

Retningslinjer for Ranheim Friidrett 2019



Innhold

1	Forord	3
2	Sportslige hovedmål	3
3	Administrative Mål	4
4	Planer for 2019	4
5	Organisasjonskart	6
5.1	Avdelingsutvalg 2019	6
5.2	Lederoppgaver	10
5.3	Nestlederoppgaver	10
5.4	Regnskap/ Økonomi-ansvarlig	10
5.5	Sekretær	11
5.6	Leder sportslig utvalg	11
5.7	Styremedlem I Medlemsregister	11
5.8	Styrememedlem II Arrangementansvarlig	11
6	Modell for Økonomisk Støtte til Utøvere	12
6.1	Økonomisk støtte til utenbys stevner	12
6.2	Kjøring til stevner	17
6.3	Reiseregninger	17
6.4	Egenandeler kretslag/landslag	17
6.5	Startkontingent	17
7	Kontingenter og treningsavgifter	18
7.1	Medlemskontingent RIL 2019	18
7.2	Treningsavgift 2019	18

1 Forord

Retningslinjene for Ranheim Friidrett skal være et verktøy for den administrative aktiviteten i friidrettsavdelingen. Retningslinjene skal ikke være statiske, men leve i takt med utviklingen og aktiviteten i avdelingen. Siste versjon av retningslinjene vil alltid finnes på avdelingens hjemmeside: <https://friidrett.ril.no/>

Retningslinjene skal gi visjon og retning for drift og utvikling av Ranheim Friidrett, samtidig som organisering av avdelingen er beskrevet.

Denne utgaven av retningslinjene er utarbeidet av det gamle styret for sesongen 2019:

Gamle styret (2018):

Torgrim Jacobsen
Fredrik Weiseth
Morten Fredriksen
Marianne Aune
Pål Reppe
Steinar Bernersen
Odrun Gederaas
Frank Antonsen
Torbjørg Slette
Marianne Lorentzen
Jon Morud

Nye avdelingsutvalget (2019):

.....
Morten Fredriksen
Marianne Aune
Pål Reppe
Steinar Bernersen
Marianne Lorentzen
Jon Morud
Unni Sandøy
Odrun Gederaas
Trygve Tegnander

2 Sportslige hovedmål

Ranheim Friidrett skal ha et tilbud til alle barn og unge fra 8 år og eldre som vil trene hurtighet, utholdenhet, spenst og styrke.

Utøvere som er 13 år og eldre og som ønsker å satse på friidrett, skal finne et treningsmiljø i Ranheim Friidrett.

Ranheim Friidrett vil ha fokus på øvelser innen løp, hopp og kast.

3 Administrative Mål

Det administrative støtteapparatet skal legge forholdene til rette for både bredde og toppidrett. Breddeidrett omfatter aktivitets- og treningstilbud for barn, ungdom og voksne.

Toppidrett defineres som nasjonalt nivå, både for senior og aldersbestemte klasser.

Ranheim Friidrett skal være en ledende friidrettsklubb i Trondheim. Det er et mål at utøvere kan forbli i klubben ved overgangen fra aldersbestemte klasser til junior og seniornivå. Ranheim Friidrett skal også kunne gi et tilbud til tilreisende ungdom/ studenter som ønsker å satse på friidrett.

Ranheim Friidrett skal være en åpen og inkluderende klubb med godt miljø som bidrar til å holde på eksisterende utøvere og tiltrekke nye utøvere

For å sikre utvikling og kontinuitet i klubben skal det arbeides aktivt med å rekruttere og utvikle nye styremedlemmer, oppmenn og medlemmer til arrangementskomiteen.

Trenerteamet er viktig for klubben. Dyktige trenere skal ivaretas og utvikles. Nye trenere skal rekrutteres, gjerne gjennom intern rekruttering.

God drift, høy aktivitet og gode resultater krever god økonomi. Styret skal bidra til at Ranheim Friidrett er en attraktiv samarbeidspartner for bedrifter som vil støtte idrett og profilere seg gjennom verdiene som representeres av Ranheim Friidrett.

Styret har et felles ansvar for at driften av friidrettsavdelingen styres etter NFIF's og NIF's lover og regler. Styret skal også bidra til et konstruktivt og godt samarbeid med øvrige avdelinger i Ranheim Idrettslag og med andre friidrettsklubber i kretsen.

4 Planer for 2019

Prioriterte stevner:	Ikke-prioriterte stevner m/potensiell økonomisk støtte	Egne arrangementer	Medarrangør	Annet
Innendørs NM Innendørs UM NM Stafetter Veidekkelekene	Se tabell under pkt. 6.1	Ranheimstevnet, vår Ranheimsstevnet, høst Klubbmesterskap		Jobbe med <u>skadeforebygging, trivsel, og "Ren klubb"</u>



