle dette skje må trener/lagleder informere spillerens foresatte om dette. Hvis det er behov for støtte kontakter trener/lagleder også klubbens styre.

8.0 Utstyr og materiale

Frei Fotballklubb har en egen materialforvalter som ivaretar klubbens utstyr. Vedkommende skal følge opp og systematisere både klubbens og lagenes utstyr og ivareta deres behov gjennom sesongen. Materialforvalter i Frei Fotballklubb skal:

- Før sesongstart ta opp bestilling av nødvendig utstyr og drakter fra alle lag. Dette gjøres innen utgangen av mars måned.
- Ta imot bestilling av felles utstyr for klubben (settes opp av sportslig utvalg ved behov).
- Sørge for at alle lag leverer draktliste og oppdaterer denne kontinuerlig. Vedkommende er også ansvarlig for innlevering av drakter når dette er aktuelt.
- Holde orden og oversikt over utstyr som tilhører klubben. Personen skal også skaffe oversikt over utstyr som hvert enkelt lag har.
- Motta og følge opp forespørslers fra lagene om utstyr.
- Sørge for at hvert enkelt lag har førstehjelpsskrin/mappe. Disse kan etterfylles gjennom sesongen ved å kontakte materialforvalter.

Frei Fotballklubb har utstyrsavtale med Macron. Medlemmer får 30 % rabatt ved å bestille klær gjennom <https://www.macronstore.no/>. Husk å registrere deg som kjøper og medlem av Frei FK før du betaler.

Spillere i Frei Fotballklubb vil det året de fyller 13 år ha anledning til å kjøpe utstyrs pakke til en verdi av kr. 1100,- Dette mot at de betaler en egenandel på kr. 300,-. Klubben dekker trykk av klubbens logo på utstyret. Utstyrs pakken skal brukes til å representere klubben og laget ved kamper og cuper.

Bekledning av trenere/lagledere vil bekostes av klubben. Når og hvor mye bestemmes av styret. For øvrig skal alle store innkjøp tas opp og godkjennes med styret før bestilling.



FREI FK: En synlig klubb med hjerte!

9.0 Anlegg

9.1 Klubbhus

Frei Fotballklubb har et eget klubbhus som ligger i Omsundet, like ved kunstgressbanen. Klubbhuset ble offisielt åpnet 8.mai 2010 med storslått feiring. Det ble lagt ned en imponerende dugnadsinnsats i byggeprosessen. I overetasjen finnes oppholdsrom, veranda, kontor og toaletter. Nede er det hjemme- og bortegarderober, to dommergarderober, lager, badstue og garasje.

Frei Fotballklubb oppfordrer alle lag til å benytte seg av huset til arrangementer og sosiale sammenkomster, og håper at dette vil bli en viktig miljøfaktor og samlingsplass for klubbens mange medlemmer.

9.2 Omsundet Kunstgressbane

Klubbens hovedbane ligger i Omsundet like ved Frei Ungdomsskole (tidligere grusbane). Den ble offisielt åpnet 1.oktober 2005. Banen er klubbens hovedarena og benyttes til fotballaktivitet stort sett på alle hverdager fra 17.00-22.00. Banen har overbygde tribuner, kiosk- og toalettfasiliteter. I 2022 ble det lagt nytt kunstgress av høyeste kvalitet samt installert ny LED-belysning.

Kristiansund Ballklubb spilte tidligere hjemmekampene sine her, og satte tilskuerrekord med 3000 tilskuere i hjemmeseieren over Rosenborg i cupens 2. runde i 2008.



OMSUNDET KUNSTGRESSBANE: Nytt kunstgressdekke sommeren 2022

9.3 Rensvik Kunstgressbane

Rensvik Kunstgressbane ble etablert og stod ferdig i mai 2017 som en fullverdig 9'er kunstgressbane etter en fenomenal dugnadsinnsats. Dette var helt nødvendig, da banekapasiteten i klubben de siste årene ikke har vært god nok. Rensvik Kunstgressbane er i dag i full bruk og benyttes både til trening og kamp for lagene i Frei FK.



RENSVIK KUNSTGRESSBANE: Gode gamle Rensvikbanen ble opprustet med kunstgress i 2017.

10.0 Økonomi

10.1 Klubb

Frei Fotballklubb skal arbeide for å ha en sunn og solid økonomi som gjør at klubben når de målene den har satt for sin virksomhet. Hovedinntektskilder er medlemskontingent, treningsavgift og inntekter fra sponsorat, lotteri, salg, arrangement og dugnad. Frei FK har over mange år hatt en meget sunn økonomi. Med gjennomgang av regnskap på hvert styremøte (månedlig), gir dette en trygghet for klubben. I styret har styreleder og kasserer spesielle roller knyttet til økonomi.

Alle lag tilknyttet Frei FK må innhente godkjenning fra styret før oppstart av innteksbringende arbeid i regi av klubben. Dette gjelder inntekter fra dugnader, sponsorat eller salg av varer i forbindelse med deltakelse i cuper eller andre sportslige aktiviteter. Styret oppfordrer alle som har forslag til innteksbringende tiltak om å drøfte dette med styret.

10.2 Lagene

Kontoer med tilhørende vipps er opprettet for hver årsklasse, og skal bokføres i klubbens regnskap. Økonomiansvarlig for årsklassen skal hvert år sette opp et enkelt regnskap som viser inntekter og utgifter ihht. kontobevegelsene. Utgiftbilag skal leveres til kasserer senest fem virkedager etter månedsskifte. Det er ikke lov med private bankkonti til lagskasse i idrettslag. Dette er pålagt av NFF, og vil gi klubben en god oversikt over lagenes aktivitet.

Lagene er selv ansvarlig for hvordan de ønsker å disponere sin konto. I enkelte tilfeller kan klubben bistå enkeltmedlemmer med søknad om økonomisk bistand i forbindelse med cuper og arrangementer som laget skal delta på.

Dersom enkelte medlemmer melder seg ut av klubben vil medlemmets økonomiske midler på konto gå til lagets felleskasse. Pengene kan ikke føres over til andre spillere, og heller ikke tilbake til spilleren som meldte seg ut, hvis vedkommende melder seg inn igjen senere.

Klubben skal ha tilgjengelig innsikt i alle lagenes kontoer. Ingen lag kan ha egne private sponsorer, så fremt dette ikke er avklart med styret.

10.3 Sponsorer

Klubben har mange langsiktige sponsorer. Disse inngås av klubbens styre. Hvis lagene på eget initiativ, for eksempel i anledning kostbare cuper, ønsker å ta kontakt med egne sponsorer, skal disse – uansett størrelse på sponsoratet – godkjennes av styret **på forhånd**. Dette er viktig for å unngå ”dobbelbooking”, samt også å ha respekt for eventuelt allerede inngåtte avtaler. Uavhengig av størrelse på beløp skal sponsormidlene inn til Frei FK først, som igjen vil overføre midlene til lagets konto.

Styret i Frei FK er ansvarlig for søknader om sponsorat og støtte fra forbund, legat, fond o.l. Styret kan oppnevne personer som har ansvar for dette arbeidet. Disse har rapporteringsansvar til styret.

Alle medlemmer og støttespillere av Frei FK oppfordres til å hjelpe til med å skaffe sponsorer til klubben.

10.4 Cupavgift for spillere

Styret bestemmer hvilke cuper som skal være obligatorisk for innkreving av cupavgift for hver enkelt spiller. Satsen er kr. 200,- pr spiller.

For tiden gjelder dette: Freihallen Cup, Dahlecup, Åpningscupen, Kiwi Bama Cup og KFK-cup. Påmelding organiseres samlet av klubben som melder på lag og betaler cupavgift samlet. Hvert lag samler inn avgift fra hver spiller og fører beløpet over på klubbens bankkonto. For alle andre cuper skal lagene stå ansvarlig for full betaling og påmelding selv.

10.5 Tilskudd cuper

Reglene for tilskudd til deltakelse i cuper gjelder for ungdomsgruppen (13 – 19 år) og gjelder for deltakelse i større utendørs fotballturneringer på sommeren.

Tilskuddsbeløp er fastsatt til kr. 5000,- pr. deltakende lag. Tilskudd gis bare en gang pr. år pr. lag. Dette må søkes styret om i god tid før deltakelse. Det forutsettes at lag som søker støtte består av spillere som har betalt medlemskontingenten for inneværende år.



ALLE JENTER PÅ BANEN: Klubben fortsetter suksessen!

11.0 Informasjon og kommunikasjon

God kommunikasjon via effektive kanaler er en forutsetning for en sportslig effektiv drift. Frei Fotballklubb bruker derfor moderne kommunikasjonsverktøy som når alle. Informasjon til media og interne sportslige aktiviteter for lagene kan håndteres av sportslig utvalg eller trenere/lagledere. Det oppfordres på det sterkeste til mangfoldiggjøring av positive hendelser, arrangementer og lignende.

Kommunikasjon og uttalelser til media om saker/hendelser av felles karakter, kritiske forhold eller saker av negativ karakter for klubben skal håndteres utelukkende av styreleder, eller av styreleders stedfortredende.

11.1 Årlige møter

Sportslig utvalg gjennomfører en til to faste årlige møter for lagledere/trenere. I ett av disse møtene inngår årets verdimøte. Her varierer tema år for år.

Det første møtet holdes etter sesongen (oktober/november):

- Gjennomgang og evaluering av sesongen.
- Sette i gang arbeidet mot ny sesong for ungdomslagene. Individuell oppfølging.
- Kartlegge utfordringer som må tas tak i. Er det behov/ønske om samarbeid mellom noen årganger for å stille lag/flere lag?
- Behov for nye trenere?

Det andre møtet holdes i midten av januar. Her tar vi for oss alt av praktisk informasjon knyttet til sesongen som kommer:

- Presentasjon av sentrale personer/roller i klubben.
- Presentasjon av trenere og lagledere på de ulike årstrinnene.
- Presentasjon av sportsplan og klubbhåndbok.
- Presentasjon av klubbens verdsett og Fair-Play fokus.
- Presentasjon av NFFs retningslinjer for barne- og ungdomsfotball.
- Påmelding av lag til seriespill.

Det tredje møtet holdes før sommerferien:

- Evaluering av vårsesongen.
- Drøfting av ulike utfordringer som har oppstått.
- Presentasjon av styret og sportslig utvalg.

