

**KLUBBHÅNDBOK**

**FOR**

**Klatregruppa i Bø**



Oppdatert 19.11 2020

av: Sigrun Ente og Una Flaata

# Veileder for klubbhåndbok

- Klubbhåndboka skal fungere som et verktøy for alle medlemmer i klubben. Klubbens ønsker og målsetninger, ansvarsoppgaver og retningslinjer er noe av det som skal være beskrevet i dokumentet.
- Håndboka skal jevnlig oppdateres, i samsvar med endringer som forekommer i klubbens virksomhet.
- Klubbhåndboka vedtas av styret og ikke av årsmøtet. Da kan den oppdateres i løpet av året.
- Forsiden skal vise dato for siste oppdatering.
- Håndboka legges ut elektronisk, det settes inn lenker til tekst som er interessante for de enkelte målgruppene i klubben.
- Tilbakemeldinger og kommentarer til Klubbhåndboka tas gjerne imot, sendt til: [klatregruppa@yahoo.no](mailto:klatregruppa@yahoo.no)

## **Klubbinformasjon**

Klubbnavn:	Klatregruppa i Bø
Stiftet:	29.10.2018
Idrett(er):	Klatring
E-postadresse:	klatregruppa@yahoo.no
Internettadresse:	<a href="https://klatregruppa.com">https://klatregruppa.com</a>
Organisasjonsnummer:	921227000
Bankforbindelse:	Sparebank 1
Medlem av:	Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Tilknyttet:	Norges klatreforbund (Særforbund) (særkrets(er), idrettskrets)

# **Innhold**

<b>Klubbinformasjon</b>	<b>3</b>
<b>Innledning</b>	<b>6</b>
Klubbens historie	6
Verdier	7
Visjon	7
Hovedmål	7
<b>Organisasjon</b>	<b>9</b>
Organisasjonsplan	9
Årsmøtet	9
<b>Ansvarsoppgaver:</b>	<b>11</b>
Styrets oppgaver	11
Styrets arbeid	12
Rolleavklaring i Styret: (2020)	12
<b>Utvalg/komiteer</b>	<b>14</b>
Arrangementskomite	15
Anleggskomite	16
Daglig drift og vedlikehold	17
Kommunikasjon	17
Arrangement	17
Nyt Anlæg	18
Skrueinstruks	18
Barneklatringskomite	19
Sikkerhetskomité	19
Valgkomite	19
Revisorer	20
<b>Klubbens lov og retningslinjer</b>	<b>20</b>

Retningslinjer i klubben	20
Info og regler ved bruk av buldrerrommet:	20
<b>Medlemskap</b>	<b>21</b>
<b>Klubbens aktivitetstilbud</b>	<b>22</b>
Aktiviteter som tilbys i klubben:	22
Aktivitetsplan/terminliste	22
Barne- og ungdomsidrett	22
Forelder/foresattes rolle	23
Retningslinjer	23
Forsikring	23
Reise i regi av klubben	23
<b>Klubbdrift (ikke utarbeidet)</b>	<b>23</b>
Årshjul (må arbeides med 2020)	24
Medlemshåndtering	24
Dugnad og frivillig arbeid	24
Info om dugnad:	24
Politiattester	25
Klubbens antidopingarbeid (ikke bearbeidet)	26
Kommunikasjonsstrategi og rutiner	26
Kommunikasjonskanaler	<b>26</b>
Økonomi	28
Forsikringer	29
Plan for kompetanseheving, ferdigheter og holdninger	30
<b>Maler og eksempler</b>	<b>31</b>

## **Innledning**

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

Klubbhåndboka er en del av Klatregruppa i Bø sin HMS plan og internkontroll.

Klubbhåndboka er laget av styret etter innspill fra komiteer, utvalg, instruktører, foreldre og andre medlemmer i klubben. Håndboka er et arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøvere, foreldre, styret, komiteer, utvalg, trenere i klubben vår.

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

### ***Klubbens historie***

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

- Hvorfor ble klubben stiftet?
- Hva er de viktigste tingene klubben har oppnådd den tiden den har eksistert – noen historiske milepæler?

### **Hvilke aktiviteter har klubben drevet med?**

Klubben har tidligere drevet med fellesklatringer ute og inne både med tau, buldring og buldrecuper. Det har vært kurs i klatreteknikk, i sportsklatring, tradisjonell klatring, utvikling av klatrefelt i området, barneklatring, Ballesteinsfestivalen og det har vært arrangert fellesklatringer/samlinger med stort fokus på sosialt felleskap. For utenom arrangementer med fokus på klatreaktiviteten har det vært arrangert nyttårsfester, sommerfester, filmkvelder og foredrag med fokus på kompetanseutvikling og sosialt fellesskap i klubben.

### **Hva har klubben vært mest opptatt av frem til i dag?**

Klubben har vært opptatt av å fremme klatreglede og tilby en samlingsplass for det lokale klatremiljøet og studentene ved Høgskolen i Bø i Telemark. Ønsket har vært å tilby en plattform for klatreaktiviteter, sosialt samvær og kompetanseutveksling med ulike arrangementer ute og inne.

## **Verdier**

Klatregruppa i Bø baserer sin aktivitet på felles vedtatte aktivitetsverdier for norsk idrett:

Idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

Klubben vår drives etter idrettens organisasjonsverdier: Frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Ut fra fellesverdiene i norsk idrett, har Klatregruppa i Bø tydeliggjort hva som skal prege klubben vår. Verdiene beskriver hvordan vi er og hvordan vi vil bli.

### **Bø klatreklubb sine verdier: klatreglede, fellesskap, trygghet**

Verdiene skal hjelpe oss til

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

## **Visjon**

Bø klatregruppe sin visjon: **Klatring skal være for alle!**

*Foreningen har til formål å fremme klatreglede og tilby en samlingsplass for det lokale klatremiljøet i Bø i Telemark.*

*Formålet skal oppnås gjennom å tilby en plattform for klatreaktiviteter for store og små, sosialt samvær og kompetanseutveksling.*

Dette er drømmen vår og et bilde av den fremtiden vi ønsker for klubben. Visjonen forteller hvorfor folk er med og gjør en innsats for akkurat vår klubb. Den sier hva vi skal strekke oss etter og skape sammen. For at visjonen skal kunne omsettes til handling, kreves det god kommunikasjon, samspill og samarbeid mellom medlemmer og med lokalsamfunnet.

