



IK ORIENT

FRIIDROTT

I

UDDEVALLA

Reseregler

Tävlingsregler

Tävlingar

Anmälan till tävlingar

1. All anmälan sker alltid via kansliet om inget annat är överenskommet. Vid inomhustävlingar och utomhustävlingar finns anmälningslistorna på skåpen vid IK Orients bänkar, de är till höger in i hallen under trappan. Det går också att anmäla direkt till kansliet.
2. Skulle det vara någon tävling som inte sitter uppe, ta kontakt med din tränare eller kontakta kansliet om berörd tävling.
3. Vid undantagsfall kan tränaren eller den aktive anmäla direkt till tävling, men viktigt är då att personen som anmäler också meddelar kansliet om starterna. Det är för att kansliet skall ha koll på startavgifter och statistik.

Startavgifter

1. Klubben betalar två startavgifter per tävlingsdag, vill man starta i fler grenar får den aktive bekosta detta själv. Kansliet bokför detta och skickar ut räkningar på detta i slutet av året på överskjutande del.
2. Vid anmälan till terränglopp och motionslopp står klubben för startavgift upp till max 140 kr. Överskjutande del bekostas av den aktive och hanteras på samma sätt som i punkt 1.
3. Veteraner står för sina egna kostnader i samband med tävlingar.
4. På DM och våra egna tävlingar betalar klubben alla startavgifter även om det är mer än två starter.
5. Klubben betalar full startavgift i samband med tävlingar på SM nivå, alla SM tävlingar inräknat från ungdom till senior.
6. Eventuella efteranmälningar krävs in från den aktive på samma sätt som i punkt 1.
7. Vid upprepade strykningar till tävlingar man har anmält sig till kommer klubben att skicka ut en räkning för outnyttjade starter.
8. Skulle den aktive bli sjuk eller skadad innan tävling, "sjukanmäl" då till kansliet så vet kanslisten varför den aktive inte har startat och har möjligt till att eventuellt avboka starterna den aktive är anmäld i.

Vem får åka på tävling

Klubben har som ambition att så många aktiva som möjligt skall tävla, i alla fall på våra hemmatävlingar. Startavgifter betalas av klubben som ovan.

Deltagande sker normalt på egen bekostnad, klubben står inte för resa, logi eller kost. För tävlingar som ingår i klubbens framtagna tävlingsprogram kan det utgå en reseersättning men då skall resereglerna tillämpas. Likaså gäller för logiersättning.

För aktiva över 15 år skall det finnas ett tävlingsprogram, det tas fram av tränarrådet tillsammans med den aktive och presenteras för styrelsen. Detta ligger till grund för anmälan/deltagande och styrelsebeslut om ersättning enligt detta dokument. För vissa aktiva seniorer kan ersättningsbeslut frångå detta dokument, men beslut tas då i enstaka fall för just den aktive som sökt ytterligare ersättning av styrelsen. Ansökan skall göras före aktuella tävling/ar.

Kvalgränser- GM- och SM-tävlingar

Kvalgränser finns för SM-tävlingar och Götalandsmästerskapen, det finns också vissa gränser till andra tävlingar utanför Västragötalandsregionen som ingår i klubbens tävlingsprogram som också skall tillämpas. Gränserna skall ha klarats under innevarande säsong eller i annat fall föregående säsong.

Kvalgränserna uppdateras vid varje säongsstart av tränarrådet. Riktlinjerna som tränarrådet och styrelsen följer är att den aktive bör tillhöra SFIFs statistik i följande ordning. Topp 15 i hopp och kast samt topp 20 i löpning. Vid speciella tillfällen kan undantag göras, dessa görs i samråd mellan tränarråd och styrelse.

Tävlings-/träningskläder

Klubbens officiella leverantör av tävlingskläder är Intersport och vår märkesleverantör är Craft. Alla medlemmar kan köpa klubbkläder via butiken på Torp köpcentrum i Uddevalla, all provning sker i butiken. Beställning görs enklast via internet på Intersports hemsida/Team, men vissa varor kan köpas direkt på plats. Ett visst antal gånger om året arrangeras "klubb dagar" i butiken vilket innebär att IK Orients medlemmar har förmånliga priser i hela butiken.