11.2 Hjemmeside

Frei FKs hjemmeside har følgende URL: <http://www.freifotball.no/>. Her har alle lagene en egen side under fanen "Lag". Under fanen "Klubben" finner du praktiske opplysninger om klubbens drift. Her finnes også kontaktinformasjon for klubbens styrende organer.

Vi ønsker at mange av lagene bidrar til å publisere nyheter fra deres fotballhverdag. Det kan være et bilde og noen ord fra ei trening, en kamp eller andre aktiviteter. Alle lagledere **skal** sjekke med lagets foreldre/foresatte om noen ikke ønsker bilder av sine barn publisert på internett.

Tilganger, påloggingsinformasjon og opplæring for webpublisering blir gitt av webredaktørene som styret har oppnevnt. Webredaktørene har hovedansvar for utforming, utvikling og tekniske løsninger knyttet til hjemmesiden, samt sørge for nødvendig opplæring av brukerne.

11.3 Lagledergruppe

Store deler av den daglige informasjonen foregår via trener/lagleder-gruppen på Facebook. I tillegg har klubben en egen epostadresse; lagledere@freifotball.no. Ved å sende mail til denne adressa vil alle trenere/lagledere i klubben motta meldingen. Ta kontakt med styret om du ønsker å bli lagt til her.

11.4 Facebook

Frei Fotballklubb er klubbens offisielle Facebook-side. Vi har stigende "liker-tall" og har nå over 1700 følgere. Her er det nesten daglige innlegg og stor aktivitet. Vi håper du også vil følge Facebook-siden vår.

Her er det mulig å legge inn innlegg selv, fra treninger, kamper eller andre aktiviteter, eller du kan få en av sidens administratorer til å legge inn innleggene for deg (ved å sende en melding til siden). Erfaringsmessig ser vi at mange innlegg blir veldig populære, og spillerne synes det er morsomt å se seg selv i en kanal de kjenner godt til.

11.5 Instagram

Klubben har opprettet en klubbstyrt Instagrambruker med brukernavnet *freifotball*. Denne tar sikte på å dele blinkskudd fra vår fotballhverdag. På lik linje med facebook så kan medlemmer sende inn bilder som klubben legger ut.

Frei FK ønsker å være en synlig aktør og vi er stolte av å vise frem arbeidet og aktiviteten som foregår i klubben på møteplasser hvor våre medlemmer er aktive.

11.6 Foreldremøter

Alle lag skal avholde minimum ett foreldremøte årlig. Lagets lagleder er ansvarlig for gjennomføringen i samarbeid med trenere. Hensikten med foreldremøtene er å få aktive og involverte foreldre som støtter opp om laget.

Det skal avholdes foreldremøte før sesongstart hvor man informerer om lagets aktiviteter i serie og cuper, sosiale aktiviteter, og lignende. Møtene skal også ha et Fair Play-fokus. Hvilke utfordringer har laget mtp. Fair Play i spillergruppa, foreldregruppa og/eller trenergruppa? En kort presentasjon av klubben skal gis årlig på foreldremøter/spillermøter. Styret er gjerne behjelpelig med å lage en enkel powerpoint til dette formålet.

Ved utfordrende situasjoner eller spørsmål dere ikke kan svare på, kontakt styret eller sportslig utvalg. Personer derifra kan delta på møtene hvis ønskelig/behov.

11.7 Spillermøter

Spillermøter gjennomføres i lagene etter behov. Dette påvirkes gjerne av alder og modning, aktivitetsnivå og sportslige ambisjoner i lagene. Trenerne er ansvarlig for gjennomføringen av disse møtene.

Spillermøter kan med fordel gjennomføres både i grupper og enkeltvis med spillerne. Slik får man også sett og hørt hver enkelt spiller. Fair Play og klubbens verdier skal være sentrale tema i slike møter.

11.8 Trygge rammer

Som kvalitetsklubb er Frei FK bevisste på sitt ansvar som samfunnsbygger. Som en viktig aktør for barn og unge i lokalsamfunnet på Frei er vi opptatt av å fremme sunne holdninger og verdier, også utenfor fotballbanen. I den forbindelse ønsker vi hvert år å jobbe med et tema innenfor kategorier «trygge rammer».

Hvilket tema som jobbes med vil variere fra år til år, og etter eventuelle ønsker fra medlemmene våre. Det er viktig for oss å ta utgangspunkt i lokale forhold her på Frei, og innhente kompetanse fra lokale aktører her i kommunen. Aktuelle temaer i slike møter kan være:

- Eat Move Sleep, seksuelle overgrep og trakassering, doping, alkohol, trafiksikkerhet, kampfiksing og spilleavhengighet, mobbing og rasisme, og skader og forsikring,

11.9 Seksuelle overgrep og trakassering

Et åpent, godt og trygt idrettsmiljø vil i seg selv beskytte mot trakassering og mot falske anklager. Kunnskap om trakassering og seksuelle overgrep skal inngå i utdanning av alle ledere, trenere og aktive.

Ledelsen og støtteapparatet spiller en viktig rolle i utøverens utvikling. Det er de som har et ansvar for å skape trygghet og legge forholdene til rette for helse og velferd, og for utviklingen av utøverens uavhengighet.

Gjeldene retningslinjer finner du hos NFF: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/seksuelle-overgrep-og-trakassering/>

12.0 Klubbdrift

12.1 Politiattest

Alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming, skal avkreves politiattest.

- Alle trenere/oppmenn/lagledere blir opplyst om krav til politiattest ved oppstart av lag hvert år.
- Politiattestansvarlig registrer alle politiattester i en egen liste. Listen skal inneholde navn og fremvist dato. Attestene skal ikke oppbevares av klubben.

12.2 Kontingent

Kontingent og treningsavgift blir fastsatt av årsmøtet til Frei Fotballklubb hvert år.

Følgende satser er gjeldende fra 2023:

Alder	Kontingent	Treningsavgift	Totalt
Under 7 år	400	-	400
7 – 12	400	1300	1700
13 – 16	400	2600	3000
Voksne, aktive	400	3100	3500
Voksne m/treningstilbud	400	1100	1500
Medlemskontingent	400		400
Støttemedlem	300		300

Kontingent og avgift brukes til:

- Forsikring for alle spillere gjennom NFF
- Fergekort til bortekamper
- Betaling av dommere
- Nedbetaling av lån på anlegg.
- Innkjøp av drakter og annet utstyr.
- Strøm til anlegg.
- Drift av anlegg.
- Godtgjørelse for trenere/lagledere
- Godtgjørelse til styremedlemmene.

All kontingentbetaling gå gjennom NIF sitt innkrevingsssystem. Vi er pålagt å skille ut betalinger av kontingent og treningsavgift. På den måten kan en skille mellom aktive og passive medlemmer.

12.3 Trenerkontrakter og godtgjørelse

Ingen trenere skal tape penger på å være trener i Frei Fotballklubb. Det betales ut en godtgjørelse etter sesongen for trenere i ungdomsfotballen som skal dekke utgifter i løpet av en sesong. Disse satsene er satt og vedtatt av styret i klubben. Utgifter til godtgjørelse og refusjon av faktiske utgifter skal framgå av klubbens budsjetter og regnskap.

12.4 Skader

Alle lag i Frei Fotballklubb skal ha eget førstehjelpsutstyr. Lag i barnefotballen har en enkel førstehjelpsmappe med nødvendig utstyr, mens ungdomslagene har et mer omfattende førstehjelpsskrin. Førstehjelpsutstyret skal være med på alle lagets kamper og treninger og være tilgjengelig til enhver tid. Hvis ditt lag mangler eller har behov for påfyll, tar du kontakt med styret.

Skader er en del av idretten og når skaden først oppstår må vi vite hvordan man skal håndtere dette. Frei Fotballklubb ønsker at følgende prosedyre følges:

- Utfør akutt skadebehandling.
 - Ring Idrettens skadetelefon (IST) på **987 02033** for bistand. Åpent alle dager mellom kl. 09.00-21.00.
- Spiller registrerer skademelding på <https://www.idrettshelse.no/>
- NFFs forsikringsselskap vurderer forsikringsdekning.
- Idrettens skadetelefon (IST) tar kontakt med spiller uavhengig om det er dekning i forsikringen.
- Idrettens skadetelefon (IST) bestiller all utredning og behandling i et kvalitetssikret behandlingsnettverk.
- Idrettens skadetelefon (IST) følger opp spiller til etter gjennomført behandling.

All behandling må forhåndsgodkjennes/bestilles via Idrettens Skadetelefon. Ved akutte og livstruende skader, tar du kontakt direkte med legevakten. All annen behandling må bestilles via idrettens skadetelefon etter at du har meldt skaden.

For mer informasjon, følg lenken:

- <https://www.fotball.no/klubb-og-leder/forsikring/>

Logistikk rundt skadebehandling

Frei FK har egen spillerforsikring gjennom NFF. Skader skal meldes inn elektronisk av spilleren selv etter fastsatte regler for rapportering. En skade kan enten godkjennes eller avvises. Godkjennes skaden gjelder dette fra det tidspunkt den ble elektronisk registrert og utløser da forsikringen. (Egenandel kr. 1.000,- pr. godkjent skadetilfelle).

12.5 Forsikring

Alle medlemmer i Frei Fotballklubb som betaler medlemskontingenten er forsikret gjennom NFFs grunnforsikring for fotballspillere. Denne forsikringen omfatter all aktivitet i regi av Norges Fotballforbund. Barn under 13 år dekkes av NIFs barneidrettsforsikringen og gjelder alle typer idrett/sport som er medlem av Norges Idrettsforbund. Ingen spillere mottar noen direkte kostnader utover kontingenten for grunnforsikringen. Les mer om forsikringen her:

- <https://www.fotball.no/klubb-og-leder/forsikring/>

Medlemmer i Frei FK kan kjøpe en utvidet individuell forsikring. Dette koster kr. 950,- for spillere i barnefotballen og kr. 1050,- for spillere i ungdomsfotballen. Lagledere/trenere i Frei FK vil få informasjon om denne forsikringen hvert år på lagledermøtet i starten av året. Forsikringen kan tegnes ved å følge denne linken:

- https://fotball.formstack.com/forms/utvidet_fotballforsikring_2017

Både grunnforsikringen og den individuelle forsikringen garanterer oppstart av utredning av skade innen 3 virkedager etter at skaden er meldt. Forskjellen er at den individuelle forsikringen garanterer

oppstart også av behandling innen 3 virkedager, mens grunnforsikringen garanterer oppstart av behandling innen 90 virkedager (3 mnd). Ved spørsmål kan man kontakte skadetelefonen (tlf: 02033) om spørsmål knyttet til forsikringer, skader og råd.