## **Hovedmål**

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

Hovedmålet til Klatregruppa i Bø:

- skape et aktivt klatremiljø
- skape et godt og trygt sosialt felleskap for alle medlemmer
- bidra til idrettsglede i lokalsamfunnet
- øke kompetansen til frivillige og instruktører i miljøet

Målene nåes gjennom:

- ulike fellesarrangementer
- ha et aktivt buldrerom med kontinuerlige nye ruter og arrangementer
- organisere og tilrettelegge for barne- og ungdomsklatring både i buldrerrommet og ute
- aktivisere foreldre/foresatte i klubbvirksomheten
- gi rom for å delta på dugnader og arrangementer med erfarne klatrere
- arrangere kurs, eller delta på kurs

### **Delmål 2020:**

1) Arrangere jevnlig klatrearrangementer:

- fellesklatringer i buldrerrommet
- buldrecup
- Fellesklatring ute, tau og buldring
- fortsette med barne/ungdomsklatring

2) Andre arrangementer:

- reel rock
- foredrag
- nyttårsfest
- sommerfest
- minst et medlemsmøte i året, utenom årsmøte, hvor det er muligheter til å komme med innspill.

3) organisasjonsarbeid/admin.

- aktivisere frivillige i miljøet
- kompetanseheving + instruktørkompetanse i miljøet
- kontinuerlig arbeid med HMS
- fortsette med et bærekraftig system for økonomi (budsjett og regnskap)
- videreutvikle et bærekraftig system for medlemsregistrering og rapportering



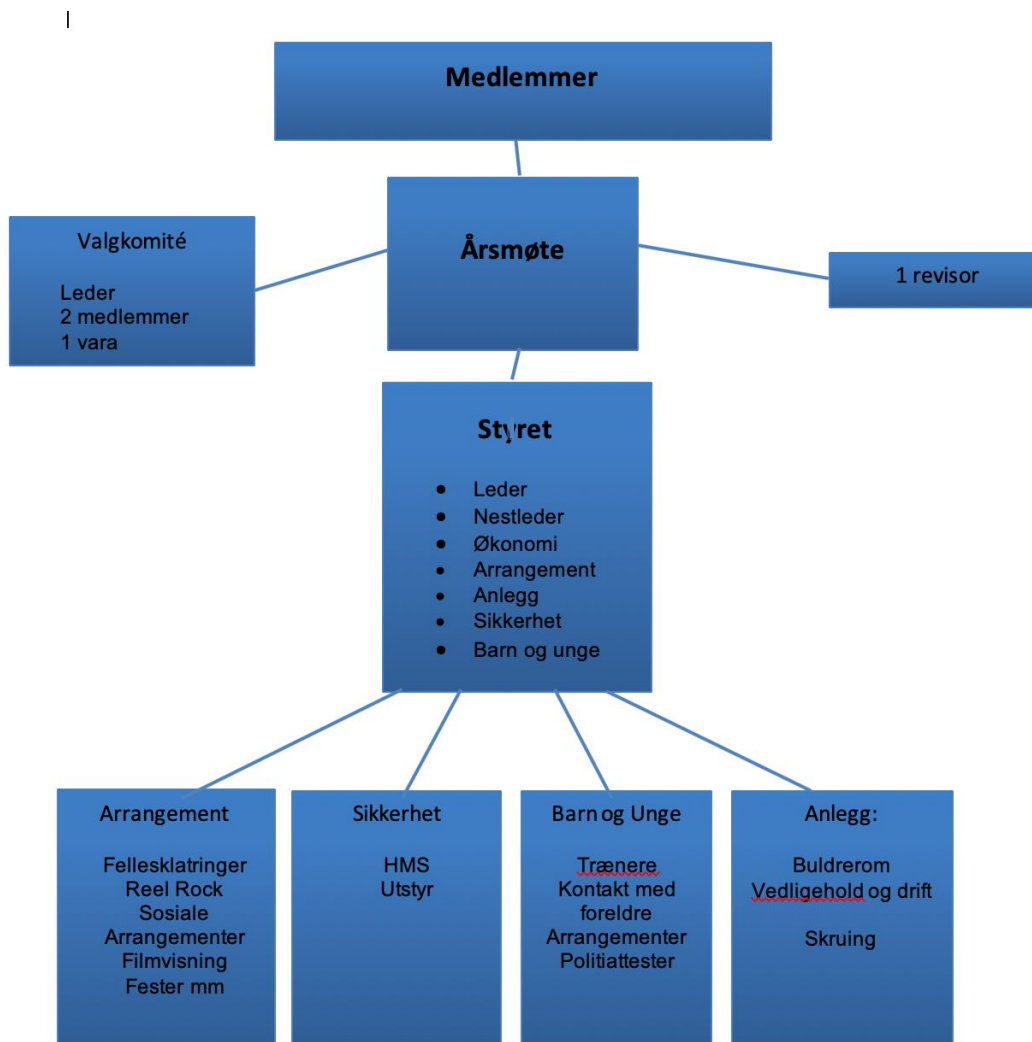
- Få gode systemer for informasjonsdeling på internettside og annet media

## Organisasjon

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

### Organisasjonsplan

Organisasjonskart 2020:



### Årsmøtet

Se lover for årsmøtet her: [Lovnormer](#)

## **Ansvarsoppgaver:**

### ***Styrets oppgaver***

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

Foreningen har et styre på minimum 3 personer og maksimum 7. Styret skal holder møte når styreleder eller et flertall av styremedlemmene forlanger det. Det skal etterstrebtes å ha lik kjønnsfordeling blant styremedlemmene.

Lovpålagte oppgaver for styret:

- Sette i verk årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak
- Etter behov oppnevne eventuelle komiteer, utvalg eller personer som skal gjøre spesielle oppgaver, og utarbeide instruks for disse
- administrere og føre nødvendig kontroll med foreningens økonomi i henhold til gjeldende instruks og bestemmelser.
- representere foreningen utad
- styret kan fatte vedtak når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av det samlede styret.
- Oppnevne en som er ansvarlig for politiattester

Andre viktige oppgaver:

- Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap
- Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i idrettslaget blir fulgt
- Stå for idrettslagets daglige ledelse
- Legge frem innstilling til årsmøtet på kandidater til valgkomité
- Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere idrettslagets konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
- Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
- Oppdatering av klubbhåndboka

Styremedlemmene kan velges til spesifikke oppgaver som kasserer eller sekretær på årsmøtet, eller styret kan selv fordele oppgavene. Fordeling av årets roller

### ***Styrets arbeid***

**Hvor ofte har styret møter?**

Styret skal holde møte når styreleder eller et flertall av styremedlemmene forlanger det. Det bør etterstrebes å ha minst 2 styremøter i semesteret.