Klubbens kollektion är uppdelad i en vardags/tränings kollektion och en tävlingskollektion. Tävlingskollektionen har en längre leveranstid och provning görs två gånger om året. Klubbkonfektionen skall bäras på tävling och alla offentliga sammanhang av alla aktiva över 13 år, ledare och klubbrepresentanter.

Vid frågor är ni välkomna att höra av er till Johanna Jönsson 070-284 85 04

Regler för resor i samband med tävlingar

För aktiva gäller:

1. Betalas ej ut till tävlingar inom Västra Götalandsregionen (gäller ej vid seriematch)
2. För tävlingar som ingår i de tävlingsprogram klubben beslutat om, gäller att reseersättning utgår från och med det kalenderår den aktive fyller femton år.

Obs! Kraven på kvalgränser enligt tränarrådets lista!

3. Reseersättning kan även betalas ut till aktiv som tillhör svenska eliten eller strax därunder om denne önskar åka på tävlingar, t.ex GP-tävlingar, eller så kallade projekttävlingar. Ansöka skall då göras till styrelsen och beslut skall fattas innan tävlingsdatumet är. Tävlingen skall ingå i den aktives tävlingsprogram.
4. SM-tävlingar samt GM bekostas av klubben, då ingår transport. Klubben bekostar ej veteraners kostnader i tävlingssammanhang.
5. Skol-SM, detta sköter skolan helt och hållet. Klubben är inte delaktig i detta.
6. Vid SFIF tävlingar eller liknande specialinbjudningar gäller samma regler som under punkt 3 för regler för resor i samband med tävlingar.

Regler för reseersättning:

1. Reseersättning utgår för kollektivtrafik, egen bil(f.n 18,50:-/mil) eller hyrd bil/minibuss. Vilket färdmedel avgörs i samband med beslut om vilka aktiva som skall tävla, hyrda färdmedel skall alltid vara beslutade av styrelsen eller kansliet förre aktuell tävling. Färdmedel som skall hyras skall alltid samkoordineras med kansliet, bokning sker alltid via kansliet om inget annat finns överenskommet.
2. Samordning av resor/samåkning är ett måste för att reseersättning skall kunna utgå!
3. Tränare eller förälder som kör till tävling har rätt att ta ut ersättning för drivmedel(f.n 18,50:-/mil), kravet är dock att det skall vara minst tre aktiva i bilen.

Uppstår det tillfällen när endast en till två aktiva åker till tävling fattar styrelsen beslut om huruvida tränare/förälder skall få reseersättning i fall till fall, ersättning till detta ges endast i undantagsfall.

4. All reseersättning beräknas från IK Orients utgångsort, vilket är Uddevalla. Om aktiv t.ex p.g.a studier eller bor på annan ort skall eventuell reseersättning vara överenskommen i förväg för att kunna utbetalas. Därmed skall den aktive som planerar att flytta till annan ort meddela detta till styrelsen.

Logi för aktiva

Klubben betalar upp till 400:- per natt och per person till de aktiva. I de fall då tränare/aktiv betalar direkt till hotellet skall kvitto lämnas till kansliet samt en rese/logi räkning. Det finns också tillfällen hotellet redan är betalat av klubben.

Klubben betalar inte hotellnätter på utlandsläger för aktiva. Indelningen i rum skall ske enligt principen att ingen under 18 år delar rum med någon av motsatt kön. Tränare och aktiva delar aldrig rum.

Logi i samband med SM-tävlingar bekostas med full teckning av klubben. Även om kostnaden överstiger 400:- per natt. Klubben planerar logi och transport. Aktiv som inte vill nyttja klubbens bokningsservice (bokning av transport och logi) skall meddela detta i god tid. Vid bokning men ej utnyttjad plats kommer den aktive att debiteras för kostnaden.

Sker övernattnig i stora sovsalar på liggunderlag/madrasser får aktiva under 18 år av olika kön sova i samma sovsal under förutsättning att blandningen är såpass jämt fördelad att ingen känner obehag. Vid dessa tillfällen kan även tränare/ledare/föräldrar sova i samma sal.