12.6 Dugnader

Styret kaller jevnlig inn til dugnader knyttet mot vedlikehold av bygg og anlegg samt nyanlegg. Dugnaden forestås av anleggsansvarlig og kalles inn gjennom klubbens kanaler. Vi oppfordrer alle til å stille opp på dugnad.

12.7 Loddsalg

Det arrangeres loddsalg i klubbens regi to ganger pr. år – mai/juni og november/desember. Alle lag/spillere fra 6 år tom. 12 år skal delta i salg av lodd. Inntektene fra loddsalg er et svært viktig bidrag til klubbens inntekter for å dekke driften av klubben.

Loddslaget utgjør ca. 15 % av klubbens inntekter. Med den store økningen i medlemsmassen i de yngre årsklassene har resultatet blitt bedre og bedre for hvert år. Det laget som selger flest lodd premieres med en pizzakveld.

Grunnet viktigheten av våre to loddsalg tillater ikke klubben at lag kjører egne lotteri.



13.0 Arrangement

13.1 Freihallen cup

Freihallen cup arrangeres hvert år i månedsskiftet januar/februar og går over to helger. Cupen er en av klubbens viktigste inntektskilder, og det legges opp til dugnadsarbeid for flere av klubbens medlemmer under dette arrangementet. Freihallen cup er en god start på fotballåret og arrangeres for lagene i barnefotballen. Cupen legger opp til at lagene avvikler sine kamper iløpet av en dag.

13.2 Interncupen

Den tradisjonsrike interncupen arrangeres hvert år i romjula. Dette er en innendørsturnering for alle Frei-lagene i ungdomsfotballen og opp til A-lag, Oldboys og gamle Frei-helter.

Cupen arrangeres i Freihallen over en dag. Her er det god stemning og mye fotballglede. De minste møter de eldste, og lagene er inndelt i divisjoner avhengig av alder og ferdigheter. Prestisjen er stor og det beste Frei-laget kåres til slutt.

13.3 Åpen dag

Frei Fotballklubb arrangerer *åpen dag* hvert år hvor alle lag i barnefotballen blir invitert. Dette arrangementet legges til ei helg før seriestart. Her samler vi så mange av klubbens medlemmer i barnefotballen med søsken og foreldre m.fl. Det legges opp til fotballaktivitet av forskjellig slag ledet av trenere og/eller eldre spillere i klubben. I tillegg spanderer klubben mat og drikke på barna.

Dette arrangementet skal markere årets seriestart for lagene og *åpen dag* skal være en årlig aktivitet som barna gleder seg til. Eksempel på aktivitet kan være merkeprøver.



ÅPNINGSCUPEN: Frei FK J14 vant åpningscupen i 2023!

14.0 Dommere

Klubben har et økt fokus på dommerrekruttering for medlemmer fra egen klubb. Vi ønsker å tilrettelegge for at yngre spillere kan ta dommerutdanning og få erfaring gjennom å dømme klubbkamper. Klubbens dommeransvarlig følger opp dette.

14.1 Barnefotball

Dommeransvarlig i klubben setter opp dommere til disse kampene. Lagleder vil motta en melding med navn på dommer og telefonnummer i forkant av kampene. Lagleder tar deretter kontakt med dommer, ønsker velkommen og informerer om oppmøtetid og sted. Trener/lagleder tar imot dommeren og tar initiativ til en Fair Play-samtale med dommer og begge lags trenere før kampstart.

Hjemmelagets kampvert har ansvaret for at dommeren føler seg trygg og ivaretatt før, under og etter kampen. Det er viktig å huske på at dette ofte er unge dommere. Trenere og støttespillere for øvrig skal gjøre dommeren god. Det er lov å skryte av dommere som gjør en god jobb! Spillere og trenere takker dommer for kampen etter kampslutt, uansett utfall.

14.2 Ungdomsfotball

Dommere settes i all hovedsak opp av kretsen. Lagleder tar kontakt med dommer på SMS og ønsker velkommen til oppsatt kamp dagen i forveien. Trener/Lagleder tar imot dommer og ønsker velkommen før kampstart.

Hjemmelagets kampvert har ansvaret for at dommeren føler seg ivaretatt før, under og etter kampen. Spillere og trenere takker dommer for kampen etter kampslutt, uansett utfall. Kamprapport kvitteres av dommer og lagleder elektronisk.

14.3 Dommerhåndbok

Klubben har utviklet en egen dommerhåndbok som finnes lett tilgjengelig på våre hjemmesider.



MALIN ERSVIK: Vår dyktige kretsdommer

15.0 Fair play

Fair Play handler om mer enn gule og røde kort. Fair Play handler om hvordan vi oppfører oss mot hverandre, både på og utenfor fotballbanen. I Frei Fotballklubb er alle som har lyst å spille fotball velkommen, og alle skal få et fotballtilbud i klubben. Ingen skal stenges ute, uansett sosial eller kulturell bakgrunn, kjønn, ferdighetsnivå eller andre bakenforliggende årsaker. I dagens samfunn har fotballen fått en oppdragende rolle overfor barn og ungdom. Det handler om overordnede verdier, respekt for andre og om å forsterke vennskap.

Fair Play handler om å skape trygghet og trivsel som grunnlag for å skape og utvikle både sportslige og menneskelige egenskaper. Det er viktig å være bevisst på egne holdninger og verdier, å inkludere alle, skape positive opplevelser, vise mot og skape tillit. I Frei Fotballklubb fokuserer vi på at Fair Play handler om å være bevisst sin rolle i klubben, enten som spiller, trener, leder, dommer eller tilskuer.

Fair Play skal årlig tas opp som tema på styremøter, lagledermøter og foreldremøter i regi av klubben. Alle spillere skal fra de er 10 år gamle undertegne en Fair-Play kontrakt før sesongstart. Denne kan være utarbeidet av laget/spillerne selv, eller av klubben. Alle trenere og lagledere skal undertegne samme kontrakt.

Frei Fotballklubb gjennomfører Fair Play-møte før og etter alle hjemmekamper, hvor begge lags trenere/lagledere og dommer er involvert.

Frei Fotballklubb vant årets Fair Play-pris i 2018, en pris som deles ut til en klubb i hver fotballkrets. Dette gjenspeiler det gode arbeidet vi har lagt ned over flere år, og er en pris vi er stolte over.



DAMELAGET: Stiller i 3.divisjon og trenes av Aina Aarøe, Per Jostein Halset og Runar Wiik.

16.0 Rekrutteringsplan

Oppstartsansvarlig skal forberede og gjennomføre oppstartstrening/oppstartsmøte for nye kull. Denne personen har også ansvaret for opplæring/oppfølging av trenere og lagledere den første tiden etter oppstart.

Frei Fotballklubb rekrutterer aktivt fra tre skolekretser: Frei barneskole, Bjerkelund barneskole og Rensvik barneskole. Nytt av 2018 er det at rekrutteringen skal starte ett år tidligere, altså i løpet av det siste året i barnehagen. Dette er et felles prosjekt mellom alle samarbeidsklubbene i byen.

Rekruttering av nye årskull skjer fra det året barna fyller 5 år. I tillegg har vi et ekstra fokus på rekruttering det året barna starter på skolen. Det blir delt ut en invitasjon til alle elevene som starter i 1.klasse den første uka i skoleåret, der de ønskes velkommen til fotballtrening. Den samme informasjonen blir også gjort tilgjengelig på klubbens hjemmeside og på klubbens Facebookside. Guttene og jentene trener sammen i starten, før de eventuelt deles i to grupper, avhengig av antall.

På den første treningen er det trenere fra klubben som leder økta. Den varer ca. 60 minutter. I mellomtiden holdes det et foreldremøte, ledet av oppstartsansvarlig. Der går man gjennom følgende punkter:

- Presentasjon av klubben og våre fokusområder i barnefotballen.
- Informasjon om lagsorganisering.
- Likeverdig tilbud til barn uavhengig av funksjonsevne, etnisitet eller betalingsevne.
- Prøve å få på plass trenere og lagledere for lagene. Jo flere trenere, jo bedre er det.
- Informasjon om medlemskap.
- Data på de oppmøtte spillerne hentes inn.
- Utdeling av foreldrevettregler.
- Treningstider/-mengde.

Etter at et støtteapparat er kommet på plass skal det gjennomføres et oppfølgingsmøte. Her skal lagledelsen gis bedre forutsetninger til å gjennomføre de oppgavene de har tatt på seg. Det vil gis en kort sportslig og administrativ innføring, med informasjon om følgende:

- Om klubben og hvem/hvordan man kan kontakte for å få svar på spørsmål.
- Om sportsplan og klubbhåndbok.
- Om treningsøkta.no og gjennomføring av treninger.
- Om kompetansekrav til trenere/lagledere (kurs og utdanning).
- Om cuper/seriespill.
- Om Fair Play.

De siste årene har det variert litt hvor mange jenter og gutter som dukker opp de første øktene med nyoppstartet fotballkull. Frei FK har som målsetting at minimum 10 jenter og 15 gutter skal starte å spille fotball fra de nye 1.klassingene hvert år. Om dette ikke skjer, vil vi fortsette med rekrutteringstiltak inn mot den aktuelle gruppa.

17.0 Utdanning og kompetanse

Det er et prioritert mål for klubben at tillitsvalgte skal ha en kompetanse som er tilpasset klubbens målsettinger og behov. Her følger vi kravene NFFs stiller gjennom Kvalitetsklubbprosjektet. Noen kurs holdes internt i klubben, mens andre kurs kan medregnes noe reising rundt om i kretsen. Klubben dekker kursavgift. Sportslig utvalg har en egen utdanningsansvarlig som kontinuerlig følger opp dette.

17.1 Trenerere

Trenerkompetanse er et av NFFs viktigste fokusområder. Dyktige trenere gir større kvalitet på aktiviteten som gjennomføres. Ved å bli kvalitetsklubb ønsker Frei FK å sette utdanning av trenere i system.