Møtene holdes på et egnet sted for samtale og diskusjon. Dette kan variere og vil komme frem i møteinnkallingen fra styreleder. Styremøter kan avholdes per e-post eller per telefon, se lovnorm § 10. Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene. Protokollene legges ut på:

<https://klatregruppa.com/arkiv/>

### **Hvordan gjennomføres møtene?**

- Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres. Om inhabilitet, se lovnorm § 9.
- Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende.  
Styremedlemmene plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot vedkommendes egen stemme.
- Ordstyrer avklares i starten av møtet
- gjennomgang av referat fra forrige styremøte
- ta opp aktuelle saker
- gjennomgang av saker fra årsmøte, oppfølging av arrangementer, medlemmer, økonomi og hms-arbeid etc.

### ***Rolleavklaring i Styret: (2020)***

#### **Leder**

- Kalle inn til Styremøter
- Forberede saker/dagsorden
- Sørge for at noen skriver protokoll på møter
- Organisere styrearbeidet
- Sørge for utkast til årsberetning
- Skape et samarbeidsklima som oppleves trygt
- Formulere klare konklusjon og sørge for oppfølging av hvem som gjør hva
- Mål- og strategiarbeidet i klubben
- Er klubbens ansikt utad og klubbens representant i møter og forhandlinger
- E-post: Sjekke mail, svare på relevante mails

### **Nestleder og nettansvarlig**

- Step in for leder
- Nettside
- Arkivering
- Sekretær/Referent
- Sørge for at det blir en gjennomgang av referat fra forrige styremøte
- Kompetanseheving
- Frivillig-liste; instruktører, trenere, sikrere
- politiattester i samspill med barneklatringsansvarlig
- To do liste for styrerepresentanter og evt. komiteer.
- E-post: Sjekke mail, svare på relevante mails

### **Økonomiansvarlig**

- Regnskap
- Betale regninger
- Budsjett
- Medlemsansvarlig
- Idrettsregistreringen
- Forsikringer
- E-post: Sjekke mail, svare på relevante mails

### **Arrangement-representant**

- Legge ut arrangementer på facebookssidene evt. andre mediekanaler.
- Lage og oppdatere terminliste
- Regnskap for arrangement
- Bindeledd mellom styret og arrangementkomiteen
- E-post: Sjekke mail, svare på relevante mails

### **Anleggsrepresentant**

- Leder i anleggskomiteen
- Regnskap for anlegg

- Ansvar for drift av buldrerrommet og evt. andre anlegg.
- Oversikt over ruter/bestigninger
- Bindeledd mellom styret og anleggkomite
- E-post: Sjekke mail, svare på relevante mails

### **Sikkerhet**

- Ansvar for utstyr og loggføring
- HMS

### **Barneklatring**

- Bindeledd mellom styret og barneklatring
- Regnskap for barneklatring
- Oversikt over trenere og frivillige sikrere
- Ta imot politiattester fra trenere
- Kommunikasjon med deltakere (foreldre)
- Ansvar for HMS-plan for Barne- og ungdomsklatring
- Vedlikeholde ressursbank
- Sørge for at det søkes om midler

### **Utvalg/komiteer**

Mandat og oppgaver for utvalg/komiteer som er lovpålagte, går frem av klubbens lov. Det gjelder valgkomité og valgt revisor.

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

#### **Komitedrift:**

Komiteene har noen retningslinjer i form av "gjentagene" oppgaver som kreves for å holde klubbvirksomheten i gang, utover dette står komiteene fritt til å finne på ting som bidrar til klubbens drift innenfor budsjettets rammer. Etter årsmøte får komiteene et utkast til budsjett ut i fra fjorårets regnskap (som blir godkjent av medlemmer på årsmøtet). Komiteene møtes hver for seg for å lage et

mer detaljert budsjett ut i fra årets behov og ønsker som medlemmer formidler på årsmøtet. Dette budsjettet sendes så inn til styret innen en måned etter årsmøtet for godkjenning.

Hver komite har en komiteleder som har ansvar for økonomien/regnskapet, og har en egen konto disponibel. Kvitteringer og fakturaer skal legges inn i regnskapsprogrammet til Klubben (økonomiansvarlig har ansvar for for det totale regnskapet).

### ***Arrangementskomite***

Arrangementskomite 04/11/2020

Arrangementkomiteen er ansvarlig for å:

- Lage terminlista for starten av semesteret. Det vil si å sette dato for alle arrangement: fellesbuldring inne (en gang i uke), fellesklatring ute (en gang i uka når været tillater det), buldercupene (en gang hver 1 eller 2 måned), årsmøtet (innen 31. Mars), andre ekstraordinære arrangement og ulike kurs tilbud.
- Koordinere arrangementer: Det betyr å finne ressurser og frivillige som vil stille seg som ansvarlig for hver arrangement. Komiteen skal også kommunisere med den ansvarlige (angående antall hjelpere, transport av utstyr, værforhold, osv).
- Koordinere de ekstraordinære arrangement og kurs. Det betyr å sikre en god kommunikasjon mellom de involverte aktørene og at opplegget skjer med best mulig forhold. Det innebærer også å finne rom/lokale til å holde årsmøtet, event, fest, osv.
- Reel Rock (vanligvis på høsten). Det innebærer å bestille filmen, finne et lokale (KroA), finne 1 eller 2 talere, sponsor (med hensyn til gaver for loddtrekning), og koordinere hele arrangement.
- Organisere et medlemsmøte i året i samsvar med styret, eventuelt i kombinasjon med en filmvisning i etterkant.
- Tilrettelegge for god kommunikasjon mellom frivillige (Facebook chat: "KGB crew", "styret" "Let's climb")
- Historisk sett har de ekstraordinære arrangement vært: Reel Rock, Nyttårsfest og nylig klatrehelgen (mai) og klatredagen (august).
- Bruke fantasien og friheten til å finne på gode idéer innenfor budsjettetsrammer.
- Lage Facebook-event i samarbeid med de andre styremedlemer

### **Utdanning og kurs**

Arrangering av kompetansehevende kurs foregår i samarbeid med nestleder og skal godkjennes av styret før det arrangeres. Dette for å sikre at klubbens behov for økt kompetanse og sikkerhet blir ivaretatt).