Kost för aktiv och tränare

Klubben bekostar ingen kost till den aktive, den aktive står själv för alla kostnader. På såväl tävling och läger.

Läger

Ett antal olika läger finns att vara med på varje år. T.ex UC-Väst läger 13-14 eller 15-19, dessa går på olika orter i Västsverige. Tränarna för respektive träningsgrupp tar ut de personer som skall få åka. Deltagaravgiften (*den del som IK Orient betalar*) betalas till 50% av IK Orient medan resa betalas av de aktiva själva. Resterande kostnad betalas av s.k idrottslyftet. I kostnaden ingår logi och mat. Tränarens lägerkostnad och resa betalas av IK Orient.

Vid specialläger dit den aktive är inbjuden tar styrelsen beslut om både reseersättning och lägerersättning skall utgå. Viktigt är då att ansökan inkommit till styrelsen före aktuellt datum, senast tre veckor innan. Vid sen ansökan kan den aktive inte räkna med lika stöd.

I undantagsfall, såsom landslagsläger eller liknande läger/utbildningshelger som arrangeras av SFIF eller liknande kan tränare få följa med. Beslut kan endast fattas av styrelsen.

Det brukar årligen arrangeras ett utlandsläger för aktiva. Aktiva från det året de fyllt 15 år kan åka med på detta läger. Det är oftast en tränare eller en äldre aktiv som arrangerar resan, klubben betalar normalt inte ut någon form av ersättning till aktiva, men det finns ett visst ledarbidrag att söka. Vid dessa läger är ledarna ansvariga över de aktiva som är med på resan, skulle det förekomma studiecirkel skall detta noteras på specifik blankett.

Alkohol och/eller andra droger som strider med klubbens policy är ej tillåtna!

Tränare-kostnadsersättningar

Ingen lön betalas ut av klubben. Däremot betalar klubben tränare/ledare för bil-och telefonutlägg med 1000:- per år vid träning en gång i veckan och 2000:- vid två träningar i veckan osv. Om beloppen inte täcker bil och telefon ersätter vi med faktiskt antalet körda mil; 18,50:-/mil. För att utbetalning skall kunna ske skall tränare/ledare fylla i en reseräkningsblankett som finns på hemsidan och lämna in till kansliet. Tränare får en ledaroverall, nya ledare kontaktat klädansvarig och anmäler till denne. (Slittid 4år)

Tränare som fått nya kläder men slutat inom ett år efter utdelningen av kläder skall returnera kläderna i samma skick som man fått dem.

Tränare skall betala full medlemsavgift. Om tränare har egna barn (under 18år) som är aktiva i klubben behöver inte träningsavgift betalas för dessa barn. Max 2 barn.

Styrelsemedlemmar betalar ingen träningsavgift, inte heller styrelsemedlem som har aktiva barn. Detta gäller även ledare som har sina barn i verksamheten.

Klubben har inga möjligheter att i normalfallet betala ut förlorad arbetsinkomst vid träning, läger eller utbildning.

Alla ledare får kostnadsfritt nyckel till materialskåp i Rimnershallen och på Rimnersvallen, alla ledare får också en fri träningstagg till Rimnershallen. Denna ansöks via ordföranden. Nycklar och tagg återlämnas den dagen man avslutar sin roll som tränare.

Tränarutbildningar

Har en ledare önskan att gå en utbildning skall det ansökas om detta till styrelsens utbildningsansvarige senast två veckor innan aktuellt anmälningdatum. Vid sen ansökan kan tränaren inte räkna med ersättning. All form av utbildningar skall ansökas till utbildningsansvarige.

Försäkringar

Klubbens ledare och aktiva är försäkrade via Folksam. Vid olycka eller skada kontaktas kansliet för hjälp av rådgivning. För aktiva som är än 15 år finns en tilläggsförsäkring som kan tecknas via olika försäkringsbolag till lite varierande kostnad. Denna försäkring bekostas av den aktive själv, en ansökan till styrelsen i god tid kan möjliggöra ett eventuellt bidrag till kostnadstäckning.