Vi forholder oss til NFFs krav som sier at trenere i barnefotballen skal ha en trener pr. lag med minimum barnefotballkvelden og minst ett delkurs fra Grasrottrener-kurset. Trenere i ungdomsfotballen skal ha en trener pr. lag med ungdomsfotballkvelden og fullført Grasrottrener. Frei Fotballklubb har de senere årene arrangert delkurs 1 og 2 av Grasrottrenerkurset i egen klubb, såkalte klubbneare kurs. Dette ble en suksess med instruktører fra egen klubb.

NFFs to introduksjonskurs – barnefotballkvelden og ungdomsfotballkvelden – er lavterskeltilbud som gir et minimum av fotballfaglig innsikt. Disse kursene består av to timer teori og to timer praksis.

NFFs trenerstige består av NFF Grasrottrener, UEFA B-lisens, UEFA A-lisens og UEFA Pro-lisens. Frei Fotballklubb er villig til å dekke videre trenerutdanning for våre trenere, men dette avhenger av visse forpliktelser mellom aktuell trener og klubb. Hvis noen er interessert i dette tar dere kontakt med sportslig utvalg ved utdanningsansvarlig.

17.2 Dommere

Frei Fotballklubb har igjen fått et økt fokus på dommerrekruttering. Etter mange år med få eller ingen nye dommere i klubben, har vi den siste tiden opplevd positive tall.

I 2016 utdannet vi over 50 klubbdommere og 6 rekruttdommere. Den positive utviklingen har de påfølgende årene bare fortsatt.

Klubben har som mål å ha 5 aktive rekruttdommere i klubben til enhver tid, som dømmer kamper i regi av kretsen i tillegg til egne klubbkamper.

Vi holder også de mest engasjerte av klubbdommerne varme gjennom å dømme kamper i egen klubb. Klubben ønsker å tilby klubbdommerkurs for klubbens medlemmer med jevne mellomrom i vårt eget klubbhus. G/J15 skal hvert år delta på klubbdommerkurs.

Rekruttdommere i Frei Fotballklubb får egen dommerdrakt. Frei Fotballklubb har egen dommeransvarlig som setter opp egne klubbdommere til kamper i barnefotballen.

17.3 Ledere

Frei Fotballklubb ønsker god lederkompetanse i sentrale verv i klubben. Dette for å sikre god styring av klubben. NFFs lederutdanningsstige sikrer at frivillige får fotballspesifikk lederkompetanse og nødvendig ballast til å håndtere de utfordringene en vil møte i sin rolle. Kompetansen man tilegner seg, sikrer en mer interessant arbeidshverdag for den frivillige med økt forståelse for lederrollene.

Det finnes fire fotballederkurs. Fotballeder 1 – forstå, Fotballeder 2 – lede, Fotballeder 3 – utvikle og Fotballeder 4 – klubbleder. Frei Fotballklubb ønsker at flest mulig med sentrale verv i klubben tar en eller flere lederkurs. Vi har som mål at over halvparten av styret skal ha ett eller flere lederkurs.



BORTEKAMP: Spenningen stiger i påvente av kampstart.

18.0 Praktiske opplysninger

18.1 Leie av klubbhus/Omsundet Stadion

I 2020 ble følgende vedtak gjort vedrørende bruk av klubbhuset.
Leiesatser for korttidsleie av klubbhuset:

- Hverdag kr. 1000,-
- Helg kr. 3000,-

Trenere, lagledere, styremedlemmer og øvrige tillitsvalgte gis 30 % rabatt under forutsetning av at medlemskontingent for inneværende år er betalt.

Henvendelser vedrørende leie eller bruk av klubbhus sendes til styret@freifotball.no.
Vi oppfordrer alle lag til å benytte seg av klubbhuset.

De siste sesongene har det vært økende interesse for å feire bursdager på Omsundet Kunstgressbane. Dette avklares med banedisponeringsansvarlig i sportslig utvalg (må legges til helg). Klubbhuset leies ikke ut til bursdager og lignende arrangementer.

18.2 Nøkler til anlegg

Trenere/lagledere kan kontakte styret ved behov for nøkler til Omsundet Kunstgressbane (garderobeanlegg og utstyrsbod). Styret avgjør hvem som har behov for slike nøkler.

18.3 Treningstider

Treningstider blir satt opp av banedisponeringsansvarlig i sportslig utvalg. Vi prøver å ta hensyn til spesifikke ønsker fra lagene, men presiserer at dette ikke alltid lar seg gjøre. En oppdatert oversikt over treningstider skal alltid være tilgjengelig på klubbens hjemmeside.

Seriekamper går alltid foran treninger. Treningskamper må legges til lagets egne treningstider.

18.4 Klubbens logo

Klubbens logo skal bæres med verdighet og brukes på klær, vimpler og diplomer som benyttes i regi av klubben. Klubbens medlemmer oppfordres til å bære klubbens logo når de representerer klubben.

18.5 Spillertrøyer

Klubben har sorte hjemmedrakter og hvite bortedrakter. Lagene spiller alltid i sorte shortser og sorte strømper. Unntak fra dette må avklares med styret på forhånd.

18.6 Inn- og utmelding i klubben

Alle spillere, trenere, lagledere og styremedlemmer må være medlem i Frei Fotballklubb. Som ny trener/lagleder i klubben gir du beskjed til klubbens FIKS-ansvarlig. Vedkommende legger deg inn i medlemsregisteret og på det laget du tilhører. Du får da tilsendt medlemskontingent på mail. Som ny spiller i klubben gir du beskjed til lagleder, som legger deg inn i medlemsregisteret. Du får tilsendt medlemskontingent på mail. Når den er betalt er du forsikret og spilleklar. Nye spillere skal informeres om NFFs tilbud til individuelle forsikringer.

Ved utmelding fra klubben skjer dette gjennom «min idrett». I tillegg skal lagleder/trener gis beskjed, som videre informerer klubbens styre.

18.7 Min Idrett

Min idrett er ditt personlige utgangspunkt for å bruke idrettens medlemsdatabase. Her blir alle som er medlem av et idrettslag registrert. Gjennom Min idrett kan du også betale for kontingenter. Slik kan foreldre få en samlet oversikt over medlemskapene til sine barn, og betale for disse på ett sted.

Ta kontakt med klubben hvis det skulle finnes feil vedrørende funksjoner, medlemskap, verv eller lisenser i Min idrett.

Innlogging til Min idrett kan gjøres her: <https://minidrett.nif.no/>

19.0 Årshjul

Fotballåret er fullt av tidsfrister å forholde seg til, oppgaver som må gjøres og en rekke ting som skal på plass for å gjøre fotballhverdagen best mulig for flest mulig. Frei Fotballklubb ønsker å gjøre denne oppgaven enklest mulig for våre trenere/lagledere ved å presentere dette årshjulet. Vi har valgt å starte årshjulet i november, da dette er første måned etter sesongavslutningen.

November

- Trenere, ledere og foreldregrupper rundt ungdomslagene må på plass før ny sesong. Sportslig utvalg, sammen med lagene, følger opp dette.
- Treninger i november bør være rolig og bære preg av lek og spilleglede.
- Noen lag trener inn mot aktuelle innendørscuper.

Desember

- Trenerteamene rundt lagene fordeler oppgaver og planlegger ny sesong. Trenerteamene lager en enkel årsplan for sitt lag.
- Treninger i desember skal bære preg av lek og spilleglede. Det er naturlig å trappe ned aktiviteten.

Januar og februar

- Det arrangeres lagledermøte i midten av januar hvor sesongen planlegges. Påmeldingsfristen for ungdomsfotballen kommer først – dette prioriteres.
- Ta spillerne med i planleggingen av ny fotballsesong.
- Avhold spillermøte (ungdomsfotball) hvor årsplanen blir presentert og vedtatt.
- Avhold foreldremøte hvor årsplanen blir presentert.
- Har laget ditt alt av utstyr klart for ny sesong?
- Freihallen cup arrangeres.

Mars og april

- Er alt klart for seriespill?
- Planlegg og gjennomfør spillersamtaler med spillerne dine. Bli enig om konkrete mål for kommende treningsperiode. Sjekk ut hvordan spilleren trives i gruppa.
- Arranger en sosial sammenkomst for spillerne. Gjør noe gøy sammen.
- Åpen dag arrangeres før seriestart.

Mai-August

- Kampsesong og ferieavvikling.
- Skal laget på turnering? I så fall bør det arrangeres møter om dette.
- Hvilke retningslinjer og ambisjoner skal vi ha for turen?
- Trening: Gå gjerne sammen flere lag i klubben og kjør noen felles ferieøkter for de som er hjemme og har lyst å trene.
- Lagledermøte i juni – evaluering av vårsesongen.

September

- Ta en ny runde med spillersamtaler. Spillerne fortjener å bli sett/hørt alene. Følge opp målene som ble satt tidligere i år.
- Er det noen trenere/lagledere/spillere som ønsker å gi seg etter sesongen?

Oktober

- Arranger en sesongavslutning for laget ditt.
- For de eldste lagene kan dere evaluere sesongen sammen.
- Har noen på laget utmerket seg på en spesiell måte? Fair Play?
- Lagledermøte holdes i oktober/november. Her evaluerer vi sesongen som har vært og ser fram mot kommende fotballsesong.

Denne planen er i utgangspunktet utarbeidet med ungdomsfotballen som fokus. I barnefotballen kan man legge opp løpet på en noe enklere måte, men det stilles likevel krav til at trenerteamet har en årsplan for sesongen, at foreldrene blir informert om denne før sesongstart og at spillerne får komme med sine meninger og ønsker.

Klubbhåndbok og sportsplan skal, på initiativ fra sportslig utvalg, revideres to ganger hvert år. Dette i løpet av månedene mars og oktober. Sportslig leder er ansvarlig for at dette blir gjennomført.



FREI FK G9

20.0 Vedlegg 1 – Klubbens vedtekter

LOV FOR FREI FOTBALLKLUBB

Stiftet 6. september 1931.

Nye vedtekter vedtatt av årsmøtet 17. mars 2017, godkjent av Møre og Romsdal idrettskrets 5. april 2017

I. INNLEDENDE BESTEMMELSER

§ 1 Formål

- (1) Idrettslagets formål er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF).
- (2) Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.
- (3) Frei Fotballklubb er et sær-idrettslag og klubbens overordnede oppgave er å drive organisert fotball på alle plan, både damer og herrer samt i alle aldersbestemte klasser.