Klubben ønsker å gi muligheter for å ta kurs eller utdanning gjennom klubben. Vi mener det er viktig at klubben kan bidra til kompetanseheving for trenere, ledere og andre tillitsvalgte, slik at de kan utvikle seg i den jobben de skal gjøre. Men vi ønsker også å kunne tilby kurs for våre medlemmer.

Vi forsøker å holde oss oppdatert på:

- Hvilken intern opplæring eller hvilke kurs kan vi tilby i egen klubb?
- Hvilke kurs fra kretsen eller forbundet kan vi tilby gjennom klubben?

Det vil komme informasjon om kurs på nettsidene våre og på facebookgruppa til klubben. Vi tar gjerne imot forslag og ønsker fra dere medlemmer.

Les mer

<https://klatring.no/utdanning>

## ***Anleggskomite***

Anlægskomiten 2020

Anlægskomiteen er ansvarlig for Klatregruppa sine anlegg, hvilket er buldrerrommet på Nr. Fitness på Sandavegen i Bø.

Buldrerrommet er under aftale en del af træningscenteret Nr. 1 Fitness. Dette betyder at alle tilknyttede faciliteter (omklædning, toiletter, indgang mm.) drives af Nr. 1 Fitness. Klatregruppa lejer og er ansvarlig for buldrerrommet og et lagerlokale. Al byg og inventar i disse rum ejes af Klatregruppa.

Anleggskomiteens ansvar for buldrerrommet kan groft inddeles i tre hovedområder.

### **Daglig drift og vedligehold**

Anleggsudvalget har ansvaret for at buldrerrommet holder en standard på både mulighed for klatring, vedlige- og renhold. Dette indebærer:

- Generelt vedligehold og reparation af væg og inventar (skifte klomuttere, ødelagte plader, reparere madrass mm)
- Skruer i alle vanskelighedsgrader med jævnlig udskiftning (Se instruks for skruing)

- Rengøring på buldrerrommet
- Holde orden og system på klatretak, bolter, værktøj mm.
- Vask af klatretak ved behov
- Indkøb af tak, værktøj og diverse
- Skabe et trygt miljø for klatring i buldrerrommet gennem proaktivt HMS arbejde (Se HMS-plan Buldrerrom)

## **Kommunikation**

Buldrerrommet bruges af mange, og det skal være enkelt for brugerne at få tilgang til den information de behøver for at kunne bruge buldrerrommet. Det skal ligeledes være enkelt for brugerne at viderebringe information, forslag mm. til anlægssudvalget.

- Kontakt og opretholdelse af godt lejeforhold med Nr. 1 Fitness
- Kontakt og informationsdeling med buldrerrommets brugere ang. ændringer i åbningstider, nye tilbud mv.
- Kontakt med arrangementskomité og skrueteam ifbm. konkurrencer
- Fungere som bindeled mellem styret i klatregruppa og buldrerrommets brugere og viderebringe ideer, akutte behov mv.
- Engagere brugerne af buldrerrommet gennem dugnad ifbm. vask, skruing og vedligehold
- Holde kontakt til lokalmiljøet ang. udbygning og muligheder for at udvide eksisterende anlæg
- Opretholde gode forhold til samarbejdspartnere ang. indkøbsaftaler (VPG mfl.)

## **Arrangement**

Anlægsskomiteen har i samarbejde med arrangementskomiteen ansvar for planlægning og afvikling af buldrecups og andre arrangementer i buldrerrommet. Dette indebærer

- Planlægning af arbejdsprocessen fra start til slut (indkalde folk, holde rommet stengt for skruing mv.)
- Engagering af skruere og frivillige
- Nedskruing og vaskning af tak
- Evt. reparation eller andet forefaldende arbejde for at udnytte arbejdsstyrken
- Skruing af konkurrencebuldre (Se skrueinstruks)
- Holde løbende kontakt med arrangementskomiteen\*
- Udfylde evalueringsskema efter afholdt arrangement.

*\*I arrangering af buldrecups er Arrangementskomiteen ansvarlig for annoncering og afholdelse.*



## Nyt Anlæg

I tillæg til driften af buldrerrommet har anleggsudvalget påbegyndt planlægningen opførelsen af et nyt klatreanlæg. Dette er et større projekt med endda uspecificerede detaljer.

## Skrueinstruks

For skruing på buldrerrommet er det på nuværende tidspunkt følgende retningslinier:

- Alle klatregrep skal skrues i væggen med korrekte bolter eller skruer. Større klatretak der har tendens til at spinne skal sikres med støtteskruer.
- Klomutterne i væggen er slidte og nogle ødelagte. Man må derfor være forsigtig når man skruer op tak. Det anbefales at påbegynde inskruingen med lavt moment, eller bruge håndværktøj. Bliver et tak siddende fast (spinner), skal dette markeres.
- Buldre skal skrues i samme serie eller farve. Dette er for at gøre rummet mere overskueligt og ikke mindst indbydende for nye klatrere.
- Alle tak der indgår i et bulder skal markeres med teip og nr. Start og slut markeres med V.
- Makroer på væggen indgår i alle buldre.
- Buldre skal skrues færdige og markeres før man forlader rummet.
- Ved skruing skal der tages hensyn til at antallet af ruter i rummet er begrænset af rummets størrelse. Det er derfor vigtigt at der skrues forskellige type buldre i alle vanskelighedsgrader.

Bagvæggen med klatregruppas logo er "Kaosvæg" som er knyttet sammen med Appen "Stökt" og her er det ikke tilladt for andre end anleggskomiteen at ændre på takene. Væggen vil blive skruet om 1-2 gange i året.

## Graderingsskalaen i buldrerrommet

- ★ Orange: Barneruter
- ★ Grønn: Lett
- ★ Blå: 5-5+
- ★ Gul: 6A-6B
- ★ Rød: 6B+-6C+
- ★ Sort: 7A -

Ved skruing i buldrerrommet følges NKF's *Arbejdsinstruks for rutesettere*.

## ***Barneklatringskomite***

Komitéen 2020

Barneklatringskomiteen er klubbens barneidrettsansvarlige. Komiteen er ansvarlig for sikker organisering av Klatregruppens aktivitetstilbud rettet mot barn og unge. Dette innebærer:

- sikre gode rutiner rundt påmelding, planlegging, informasjonsspredning og organisering av de enkelte arrangementene
- sørge for at vi har trenere med rett utdanning som er kjent med vår HMS-plan
- godkjenne og notere trenernes politiattester i samspill med nestleder
- sørge for at det blir skrudd ekstra tak til barn i etterkant av buldrecup

## ***Sikkerhetskomité***

### **Sikkerhet og HMS:**

- Oppdatering og oppfølging på Hms-plan
- Være kontaktperson for utefelt. Sørge for at meldinger om problemer ved felt ute følges opp og at problemene utbedres.
- Arrangere dugnad for å utbedre HMS for enkelte felt.
- Sjekke utstyr regelmessig. Sørge for at klubbens utstyr sjekkes minst 2 ganger årlig. Fjerne utstyr fra skapet som ikke er i forsvarlig stand.
- Føre loggbok av klubbens utstyr som viser antall, innkjøpsdato, stand og dato for kontroll.

## ***Valgkomite***

– krever gjennomgang av Styret i Bø klatreklubb (her: 3.11.2020)

## ***Revisorer***

Der skal være en person utenfor styret(må gerne være medlem i klatregruppen), som fungerer som revisor. Denne revision skal ske før årsmøde og være underskrevet af personen. Ansvarlig for å finne revisor er økonomiansvarlig sammen med resten av styret.

## **Klubbens lov og retningslinjer**

Regler og retningslinjer for klubbens medlemmer og instruktører står beskrevet i [HMS plan](#). Dette ligger tilgjengelig på klubbens nettside: <https://klatregruppa.com/>

Vi forholder oss til allmenne lovverk og til [NIF sine lovnormer](#). Klatregruppa i Bø sine lover står beskrevet her: [Lovnorm for klatregruppa i Bø](#)

Alle lovendringer må vedtas av årsmøtet og godkjennes av klubben.

### ***Retningslinjer i klubben***

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

### ***Info og regler ved bruk av buldrerrommet:***

1. Du må være medlem av klatregruppa eller betale for medlemskap for bruk av buldrerrommet hos Nr1 (Se «klatregruppa i Bø» på facebook eller [www.klatregruppa.com](http://www.klatregruppa.com))
2. For å benytte deg av buldrerrommet etter Nr1's åpningstid, MÅ det anskaffes nøkkelkort
3. Det er IKKE lov til å slippe inn folk som ikke er medlemmer, (uten at de betaler drop-in billett) samt folk som ikke har nøkkelkort etter stengetid.
4. Ha på klær når du beveger deg på utsiden av buldrerrommet
5. Sko skal plasseres på skohylla i 1.etg
6. Sekker/bagger plasseres i skap i garderoben. Disse kan låses med Nr1's nøkkelkort.
7. Ha på rent tøy når du klatrer, vi får ofte klager pga. vond lukt
8. For å unngå skader og ulykker er det viktig å vise hensyn til andre klatrere. Ikke stå under/i veien for en som er på en rute. Spør om noen kan spotte deg og tilby andre spotting.
9. Forlat alltid rommet litt mer ryddig enn da du kom.
10. Det er ikke lov med rusmidler på våre klatrearrangementer eller i våre anlegg.

### ***Når du skruer nye ruter:***

Det er åpent for alle å skru nye ruter i buldrerrommet. Har du aldri skrudd ruter før, snakk med noen i skrueteamet og få en kort introduksjon, slik at det blir gjort riktig. Hvis det blir skrudd feil, kan det gå ut over bla. jengene i veggen, som krever mye å få fikset.

1. Bolter, klatretak og teip finner du bak veggen
2. Pass på at du bruker riktige bolter (Se bilde på døra)
3. Unngå å endre på ruter som allerede er etablerte. Om det blir gjort, ved avtale, ta ned all taip på den ruten.
4. Når du er ferdig med å skru opp en rute, rydd unna tingene og hold det ryddig bak veggen!

5. Teip opp den nye ruten tydelig, med rett type teip ift. vanskelighetsgrad
6. Skruur du en hard rute, ”må” du skru en enkel rute i tillegg
7. Ikke skru inn noe som ikke går lett inn. Når bolten sier nei, så betyr det nei!

## Medlemskap

For at blive medlem er det blot at gå ind på Klatregruppas hjemmeside, der findes al nødvendig information.

<https://klatregruppa.com/membership/>

## Medlemskontingent

Medlemskontingenten som er vedtatt (årsmøte 2020)

- Medlemskontingent: 100kr

Dette er grundet vi skifter system til Minldrett. Træningsavgifterne kommer i tillegg og betales for et kalender år. Vedtatt på styremøte 2020 at Styret har mandat til å fastsette treningsavgifter.

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis. Kontingenten skal betales for hvert enkelt medlem.

Andre avgifter/egenandeler kan kreves for deltakelse i lagets aktivitetstilbud. Det kan være treningsavgifter for de ulike aktivitetene, inngangspenger ved arrangementer eller egenandeler i forbindelse med deltakelse i konkurranser og på kurs. Slike avgifter trenger ikke årsmøtevedtak.

## Klubbens aktivitetstilbud

### ***Aktiviteter som tilbys i klubben:***

- ukentlige fellesklatringer i buldrerrommet på Fitness 1 og ulike steder ute
- buldrecuper
- nyttårsfest
- sommerfest
- andre sosiale arrangementer/samlinger
- instruktørsamlinger
- evt. kurs som teknikk-kurs, instruktørkurs

Klubbensaktivitetstilbud vil være tilgjengelig på klubben sin nettside:

<https://klatregruppa.com> og klubbens sin facebook gruppe og side:

<https://www.facebook.com/groups/150073668547/>. Følg med her for oppdateringer.

### ***Aktivetsplan/terminliste***

Arrangementer vil bli lagt ut på facebookgruppen til Klatregruppa i Bø. Følg med der.