§ 2 Organisasjon

- (1) Idrettslaget er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer.
- (2) Idrettslaget er medlem av det særforbund som lagets årsmøte bestemmer.¹
- (3) Idrettslaget er medlem av NIF gjennom Møre og Romsdal idrettskrets, hører hjemme i Kristiansund kommune, og er medlem av Kristiansund idrettsråd².
- (4) Idrettslaget skal følge NIFs og tilsluttede organisasjonsledds regelverk og vedtak. NIF's regelverk gjelder for idrettslaget uavhengig av hva som måtte stå i idrettslagets egen lov.

¹ Idrettslaget må være medlem av de(t) særforbund som organiserer idretten(e) laget driver, med mindre laget utelukkende driver mosjonsidrett som ikke tilrettelegges av et særforbund i NIF, jf. NIFs lov § 10-1(4). Dette skal fremkomme av idrettslagets organisasjonsplan som vedtas av årsmøtet. Det er også årsmøtet som vedtar innmelding/utmelding i de(t) aktuelle særforbund.

² Idrettslag kan bare være medlem av ett idrettsråd. Hvis et idrettslags naturlige område strekker seg over mer enn én kommune, avgjør idrettslagets årsmøte hvilket idrettsråd det tilhører.

§ 3 Medlemmer

(1) For at en person skal opptas i idrettslaget må vedkommende:

a) akseptere å overholde idrettslagets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak.

b) ha gjort opp eventuelle økonomiske forpliktelser til idrettslaget og andre organisasjonsledd i NIF.

(2) Styret i idrettslaget kan i særlige tilfeller nekte en person medlemskap. Før vedtak treffes, skal personen gjøres kjent med bakgrunnen for saken og gis en frist på to uker til å uttale seg. Vedtaket skal være skriftlig og begrunnet samt informere om klageadgang. Vedtaket kan påklages til idrettskretsen innen tre uker etter at det er mottatt. Klagen skal sendes til idrettslagets styre, som eventuelt kan omgjøre vedtaket. Dersom vedtaket opprettholdes, sendes klagen til idrettskretsen innen to uker.

(3) Medlemskap i idrettslaget er først gyldig fra den dag kontingent er betalt.

(4) Medlemmet plikter å overholde NIFs, tilsluttede organisasjonsledds og idrettslagets regelverk og vedtak.

(5) Utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt.

(6) Idrettslaget kan frata medlemskap fra medlem som etter purring ikke betaler fastsatt medlemskontingent. Medlem som skylder kontingent for to år, taper automatisk sitt medlemskap i idrettslaget og skal strykes fra lagets medlemsliste.

(7) a) Styret i idrettslaget kan i særlige tilfeller frata et medlem medlemskapet for en periode på inntil ett år. Før vedtak treffes, skal vedkommende gjøres kjent med bakgrunnen for saken og gis en frist på to uker til å uttale seg. Vedtaket skal være skriftlig og begrunnet samt informere om klageadgang.

b) Ved fratakelse av medlemskap kan den saken gjelder kreve at vedtaket behandles av ordinært/ekstraordinært årsmøte, og har rett til å være til stede ved årsmøtets behandling av saken. Kravet må fremsettes innen én uke etter at vedtaket er mottatt, og årsmøtet må deretter avholdes innen én måned.

c) Ved fratakelse av medlemskap kan idrettslagets vedtak påklages til idrettskretsen innen tre uker etter at vedtaket er mottatt. Klagen skal sendes til idrettslagets styre, som eventuelt kan omgjøre vedtaket dersom det er fattet av styret selv. Dersom vedtaket opprettholdes, sendes klagen til idrettskretsen innen to uker. Idrettslagets vedtak trer ikke i kraft før klagefristen er utløpt, eventuelt når klagesaken er avgjort.

(8) Idrettslaget skal føre elektroniske medlemslister i idrettens nasjonale medlemsregister i tråd med forskrift gitt av Idrettsstyret.

§ 4 Medlemskontingent og avgifter

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet.³ Andre avgifter/egenandeler kan kreves for deltakelse i idrettslagets aktivitetstilbud.

II. TILLITSVALGTE OG ANSATTE

§ 5 Kjønnfordeling

(1) Ved valg/oppnevning av styre, råd, utvalg/komité mv. og ved representasjon til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd, skal begge kjønn være representert. Sammensetningen skal være forholdsmessig i forhold til kjønnfordelingen i medlemsmassen, dog slik at ved valg/oppnevning av mer enn tre personer, skal det velges/oppnevnes minst to personer fra hvert kjønn. Bestemmelsen gjelder også der det velges mer enn ett varamedlem. Ansattes representant teller ikke med ved beregningen av kjønnfordelingen.

(2) Ved valg/oppnevning til styre, råd, utvalg/komité mv. i strid med bestemmelsen, skal styret innen én måned etter årsmøtet sende ut innkalling til ekstraordinært årsmøte der nytt valg foretas. Eksisterende medlemmer i det aktuelle styret, komiteen mv. blir sittende til nytt styre, komité mv. er valgt/oppnevnt.

(3) Idrettskretsen kan pålegge idrettslaget å oppfylle bestemmelsen, herunder innkalle til nytt årsmøte eller foreta ny oppnevning.

(4) Idrettskretsen kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra denne bestemmelsen. Det skal så langt mulig søkes om dispensasjon i forkant. Søknad om dispensasjon må være sendt til idrettskretsen innen 14 dager etter årsmøtet. Dispensasjon kan kun gis for én valgperiode/oppnevning av gangen.

§ 6 Generelle regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv.

(1) For å ha stemmerett og være valgbar må man ha fylt 15 år, vært medlem av idrettslaget i minst én måned og ha oppfylt medlemsforpliktelsene, jf. § 3 (1). Det samme gjelder der en person skal oppnevnes som representant til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd. Ingen kan møte eller avgi stemme ved fullmakt, jf. § 16.

(2) Et medlem som er arbeidstaker i eller har oppdragsavtale med idrettslaget, jf. § 7 (3), har ikke stemmerett på idrettslagets årsmøte. Dette gjelder ikke for spiller/utøver med kontrakt og medlemskap i laget.

³ Idrettslaget kan innføre forskjellige kontingentkategorier (f.eks. for familier, pensjonister, studenter). Kontingenten må være på minst kr 100 per medlem. Årsmøtet kan vedta at æresmedlemmer skal være fritatt for betaling av kontingent.

- (3) Et medlem kan ikke samtidig inneha mer enn ett av følgende verv i idrettslaget: medlem av styret, valgkomité, kontrollkomité, lovutvalg, revisor.
- (4) Et medlem kan ikke ha tillitsverv knyttet til samme idrett i flere idrettslag som deltar i samme konkurranse.
- (5) Forslagsrett:
- a) Et medlem har forslagsrett til og på årsmøtet i idrettslaget.
 - b) Styret i idrettslaget har forslagsrett til og på årsmøtet i idrettslaget.
 - c) Et idrettslag har forslagsrett til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd, og dets representant(er) har forslagsrett på dette årsmøtet/tinget.
 - d) Møteberettiget komité/utvalg har forslagsrett til årsmøtet i saker som ligger innenfor komiteens/utvalgets arbeidsområde, og dets representant(er) har forslagsrett på årsmøtet innenfor komiteens/utvalgets arbeidsområde.
 - e) Et medlem under 15 år har forslagsrett til og på årsmøtet.
- (6) Talerett:

Representant fra overordnet organisasjonsledd har talerett på årsmøtet i idrettslaget.

§ 7 Valgbarhet og representasjonsrett for arbeidstaker og oppdragstaker

- (1) En arbeidstaker i idrettslaget er ikke valgbar til styre, råd, utvalg/komité mv. i idrettslaget eller overordnede organisasjonsledd. Tillitsvalgt som får relevant ansettelse, plikter å fratre tillitsvervet ved tiltredelse av stillingen, og kan ikke gjeninntre før ansettelsesforholdet er opphørt.
- (2) En arbeidstaker i idrettslaget kan ikke velges eller oppnevnes som representant til årsmøte/ting eller ledermøte i overordnede organisasjonsledd. Det kan heller ikke velges eller oppnevnes representant som er arbeidstaker i det organisasjonsledd representasjonen skjer.
- (3) Bestemmelsen får tilsvarende anvendelse på et medlem som har oppdragsavtale som kan sammenlignes med et ansettelsesforhold.
- (4) Bestemmelsen gjelder ikke for arbeidstaker som er spiller/utøver med kontrakt og medlemskap i idrettslaget, og er ikke til hinder for at idrettslaget gir de ansatte rett til å utpeke ansattrepresentant(er) til idrettslagets styre.
- (5) En person som er valgt eller oppnevnt i strid med bestemmelsen anses ikke som valgt eller oppnevnt.
- (6) Idrettskretsen kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra denne bestemmelsen. Det skal så langt det er mulig søkes om dispensasjon i forkant. Det kan bare gis dispensasjon for én valgperiode/oppnevning av gangen.

§ 8 Valgbarhet og representasjonsrett for andre personer med tilknytning til idrettslaget

(1) Et medlem som har en avtale med idrettslaget som gir vedkommende en økonomisk interesse i driften av idrettslaget, er ikke valgbar til styre, råd, utvalg/komité mv. innen idrettslaget eller overordnet organisasjonsledd. Det samme gjelder styremedlem, ansatt eller aksjonær med vesentlig innflytelse, i en juridisk person som har slik avtale som nevnt i første setning.

Begrensningen gjelder ikke for styremedlem oppnevnt av idrettslaget. Tillitsvalgt som får en slik avtale, styreverv, ansettelse eller eierandel, plikter å fratse tillitsvervet, og kan ikke gjeninntre før ansettelsesforholdet mv. er opphørt.

(2) Person som i henhold til første ledd ikke er valgbar, kan heller ikke velges eller oppnevnes som representant til årsmøte/ting eller ledermøte i overordnede organisasjonsledd. Det kan heller ikke velges eller oppnevnes representant med tilsvarende tilknytning til det organisasjonsledd representasjonen skjer.

(3) En person som er valgt eller oppnevnt i strid med bestemmelsen anses som ikke valgt eller oppnevnt.

(4) Idrettskretsen kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra denne bestemmelsen. Det skal så langt det er mulig søkes om dispensasjon i forkant. Det kan bare gis dispensasjon for én valgperiode/oppnevning av gangen.