- Side: <https://www.facebook.com/Klatregruppa-i-Bø-507051689379281/>
- Gruppe: <https://www.facebook.com/groups/150073668547/>

### ***Barne- og ungdomsidrett***

Klatring er en aktivitet for alle, uansett alder. Derfor ønsker klatregruppen å tilby klatring for barn og unge under trygge og organiserte rammer!

Vi vil fra høsten 2019 tilby klatring og buldring for barn og unge gjennom ukentlige arrangementer. De vil være for alle uansett nivå, med eller uten brattkort. Vi ønsker gjennom dette å fremme bevegelsesglede, klatreglede og gleden ved å være ute. Ved å bygge et barne- og ungdomsmiljø i klubben ønsker vi å kunne stimulere til mer klatring i lokalsamfunnet.

Samlingene vil være for faste grupper på opptil 12 personer. Det vil bli delt i to aldersgrupper; *barneklatring* med barn fra 6 år til 9 år og *ungdomsklatring* med barn fra 10 år og oppover. Samlingene er gratis, men forutsetter at det blir betalt medlemskontigent for barnet. Denne inkluderer lån av klatreutstyr, inngang til buldrerrommet og ulykkesforsikring under organiserte aktiviteter.

Nærmere informasjon om samlingene vil komme på nettsiden og facebooksidene våre.

### ***Forelder/foresattes rolle***

Klatring er en morsom familieaktivitet og vi ønsker at foreldre/foresatte skal ta del i dette sammen med barna sine. Ved uteklatring og klatring i Gullbring trenger vi deres hjelp til kjøring og sikring. For at det skal bli mest mulig klatring og ikke så mye venting er vi avhengig av at minst 4 foresatte (eller andre) er med å sikrer hver gang. I tillegg til dette håper vi at foreldre/foresatte vil stille opp på andre felles arrangementer, dugnader og årsmøter for et godt klubbmiljø.

## **Retningslinjer**

I Klatregruppa i Bø skal alle som er trener på organiserte aktiviteter kjenne til idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett([link](#)). All aktivitet for barn skal legges opp slik at klubben følger intensjonene i retningslinjene og bestemmelsene. Trenerne har godkjente politiattester (les mer under “politiattester i håndboken”).

## **Forsikring**

Som medlem av Norges Idrettsforbund er klubben dekket av Gjensidiges Barneidrettsforsikring. Forsikringen omfatter barn til fylte 13 år, som er medlem av klubben eller deltar i organisert aktivitet i klubbens regi.

## **Reise i regi av klubben**

Klatring innebærer mye transport rundt i nærområdet. Det krever at foreldre/foresatte stiller opp med bil. Vær oppmerksom på at vi vil innhente politiattest hos de som står for denne kjøringen. Ved lengre reiser skal det pekes ut en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Alle barn under 10 år skal ha følge av foreldre eller annen foresatt dersom reisen innebærer overnatting, hvis ikke annet er avtalt.

## **Klubbdrift (ikke utarbeidet)**

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

## ***Årshjul (må arbeides med 2020)***

Styremøter utføres jevnlig og styremedlemmer avtaler når (ca) neste styremøte skal være som avrunding av møte.

De ulike komiteene møtes jevnlig for å avklare arbeidsoppgaver og arbeidsfordeling. De har sine egne selvstendige systemer for dette.

Semesterplaner for arrangementer legges ut på nettside evt. andre medier.

Kurs som holdes informeres om på nettside og facebookside.

## ***Medlemshåndtering***

Klubben benytter sig af KlubbAdmin, et medlemssystem fra Norges Idretts forbund.

## **Dugnad og frivillig arbeid**

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

I klatregruppa i Bø ønsker vi å kunne tilby kurs for de som jobber frivillig for klubben. Dere må gjerne komme forslag til kurs som er relevante for dere. De som sitter i styret får halvpris på årsmeldlemskap i klubben.

### **Info om dugnad:**

Klubben drives i hovedsak av frivillige. Det vil si at medlemmer, studenter, foreldre og foresatte, søsken og andre stiller opp uten å motta lønn. Denne ubetalte innsatsen bidrar til at klubben har gode aktivitetstilbud og blir et godt sted å være. Det er mange oppgaver som skal løses i idrettslaget, blant annet vaske klatretak, skru ruter til buldrecup, rydding på klatrefeltene ute, rydding i buldrerommet. Dette frivillige arbeidet som kommer klubben og medlemmene til gode, kalles «dugnad». Dugnadsarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Din innsats blir satt stor pris på!

Unntak fra dugnad(ulønnet arbeid) kan forekomme ved arrangementer som krever det. I noen tilfeller kan instruktører få betalt, dette skjer da gjennom innbetaling fra deltakere på arrangementet. Klubben får en tjeneste fra instruktøren/e som stiller opp. I utgangspunktet tjener ikke klubben på disse arrangementene.

Les mer

Informasjon om [idrettens kjøreregler for dugnad](#) fra Norges Idrettsforbund

Eksempel på retningslinjer for dugnad og lagskasse

### **Politiattester**

Klubben krever politiattest av alle ansatte og frivillige over 15 år, som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det er to viktige overordnede grunner til at norsk idrett har innført en ordning med politiattest:

1. Bidra til at slike oppgaver kun utføres av skikkede personer, gjennom at personer som udgjør en risiko for overgrep eller skadelig innflydelse forhindres fra å påta seg slike oppdrag.

2. Norsk idrett skal være et trygt sted å være for barn, og et trygt sted for foreldre å sende sine barn.

#### Prosedyre for politiattest i klubben:

Styret oppnevner hvert år en som er ansvarlig for politiattester, samt en vara. Disse informerer dem det gjelder om politiattestordningen. Disse utfyller og underskriver bekreftelse for behovet for politiattest, som må være vedlegg til søknad om politiattest og sender dette til søker. Søker må selv sende inn søknad om politiattest til politiet. Dette gjøres enkelt på [nett](#). Attesten sendes fra politiet til den enkelte søkeren. Alle som skal ha politiattest, må fremvise attesten til politiattest ansvarlig. Disse lagrer opplysninger om hvilke personer som har vist politiattest, at attesten er fremvist, og dato for fremvisningen. Attesten skal kun vises og ikke lagres noe sted av politiattestansvarlig. Det er kun politiattest ansvarlig, vara og/eller styrets leder som skal kjenne til innholdet i politiattesten. Informationen behandles helt konfidensielt og de som kjenner til innholdet har taushetsplikt om opplysningene de får del i.