§ 9 Inhabilitet

(1) En tillitsvalgt, oppnevnt representant eller ansatt i idrettslaget er inhabil til å tilrettelegge grunnlaget for en avgjørelse eller til å treffe avgjørelse:

a) når vedkommende selv er part i saken,

b) når vedkommende er i slekt eller svogerskap med en part i opp- eller nedstigende linje eller i sidelinje så nær som søsken,

c) når vedkommende er eller har vært gift med eller er forlovet eller samboer med en part,

d) når vedkommende leder eller har ledende stilling i, eller er medlem av styret i et organisasjonsledd eller annen juridisk person som er part i saken.

(2) Likeså er vedkommende inhabil når andre særegne forhold foreligger som er egnet til å svekke tilliten til vedkommende sin upartiskhet; blant annet skal det legges vekt på om avgjørelsen i saken kan innebære særlig fordel, tap eller ulempe for vedkommende selv eller noen som vedkommende har nær personlig tilknytning til. Det skal også legges vekt på om inhabilitetsinnsigelse er reist av en part.

(3) Er en overordnet inhabil, kan avgjørelse i saken heller ikke treffes av direkte underordnet i idrettslaget.

(4) Inhabilitetsreglene får ikke anvendelse dersom det er åpenbart at den tillitsvalgte, oppnevnte representanten eller ansattes tilknytning til saken eller partene ikke vil kunne påvirke vedkommende sitt standpunkt og idrettslige interesser ikke tilsier at vedkommende viker sete.

(5) Med part menes i denne bestemmelsen person, herunder juridisk person, som en avgjørelse retter seg mot eller som saken ellers direkte gjelder.

(6) I styrer, komiteer og utvalg treffes avgjørelsen av organet selv, uten at vedkommende medlem deltar. Dersom det i en og samme sak oppstår spørsmål om inhabilitet for flere medlemmer, kan ingen av dem delta ved avgjørelsen av sin egen eller et annet medlems habilitet, med mindre organet ellers ikke ville være vedtaksført i spørsmålet. I sistnevnte tilfelle skal alle møtende medlemmer delta. Medlemmet skal i god tid si fra om forhold som gjør eller kan gjøre vedkommende inhabil. Før spørsmålet avgjøres, bør varamedlem eller annen stedfortreder innkalles til å møte og delta ved avgjørelsen dersom det kan gjøres uten vesentlig tidsspille eller kostnad.

(7) I øvrige tilfeller avgjør vedkommende selv om vedkommende er inhabil. Dersom en part krever det og det kan gjøres uten vesentlig tidsspille, eller vedkommende ellers finner grunn til det, skal vedkommende selv forelegge spørsmålet for sin nærmeste overordnede til avgjørelse.

(8) Bestemmelsen gjelder ikke på årsmøtet i idrettslaget.

§ 10 Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll

(1) Når ikke annet er bestemt, er styrer, komiteer og utvalg i idrettslaget vedtaksføre når et flertall av medlemmene er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møteleders stemme avgjørende.

(2) Vedtak kan fattes ved skriftlig saksbehandling⁴ eller ved fjernmøte⁵. Ved skriftlig saksbehandling sendes kopier av sakens dokumenter samtidig til alle medlemmer med forslag til vedtak. For gyldig vedtak kreves at flertallet av medlemmene gir sin tilslutning til det fremlagte forslaget, og til at dette treffes etter skriftlig saksbehandling. Ved fjernmøte skal alle møtedeltakerne kunne høre og kommunisere med hverandre.

(3) Det skal føres protokoll fra styremøter.

§ 11 Tillitsvalgtes refusjon av utgifter. Godtgjørelse

(1) Tillitsvalgt kan motta refusjon for nødvendige, faktiske utgifter som påføres vedkommende i forbindelse med utførelsen av vervet.

(2) Tillitsvalgt kan motta en rimelig godtgjørelse for sitt arbeid.

(3) Godtgjørelse til styret og daglig leder skal klart fremgå av vedtatt budsjett og regnskap.

⁴ For eksempel per e-post.

⁵ For eksempel møte per telefon/videokonferanse.

III. ØKONOMI

§ 12 Regnskap, revisjon, budsjett mv.

- (1) Idrettslaget er regnskaps- og revisjonspliktig. Regnskapsåret skal følge kalenderåret.⁶
- (2) Dersom idrettslaget har en årlig omsetning på mindre enn kr 5 millioner, skal laget følge NIFs regnskaps- og revisjonsbestemmelser, men kan, etter beslutning av styret, velge å følge regnskapsloven. Dersom idrettslaget har en årlig omsetning på kr 5 millioner eller mer, skal laget følge regnskapsloven og revisorloven, og skal alltid engasjere statsautorisert/registrert revisor uavhengig av hva som følger av disse lovene. Alle organisasjonsledd som har engasjert revisor skal velge en kontrollkomité med minst to medlemmer. Kontrollkomiteens oppgaver følger av NIFs lov § 2-12.
- (3) Bankkonti skal være knyttet til idrettslaget og skal disponeres av to personer i fellesskap. Underslagforsikring skal være tegnet for dem som disponerer.
- (4) På årsmøtet skal det fastsettes et budsjett som inneholder alle hovedposter i resultatregnskapet. Regnskap og budsjett for idrettslag som er organisert med grupper/avdelinger, skal også omfatte regnskapene og budsjettene for gruppene/avdelingene. Budsjettet skal være realistisk, og resultatet skal ikke vise underskudd med mindre det dekkes av positiv egenkapital. Det vedtatte budsjettet bør fremkomme i en egen kolonne når årsregnskapet fremlegges.
- (5) Årsregnskap og årsberetning skal underskrives av samtlige styremedlemmer. Dersom idrettslaget har daglig leder skal også vedkommende signere.
- (6) Idrettslaget kan ikke gi lån eller stille garantier for lån hvis ikke lånet eller garantien er sikret med betryggende pant eller annen betryggende sikkerhet. Sikkerheten for lån og garantier skal opplyses i note til årsoppgjøret.
- (7) Disposisjoner, herunder låneopptak, av ekstraordinær karakter eller betydelig omfang i forhold til idrettslagets størrelse eller virksomhet, kan kun vedtas av årsmøtet.

⁶ Idrettsstyret kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon til å benytte avvikende regnskapsår.

IV. ÅRSMØTE, STYRE, UTVALG MV.

§ 13 Årsmøtet

- (1) Årsmøtet er idrettslagets høyeste myndighet, og avholdes hvert år innen utgangen av mars måned⁷.
- (2) Årsmøtet innkalles av styret med minst én måneds varsel direkte til medlemmene eventuelt på annen forsvarlig måte, herunder ved kunngjøring i pressen, eventuelt på idrettslagets internettside. Innkallingen kan henvise til at saksdokumentene gjøres tilgjengelig på idrettslagets internettside eller på annen forsvarlig måte. I så fall skal det fremgå at dokumentene vil bli gjort tilgjengelige senest én uke før årsmøtet. Forslag som skal behandles på årsmøtet, må være sendt til styret senest to uker før årsmøtet. Fullstendig sakliste og andre nødvendige saksdokumenter med forslag til årsmøtet må være gjort tilgjengelig senest én uke før årsmøtet.
- (3) Ved innkalling i strid med bestemmelsen, avgjør årsmøtet hhv. under godkjenning av innkalling og godkjenning av saklisten, om årsmøtet er lovlig innkalt og om det er saker som ikke kan behandles.
- (4) Alle idrettslagets medlemmer har adgang til årsmøtet. Årsmøtet kan invitere andre personer og/eller media til å være tilstede, eventuelt vedta at årsmøtet kun er åpent for medlemmer.
- (5) Årsmøtet er vedtaksført dersom det møter et antall stemmeberettigede medlemmer som minst tilsvarer antallet medlemmer i styret iht. idrettslagets lov. Dersom årsmøtet ikke er vedtaksført, kan det innkalles til årsmøte på nytt uten krav til minimumsdeltakelse.
- (6) På årsmøtet kan ikke behandles forslag om endring i lov eller bestemmelser som ikke er oppført på den saklisten som er gjort tilgjengelig eller sendt ut. Andre saker kan behandles når 2/3 av de fremmøtte stemmeberettigede vedtar det ved godkjenning av saklisten.

⁷ Vedtak om årsmøte innen mars måned er fastsatt av Idrettsstyret, jf. NIFs lov § 2-11 (8) siste setning.

§ 14 Ledelse av årsmøtet

Årsmøtet ledes av valgt dirigent. Verken dirigent eller valgt referent behøver å være medlem. Det kan velges flere dirigenter og referenter.

§ 15 Årsmøtets oppgaver

Årsmøtet skal:

1. Godkjenne de stemmeberettigede.
2. Godkjenne innkallingen, saklisten og forretningsorden.
3. Velge dirigent, referent, samt to medlemmer til å underskrive protokollen.
4. Behandle idrettslagets årsberetning, herunder eventuelle gruppeårsmeldinger.
5. Behandle idrettslagets regnskap i revidert stand.
6. Behandle forslag og saker.
7. Fastsette medlemskontingent på minst kr 100, og treningsavgift, eller gi gruppestyrene fullmakt til å fastsette treningsavgift for gruppens aktivitet.⁸
8. Vedta idrettslagets budsjett.
9. Behandle idrettslagets organisasjonsplan.
10. Foreta følgende valg:

Leder og nestleder.

5 styremedlemmer og 2 varamedlemmer.

Øvrige valg i henhold til vedtatt organisasjonsplan, jf. pkt. 9.

To revisorer.

Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.

Valgkomité med leder, to medlemmer og ett varamedlem.

Leder og nestleder velges enkeltvis. De øvrige medlemmer velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet, og ved skriftlig valg avgjøres rekkefølgen i forhold til stemmetall.

⁸ Årsmøtet kan fastsette en øvre grense for treningsavgiftens størrelse.

§ 16 Stemmegivning på årsmøtet

(1) Med mindre annet er bestemt i denne lov, skal et vedtak, for å være gyldig, være truffet med alminnelig flertall av de avgitte stemmer. Ingen representant har mer enn én stemme. Ingen kan møte eller avgi stemme ved fullmakt. Blanke stemmer skal anses som ikke avgitt.