KBG gir ikke oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming til personer som ikke fremviser politiattest, eller som har anmerkninger på attesten.

KGB har rett til å kreve ny politiattest for hver gang det tildeles en ny oppgave i laget, men ingen plikt til dette før det er gått tre år.

Mere informasjon om politiattest for idrettslag fra Norges Idrettsforbund [her](#).

#### ***Klubbens antidopingarbeid (ikke bearbeidet)***

Klubben og medlemmene er omfattet av idrettens bestemmelser om doping([link](#)). Klubben tar aktivt avstand fra all bruk av dopingmidler.

#### ***Kommunikasjonsstrategi og rutiner***

En kommunikasjonsstrategi skal hjelpe idrettslaget å prioritere informasjon de ønsker å formidle. Å utvikle en kommunikasjonsstrategi er en prosess som består av tre hovedelementer;

1. Hva og hvordan kommuniserer vi i dag?
2. Hva og hvordan ønsker vi å kommunisere?
3. Hvilke kanaler må vi benytte for å nå ut med det vi ønsker å kommunisere?



For at klubbdriften skal bli så god som mulig, er klubben avhengig av god kommunikasjon med alle medlemmene og andre som klubben har en relasjon til. Vi ønsker at alle, frivillige, utøvere, instruktører etc., kan finne informasjonen de ønsker, derfor har vi en nettside, en facebookside og gruppe, og mail som folk kan nå oss på. Vi har også egne kommunikasjonskanaler på facebook for de som er registrert i KGB sitt instruktørregister og for styret. Komiteene sørger for egne arenaer for kommunikasjon

All kommunikasjon er en viktig del av vårt Hms-system, både for å ivareta sikkerheten og det gode sosiale fellesskapet i klubben.

All formell informasjon finnes på klubbens hjemmeside, <https://klatregruppa.com>.

Ved spørsmål kan vi kontaktes på mail: [klatregruppa@yahoo.no](mailto:klatregruppa@yahoo.no)

## **Kommunikasjonskanaler**

Hvilke kanaler som benyttes:

### **Muntlige**

#### **Møter**

- Årsmøte
- Foreldremøte: Brukes for å samle foreldrene i idrettslaget og kan for eksempel arrangeres i forbindelse med sesongstarten (tidspunkt vil variere). Dette er en fin arena for KGB å gi foreldrene en bedre forståelse for idrettslagets visjon, verdier og virksomhetside, og for foreldrene å komme med spørsmål og informasjon. Om ønskelig kan foreldre engasjeres til ulike verv i idrettslaget.
- Medlemsmøter: Arrangeres når idrettslaget har behov for å formidle og/eller diskutere viktige saker som påvirker medlemmene. For eksempel tema-diskusjon, informasjonsmøter etc.). Vi har som mål å arrangere et medlemsmøte, i tillegg til årsmøte, i løpet av året. Her har medlemmer mulighet for å sende inn saker, stille spørsmål og få informasjon.
- Instruktørsamling: Vi starter etter å arrangerer instruktørsamling i begynnelsen av hvert semester, hvor målet er erfaringsdeling og gjennomgang av metoder vi ønsker å benytte oss av i klubbregi. Dette er for å sikre at de som arbeider frivillig som instruktører i klubben, på fellesklatring, har den kompetansen KGB mener kreves. Instruktørsamling skal holdes av NF godkjente instruktører.
- Telefon: Særlig til bruk ved planlegging og organisering og ellers når det er behov for å gi raske beskjeder som krever umiddelbar bekreftelse eller tilbakemelding.

### **Skriftlige**

- Brev: Brevveksling benyttes når det er krav om skriftlig underskrift på dokument, eller ved særlige tilfeller hvor det anses som hensiktsmessig. All annen brevveksling bør foregå elektronisk.
- Informasjonsmateriell
  - Årsberetning: deles elektronisk på nettsiden etter gjennomgang på årsmøtet.
  - Flyers og brosjyrer: Kan benyttes i klubbens nærmiljø for å synliggjøre lagets logo i tillegg til verdier og visjon, gjerne i sammenheng med arrangementer.
- Aviser/blader: Klubben kan benytte seg av slike kanaler ved store enkeltsaker med høy viktighet for klubben.

## Elektroniske

- E-post
  - Saksbehandling: Ved saksbehandling kan e-post brukes som en effektiv kommunikasjonskanal.
  - Nyhetsbrev: Elektronisk nyhetsbrev benyttes når medlemsinformasjon skal hurtig ut til medlemsmassen. Nyhetsbrevet publiseres på klubbens hjemmeside.
- Hjemmeside
  - En av styremedlemmene (avklart) har ansvar for å legge ut informasjon på hjemmesiden.
  - Hjemmesiden brukes til å samle all informasjon om idrettslaget og fungerer som en database hvor en kan hente ut viktig informasjon som møtereferat, klubbhåndbok, terminliste og liknende.
  - Hjemmesiden brukes som en god rekrutteringsplattform gjennom å informere nye brukere om klubbens aktivitetstilbud, visjon, verdier og virksomhetside, kontaktinformasjon og likende. Tilgjengelig på hjemmesiden ligger også årsmøteprotokoll, styremøtereferater, Hms-plan og informasjon om arrangementer, samlinger, dugnader, kurs og førerverk.
  - **Terminliste** legges ut i starten av hvert semester; etter på høsten og etter nyttår. Endringer kan forekomme. Arrangementkomiteen har ansvaret for å lage terminliste.
  - Informasjon fra møter og informasjon om arrangementer etc. legges ut løpende.
  - **Klubbhåndboka**: Mye informasjon om klubbens virksomhet står skrevet i Håndboka for Bø klatreklubb. Her skal alle medlemmer og andre ha mulighet til å se hvordan virksomheten arbeider. Det gir og muligheter til å komme med innspill og forslag til endringer. Håndboka er også et kommunikasjonsmiddel for styret, komiteene og andre frivillige, og er verdifullt når det kommer nye tillitsvalgte og frivillige inn i klubben. Styret i fellesskap har ansvar for at klubbhåndboka er oppdatert.
- Mobil

- Mobilbruk benyttes først og fremst mellom medlemmene i klubben ved planlegging og organisering av aktivitet.
- Sms og messenger: Benyttet blant utvalgte grupper medlemmer som har behov for rask beskjed. For eksempel ved påminnelse om møter, aktivitet og liknende.
- Sosiale medier
  - Facebookside og gruppe ( og etterhvert instagram).
  - Alle i styret har ansvar for å legge ut arrangementer og informasjon. Arrangøransvarlig har ansvar for Instagramkonto. Bilder fra arrangementer er også et ansvarsområdet som ligger for alle styremedlemmer.
  - Medlemmer har mulighet til å skrive på facebook siden, og det er opprettet en egen "Lets climb?" Chat. Styret er jevnlig inne å ser på facebook siden og chaten og følger med på at det foretar seg på en inkluderende måte for alle.