(2) Valg foregår skriftlig hvis det foreligger mer enn ett forslag eller det fremmes krav om det. Hvis det skal være skriftlige valg, kan bare foreslåtte kandidater føres opp på stemmeseddelen. Stemmesedler som er blanke, eller som inneholder ikke foreslåtte kandidater, eller ikke inneholder det antall det skal stemmes over, teller ikke, og stemmene anses som ikke avgitt.

(3) Når et valg foregår enkeltvis og ingen kandidat oppnår mer enn halvparten av de avgitte stemmer, foretas omvalg mellom de to kandidater som har oppnådd flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

(4) Når det ved valg skal velges flere ved en avstemning, må alle, for å anses valgt, ha mer enn halvparten av de avgitte stemmer. Dette gjelder ikke ved valg av vararepresentant. Hvis ikke tilstrekkelig mange kandidater har oppnådd dette i første omgang, anses de valgt som har fått mer enn halvparten av stemmene. Det foretas så omvalg mellom de øvrige kandidater og etter denne avstemning anses de valgt som har fått flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

§ 17 Ekstraordinært årsmøte

(1) Ekstraordinært årsmøte i idrettslaget innkalles av idrettslagets styre med minst 14 dagers varsel etter:

a) Vedtak av årsmøtet i idrettslaget.

b) Vedtak av styret i idrettslaget.

c) Vedtak av styre eller årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd.

d) Skriftlig krav fra 1/3 av idrettslagets stemmeberettigede medlemmer.

(2) Ekstraordinært årsmøte innkalles direkte til medlemmene eventuelt på annen forsvarlig måte, herunder ved kunngjøring i pressen, eventuelt på idrettslagets internettside. Saklisten og andre nødvendige dokumenter skal enten følge vedlagt innkallingen eller være gjort tilgjengelig på idrettslagets internettside eller annen forsvarlig måte. I sistnevnte tilfeller skal det fremgå av innkallingen at saksdokumentene er gjort tilgjengelig på annen måte, og dokumentene skal være gjort tilgjengelige på innkallingstidspunktet.

(3) Ekstraordinært årsmøte er vedtaksført dersom det møter et antall stemmeberettigede medlemmer som minst tilsvarer antall medlemmer av styret iht. denne lov. Dersom det

ekstraordinære årsmøtet ikke er vedtaksført, kan det innkalles til årsmøte på nytt uten krav til minimumsdeltakelse.

(4) Ekstraordinært årsmøte i idrettslaget skal bare behandle de saker som er angitt i vedtaket eller i kravet om innkalling av det ekstraordinære årsmøtet.

(5) Ved innkalling i strid med bestemmelsen, avgjør det ekstraordinære årsmøtet hhv. under godkjenning av innkalling og godkjenning av saklisten, om det ekstraordinære årsmøtet er lovlig innkalt og om det er saker som ikke kan behandles.

§ 18 Idrettslagets styre

(1) Idrettslaget ledes og forpliktes av styret, som er idrettslagets høyeste myndighet⁹ mellom årsmøtene.

(2) Styret skal bl.a.:

a) Iverksette årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak.

b) Påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte i samsvar med de vedtak som er fattet på årsmøtet eller i overordnet organisasjonsledd, og sørge for at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen samt en forsvarlig økonomistyring.

c) Etter behov oppnevne komiteer/utvalg/personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for disse.

d) Representere idrettslaget utad.

e) Oppnevne ansvarlig for politiattestordningen.¹⁰

f) Oppnevne en ansvarlig (tillitsvalgt eller ansatt) for barneidretten.¹¹

(3) Styret skal avholde møter når lederen bestemmer det eller minst to av styrets medlemmer forlanger det.

⁹ Hovedstyret leder og forplikter laget. Dette innebærer at det er hovedstyret som kan foreta ansettelse og inngå evt. andre avtaler som forplikter idrettslaget juridisk. Hovedstyret kan imidlertid gjennom særskilt instruks eller vedtak gi idrettslagets gren-/gruppestyrer fullmakt til å forplikte laget innenfor instruksens/vedtakets rammer.

¹⁰ Gjelder for idrettslag som organiserer aktivitet for mindreårige og/eller personer med utviklingshemming.

¹¹ Gjelder for idrettslag som organiserer aktivitet for barn til og med fylte 12 år.

§ 19 Grupper og komiteer

(1) Valgkomiteen velges på årsmøtet på fritt grunnlag, etter innstilling fra styret, og skal legge frem innstilling på kandidater til alle øvrige tillitsverv som skal velges på årsmøtet. Medlem av valgkomité som selv blir kandidat til verv, plikter å tre ut av valgkomiteen.

(2) Idrettslagets årsmøte kan beslutte å opprette og nedlegge grupper, og hvordan disse skal organiseres og ledes. Dette vedtas i forbindelse med årlig behandling av idrettslagets organisasjonsplan, jf. § 15 pkt. 9.

(3) Dersom lagets årsmøte ved behandlingen av organisasjonsplanen har vedtatt å opprette grupper med gruppestyrer, gjelder følgende:

Hver gruppe skal ha et gruppestyre på minst tre medlemmer. Gruppestyret velges på årsmøtet. Gruppen foreslår kandidater til gruppestyret til valgkomiteen. Eventuelt kan årsmøtet gi hovedstyret fullmakt til å oppnevne gruppestyrer etter forslag på kandidater fra gruppen.

Gruppen avholder et årlig møte før årsmøtet i idrettslaget. Hovedstyret fastsetter en siste frist for avholdelse av det årlige møtet. Møtet innkalles av gruppestyret med minst én ukes frist.

Det årlige møtet skal:¹²

Behandle regnskap.

Behandle gruppens årsberetning.

Fastsette budsjett.

Fastsette eventuell årlig treningsavgift, jf. § 15 nr. 7.

Fremme innspill til årsplan for gruppens aktiviteter til hovedstyret.

Gruppestyret konstituerer seg selv, med mindre annet er besluttet av årsmøtet.

Grupper kan ikke inngå avtaler eller representere idrettslaget utad uten hovedstyrets godkjenning, jf. § 18.

¹² Dette er minimumsoppgaver for det årlige møtet, som også kan behandle andre saker, f.eks. å foreslå kandidater til gruppestyret til valgkomiteen, jf. (3) bokstav a).

V. ØVRIGE BESTEMMELSER

§ 20 Alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner etter kamp- og konkurranseregler, straffesaker og dopingsaker

For alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner etter kamp- og konkurranseregler, straffesaker og dopingsaker gjelder NIFs lov kapittel 11 og 12.

§ 21 Lovendring

- (1) Lovendring kan bare foretas på ordinært eller ekstraordinært årsmøte i idrettslaget etter å ha vært oppført på saklisten, og krever 2/3 flertall av de avgitte stemmer.
- (2) Lovendringer som følge av endringer i NIFs lov, trer i kraft straks. Lovendringer vedtatt av idrettslaget selv trer ikke i kraft før de er godkjent av idrettskretsen. Godkjenningen er begrenset til de bestemmelser som NIFs lov omfatter.
- (3) I forbindelse med godkjenningen kan idrettskretsen pålegge nødvendig endring for å unngå motstrid med NIFs regelverk.
- (4) Endringer i §§ 21 og 22 kan ikke vedtas av idrettslaget selv med mindre endringene følger av NIFs regelverk eller lovnorm.

§ 22 Oppløsning. Sammenslutning. Annet opphør

- (1) Forslag om oppløsning av idrettslaget må først behandles på ordinært årsmøte. Blir oppløsning vedtatt med minst 2/3 flertall, innkalles ekstraordinært årsmøte tre måneder senere. For at oppløsning skal skje må vedtaket her gjentas med 2/3 flertall.
- (2) Sammenslutning med andre idrettslag anses ikke som oppløsning av laget. Vedtak om sammenslutning og nødvendige lovendringer i tilknytning til dette treffes i samsvar med bestemmelsene om lovendring, jf. § 21.
- (3) Ved oppløsning eller annet opphør av idrettslaget tilfaller lagets overskytende midler etter avvikling et formål godkjent av idrettskretsen. Underretning om at idrettslaget skal oppløses, skal sendes til idrettskretsen 14 dager før idrettslaget holder sitt ordinære årsmøte for behandling av saken.

§ 23 Æresmedlemskap

Æresmedlemskap er Frei Fotballklubbs høyeste utmerkelse.

Utmerkelsen skal henge høyt, og kan bare tildeles personer som har vært aktive gjennom mange år.

Æresmedlemskap kan tildeles personer som har utført usedvanlig fortjenestefullt arbeid for klubben gjennom mange år, har lagt ned en spesielt stor administrativ innsats over lang tid, eller i en spesiell sak som har fått stor betydning for klubben.

Eller gjennom mange år, så vel sportslig som administrativt, har betydd svært mye for miljø, samhold og trivsel i klubben.

Styret skal til enhver tid kunne vurdere kandidater som kan utnevnes til æresmedlemmer på bakgrunn av forslag fremmet av medlemmer, inkludert tillitsvalgte.

Det er et samlet styre som utnevner æresmedlemmer.

Markering av utnevnelsen bør skje på et større arrangement eller i forbindelse med klubbens årsmøte.

Æresmedlemmer får et livslangt og gratis medlemskap i Frei Fotballklubb, og skal inviteres til jubileer og andre store tilstelninger i klubbens regi.

Den som utnevnes til æresmedlem skal motta et synlig bevis på utnevnelsen i form av et diplom og/eller hedersbevisning.

Det skal opprettes et arkiv over æresmedlemmene med begrunnelse for tildelingen. Oversikt skal finnes på klubbens hjemmeside. Innmelding gjøres også til idrettens systemer i det aktuelle forbund.

Utfyllende tekst til §23

Det normale er at æresmedlemskap tildeles for stor administrativ innsats. Bare i sjeldne tilfeller vil gode idrettsprestasjoner i seg selv være nok for å bli tildelt æresmedlemskap. I og med at æresmedlemskap skal henge høyt, vil selv ikke en formidabel innsats på det administrative plan i en avgrenset periode på for eksempel 10 – 12 år være nok for å bli æresmedlem. Ut fra dette vil det i praksis svært sjelden bli tildelt æresmedlemskap til personer under 40 år.

21.0 Vedlegg 2 – Rollebeskrivelser for styret

Rollefordeling Styret – Frei Fotballklubb

Tittel	Arbeidsoppgaver
Leder	<ul style="list-style-type: none"> - Innkaller og leder møtene i styret. - Leder styrets arbeid i den daglige driften av klubben. - Sammen med kasserer ansvarlig for økonomistyringen i klubben. - Ansvarlig for at styrets vedtak blir fulgt opp og iverksatt. - Skal påse at samtlige styremedlemmer utfører pålagte oppgaver. - Ansvarlig for at klubben til enhver tid har oppdaterte vedtekter. - Ansvarlig for kontakt med overordnet ledd i idrettsorganisasjonen, og at klubben er representert på kretstinget. - Ansvarlig for innkalling til klubbens årsmøte.
Nestleder	<ul style="list-style-type: none"> - Stedfortreder for leder. - Ansvarlig for informasjonsflyten mellom Sportslig utvalg og Styret. - Ellers definerte oppgaver, på samme måte som et ordinært styremedlem.
Kasserer	<ul style="list-style-type: none"> - Kasserer er sammen med leder ansvarlig for økonomistyringen i klubben. - Ansvarlig for regnskapsrapporteringen til styret. - Kasserer er ansvarlig for at det fremlegges et revidert regnskap for klubbens årsmøte. - Kontrollere alle inngående faktura og betale disse innen forfallsdato. - Ansvarlig for utsendelse av kontingenten, og oppfølging av klubbens rutiner for purringer. - Utfakturerer av sponsoravtaler og leie av klubbhus. - Sørge for at klubbens medlemslister til enhver tid er oppdatert. - Sørge for inn og utbetalinger ifm. cupavgifter.
Sekretær	<ul style="list-style-type: none"> - Føre protokoll fra alle styremøter. - Sende ut referat fra styremøter til samtlige styremedlemmer inkl. varamedlemmer. - Sørge for arkivering av alle styreprotokoller og årsmøtedokumenter. - Sørge for at post til klubben fordeles internt og besvares av rette vedkommende. - Sammen med styret utarbeide styrets årsberetning som legges frem for årsmøtet. - Ansvarlig for klubbens hjemmesider.
Sponsoransvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Lede og koordinere økonomiarbeidet – lede et evt. økonomiutvalg. - Koordinere budsjettarbeidet, gjennomføre i tråd med styre – og Årsmøte vedtak. - Rapportere på styremøter, foreslå tiltak hvis det er vesentlige avvik fra budsjettet. - Følge opp regnskapsfører. - Ansvar for ajourførte medlemslister, utfaktureringer og utbetalinger. - Økonomiutvalget skal sikre klubbens stabile inntektskilder.

Arrangements- ansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Overordnet ansvar for planlegging og gjennomføring av cuper. - Koordinere ulike typer arrangement i klubben, sammen med Sportslig Utvalg.
Kvalitetsklubb- ansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Er klubbens kvalitetssikrer og kontaktperson mot kretsen. - Sørge for at kvalitetsklubbsystemet følges opp av trenere, ledere og klubb. - Leder arbeidet med utviklingen av kvalitetsklubb - Ansvarlig for at klubben arbeider bevisst med verdi- og utviklingsarbeid.
Varamedlem	
Varamedlem	

22.0 Vedlegg 3 – Rollebeskrivelser sportslig utvalg

Rollebeskrivelser for Sportslig utvalg

- Det er naturlig at noen av utvalgets medlemmer innehar flere av disse rollene.

Tittel	Arbeidsoppgaver
Sportslig leder	<ul style="list-style-type: none">- Leder arbeidet til sportslig utvalg.- Innkaller og leder møtene.- Utvikling og oppfølging av det sportslige arbeidet i klubben.- Planlegger og leder lagledermøtene sammen med aktuelle medlemmer i utvalget tre ganger årlig.- Ansvarlig for FIKS.- Ansvarlig for overganger.- Kontaktperson mot KBK og NEAS-akademiet.
Treneransvarlig	<ul style="list-style-type: none">- Hovedansvarlig for at klubbens sportsplan blir fulgt av trenerne på feltet.- Følge opp klubbens trenere – en "trener for trenerne".- Skal "stille spørsmål" til gjennomføringen på feltet, i stedet for å komme med "fasitsvar".- Følger opp hospiteringsordninger sammen med spillerutvikler.- Ansvarlig for klubbens trenerkabal og rekruttering av nye trenere/lagledere til lagene.- Hovedansvarlig for å følge opp lagene i barnefotballen.
Spillerutvikler	<ul style="list-style-type: none">- Sørge for at klubbens sportsplan blir fulgt av trenerne på feltet. Opprettholde en "rød tråd".- Ha kjennskap til og følge opp klubbens spillere som er representert på NEAS- og kretstiltak.- Være en kontaktperson for spillere i klubben som ønsker råd/veiledning.- Skal sammen med lagets trenere ta seg av innstilling til NEAS-akademiet.- Sørge for at gode hospiteringsløsninger blir iverksatt og gjennomføres som avtalt.- Være "synlig" for trenere/spillere.- Hovedansvarlig for å følge opp lagene i ungdomsfotballen.
Dommeransvarlig	<ul style="list-style-type: none">- Ha oversikt over alle klubbens dommere på ulike nivåer (klubb-, rekrutt- og kretsdommer)- God kontakt med klubbens dommere og fotballkrets.- Ansvar for rekruttering og oppfølging av klubbens dommere.- Sette opp dommere til kamper som ikke styres av kretsen.- Heve dommernes status i klubben.- Arrangere klubbdommerkurs

Rekrutteringsansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Sender ut informasjon til skolene ved oppstart for nye årskull. - Innkaller og leder foreldremøte i forbindelse med oppstartstrening. - Hjelper nye trenere/lagledere i gang i oppstartsfasen. - Ansvarlig for klubbens rekrutteringsplan.
Utdanningsansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Kjenne til NFFs kurstilbud. - Tilrettelegge for og motivere til kursing av klubbens trenere/ledere/dommere. - Ajourføre fullførte utdanningsgrader for klubbens medlemmer. - Utarbeide en skoleringsplan i henhold til krav for kvalitetsklubb. - Kontaktledd for utdanningstilbud mellom krets og klubb.
Kvalitetsklubbansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Leder klubbens arbeid med kvalitetsklubbprosjektet. - Er klubbens kvalitetssikrer og kontaktperson mot krets. - Ansvarlig for at kvalitetsklubbssystemet følges opp av trenere, ledere og klubb. - Ansvarlig for at klubben arbeider bevisst med verdi- og utviklingsarbeid.
Jentefotballansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Ansvarlig for at det fokuseres på jentefotballen i klubben. - Skal fronte jentelagene inn mot sportslig utvalg/styret/klubb. - Generell oppfølging av jentelagene i klubben.
Fair-Play ansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Ansvarlig for at Fair-Play er og forblir et fokusområde i klubben. - Fronte klubbens verdisyn ut i praksis. - Synliggjøre klubbens Fair-Play-fokus i sportsplan og på klubbens anlegg. - Bistå trenere/lagledere ved konkrete episoder. - Sørge for at lagene forholder seg til klubbens rutiner for kampavvikling (kampvert, etc).
Banedisponering og påmeldinger cuper/seriespill	<ul style="list-style-type: none"> - Skal ha den fulle oversikt over klubbens treningstider og kamper. - Ansvarlig for at dialog knyttet til ledige treningstider formidles videre til alle. - Setter opp treningstider og kamper. - Organiserer leie av minibuss til bortekamper. - Ansvarlig for påmeldinger til lokale cuper og seriespill.
Politiattestansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> - Ansvarlig for å innhente politiattester for alle klubbens frivillige som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. - Politiattest skal bare fremvises, ikke lagres. Politiattestansvarlig journalfører dette.

23.0 Vedlegg 4 – Kampvert

KAMPVERT, FREI FOTBALLKLUBB

Kampvertens oppgave er å bidra til en god ramme rundt kampen preget av Fair play. Kampverten har på gul eller svart vest merket kampvert og tar med foreldrevettkort (begge finnes i hylla innenfor døra til hjemmegarderoben).

Før kampen: Sørg for at garderober blir låst opp (gjøres av trener/lagleder), sjekke at garderober, banen og mål er i orden. Sette ut cornerflaggene når det er 11'er-kamper. Ønske velkommen begge lag og dommer(e). Oppfordre til at tilskuere plasserer seg på motsatt side av lagene eller på tribunen, og står godt utenfor sidelinjen. Bistå hjemmelagets trener i å avholde Fair play-møtet før kamp. Bistå i å organisere Fair play-hilsen før kampstart mellom spillerne og dommeren. Ha kunnskap om hvor klubbens hjertestarter er og ha en telefon for å ringe 113 om nødvendig.

Under kampen: Støtte dommeren og påse at reaksjoner mot dommeren er innen rimelighetens grenser. Prate med dommeren i pausen. Oppfordre til gode og positive tilrop fra foreldre/tilskuere, og ta kontakt hvis det går over streken. Påse at tilskuere står godt utenfor sidelinjen. Oppfordre til positivitet fra trenere/lagledere, både mot spillere og dommer.

Etter kampen: Bistå i å organisere Fair play-hilsen. Takke begge lags trenere og dommer(e) for kampen. Rydde rundt banen (be gjerne om hjelp til det), ta inn cornerflaggene. Se til at garderoberne er ryddet og blir låst.

Miniturneringer: Det kan være lurt å ha flere kampverter ved miniturneringer, hvor en har hovedansvaret. Ta på kampvertvester (skal ligge i en kurv merket kampvert i hjemmegarderoben). Utstyr dere med Foreldrevettkort (skal finnes i en kurv/boks i hjemmegarderoben, også i kiosken). Kampverten(e) må gjøre seg kjent med hvor klubbens hjertestarter er og utstyre seg med telefon for å kunne ringe 113. Kampverten(e) skal hjelpe trenere/lagledere med å gjøre klar baner. Kampverten(e) skal ta imot gjestende lag, trenere/lagledere og dommere. Bistå til Fair play-hilsen før og etter kamp. Under kampene må kampverten(e) se til at tilskuerne ikke oppholder seg på samme side som trenerne, og et godt stykke utenfor sidelinjen. Kampverten(e) skal støtte dommerne og påse at reaksjoner mot dommer er innen rimelighetens grenser. Oppfordre til positivitet fra trenere/lagledere, både mot spillere og dommer.

www.freifotball.no