Ved spesielle anledninger har styret mulighet til å endre på gruppe innstillinger på sosiale media for å hindre/beskytte mot "angrep" eller ubehageligheter uten i fra.

## ***Økonomi***

Klubben benytter eVisma som digitalt regnskabsføringsprogram. I tillegg har vi en bedriftskonto ved Sparebank1. Vi benytter os af tilbudet 'bankintegration' ved eVisma, hvilket betyder at alle transaktion automatisk kommer ind i eVisma.

Det samme gælder kontingenter m.m. fra Klubbadmin, dette er også integreret ved eVisma.

Disse systemer er etableret med henblik på at gøre økonomi- og medlemsposten i styret enklere.

Informasjon og nyttige tips om [klubbøkonomi](#)

## ***Forsikringer***

Klubben har tegnet en underslagsforsikring for de to personene som disponerer klubbens konto.

Andre forsikringer:

- Ulykkesforsikring
- Indbosforsikring, altså forsikring af ejendomme er IKKE etableret. Dette er en kommende opgave, som skal løses i løbet af efteråret.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Skrevet d. 23/7-2019

## **Plan for kompetanseheving, ferdigheter og holdninger<sup>2</sup>**

Gjennom vår plan for kompetanseheving, ferdigheter og holdninger sørger vi for et bærekraftig system for å spre kompetanse som skal gagne klubben. Vi fokuserer både på kompetanseheving hos medlemmene våre og hos de tillitsvalgte (styremedlemmer og komiteemedlemmer). Vi jobber med dette gjennom kurs og samlinger hvor vi lærer av eksterne instruktører, interne instruktører og av hverandre. De kompetansehevende og ferdighetsutviklende tiltakene i planen er forslag, som tar utgangspunkt i NF godkjente kurs eller NKF utdanning av inneinstruktører.

### ***Fellesklatringer:***

- Fellesklatringene er et fint forum for å utveksle kunnskap, både for medlemmer og instruktører.

### ***Topptaukurs:***

- bør arrangeres minst 1 gang per år.
- er forbeholdt alle typer medlemmer, men foreldre ved barne- og ungdomsklatring bør prioriteres.
- kurset bør helst holdes av interne instruktører

### ***Grunnkurs Inne (brattkort):***

- bør arrangeres minst 1 gang per år
- er forbeholdt alle typer medlemmer, men foreldre ved barne- og ungdomsklatring bør prioriteres
- kurset bør helst holdes av interne instruktører og gjerne i samarbeid med praktikant for Klatreleder inne

### ***Fra inne til ute:***

- bør arrangeres minst 1 gang per år i god tid før innesesongen
- kurset bør helst holdes av interne instruktører og gjerne i samarbeid med praktikant på Klatreinstrukør 1 Sport

### ***Klatreleder inne:***

- bør arrangeres annethvert år(2021, 2023, 2025 osv)
- er aktuelt for både medlemmer og tillitsvalgte

### ***Klatreinstrukør 1 Sport:***

- bør arrangeres annethvert år(2020, 2022, 2024 osv)
- er forbeholdt medlemmer som ser for seg å være i Bø minst 2 år og som oppfyller kravene som er satt nasjonalt av: <https://klatring.no/instruktorutdanning>.
- kurset består av et 3-4 dagers kurs, avhengig av om man allerede er Klatreleder inne.
- deltakerne skal ha i etterkant av kurset ha praksis på borebolt-sikret klippe utendørs, av minimum 2 dagers varighet under veiledning. Dette planlegges internt. Det bestrebes at

---

<sup>2</sup> Skrevet 18.11.20

praktikantene deltar internt som medinstruktør på KGB sine kurs. Andre muligheter kan være eksterne kurs som USN sin Klatrefordypning 1.

#### **Instruktørsamling:**

- bør arrangeres 1 gang hvert semester
- samlingen er for gamle instruktører og potensielle nye instruktører og medinstruktører

#### **Aktivitetsleder kurs NIF:**

- <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/aktivitetslederkurs/>
- arrangeres en gang i året av NIF
- er forbeholdt trenerne for barne- og ungdomsklatringen

#### **Styrekurs:**

- <https://ekurs.nif.no>
- nettbasert styrekurs som bør tas av alle styremedlemmer minimum 1 gang i løpet av den tiden de sitter i styret. Helst raskt etter årsmøte er avholdt.

## **Maler og eksempler**

Følgende maler og eksempler finnes på [www.klubbhåndboken.no](http://www.klubbhåndboken.no)

Maler for klubb

*Årshjul med faste oppgaver i klubben*

*Sjekkliste årsmøter*

*Innkalling til årsmøte*

*Saksliste og saksdokumenter til årsmøte*

*Årsberetning til årsmøte*

*Protokoll fra årsmøte*

*Innkalling til styremøte*

*Protokoll fra styremøte*

*Økonomihåndbok*

*Kommunikasjonsstrategi for idrettslag*

Eksempler på retningslinjer i klubb

*Retningslinjer valgkomité*

*Retningslinjer for utdanningsansvarlig*

*Retningslinjer revisorer og kontrollkomité*

*Retningslinjer foreldre/foresatte*

*Retningslinjer utøvere*

*Retningslinjer trenere*

*Retningslinjer alkohol*

*Retningslinjer mobbing*

*Retningslinjer for reiseleder ved representasjon*

*Retningslinjer skikk og bruk e-post*