Ranheim Friidrett

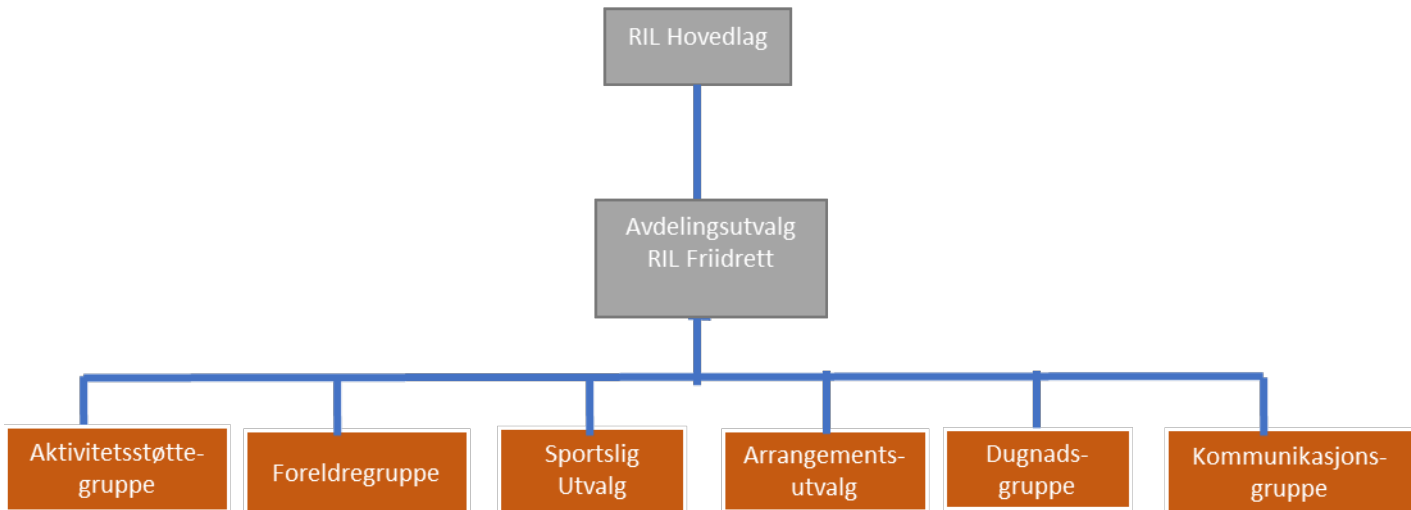
Retningslinjer for Ranheim Friidrett 2019

Junior NM bane, ute Senior NM bane, ute UM bane, ute Ungdomslekene Midt-Norsk mesterskap 15+ Lokale stevner		Adventsstevnet Diverse kveldsstevner		
---	--	--	--	--

5 Organisasjonskart

Ranheim Friidrett er organisert etter følgende modell:

Særidrettsorganisasjon (Friidrett)



5.1 Avdelingsutvalg 2019

Rolle	Navn
Leder:
Nestleder	Marianne Lorentzen; 2018
Økonomi/Regnskap:	På Reppe, valgt 2017, 2019
Sekretær - hallvakter	Jon Morud, valgt 2018
Leder sportslig utvalg:	Morten Fredriksen, valgt 2017, 2019
Styremedlem I – medlemsregister	Steinar Bernersen, valgt 2017, 2019
Styremedlem II - Arrangementsansvarlig	Marianne Aune, valgt 2016, 2018
Styremedlem III – libero 1	Unni Sandøy, 2019
Styremedlem IV – libero 2	Odrun Gederaas, 2019
Utøver-representant	Trygve Tegnander, 2019

Medlemmene velges for 2 år av gangen om ikke annet er presisert.

Utøverrepresentant velges for 1 år av gangen.

For sesongen 2019 har friidrett opprettet fire nye arbeidsgrupper (se over), tillegg til de to eksisterende gruppene Sportslig Utvalg og Arrangementsutvalg. Bortsett fra leder i Arrangementsutvalget og Sportslig utvalg er disse gruppene bemannet med folk som ikke er medlemmer av avdelingsutvalget. Dette er for at disse medlemmene skal kunne ha full fokus på det

som er oppgavene til de enkelte arbeidsgrupper. **For at disse gruppene skal fungere etter intensjonen er det også helt avgjørende at det er løpene tett kommunikasjon mellom gruppene og avdelingsutvalget, og at avdelingsutvalget umiddelbart etter årsmøtet tar initiativ til oppstart av gruppene og blir enige om oppgaver og kommunikasjon.**

Litt om utvalgene og de respektive medlemmene:

Sportslig Utvalg:

Morten Fredriksen
Siv Tømmervik
Øivind Dahl

Oppgaver:

Sportslig Utvalg har hovedansvar for at det sportslige i klubben fungerer tilfredsstillende, dvs. at (a) en har de nødvendige trenerressurser, (b) at det eksisterer kontrakter med alle trenere, (c) at fasiliteter og tilrettelegging for friidrettens aktiviteter er tilfredsstillende, (d) organisering av logistikk i forbindelse med stevner (særlig utenbys), (e) oppfølging/oppdatering av modell for økonomisk støtte til utøverne.

Sportslig utvalg, med dets leder, er trenernes overordnede, og det er de som ansetter og evt. initierer avskjedigelse av trenere.

Sammen med arrangementsutvalg og trenerkorps har denne gruppen hovedansvar for å sette opp terminliste for egne stevner og øvelser på disse stevnene.

Gjennomføring av årlige (eller ved behov) personlige samtaler med trenere

Arrangementsgruppe:

Marianne Aune
Espen Pedersen
Tommy Trøan
Cecilie Grønnhaug
Torbjørg Slette

Oppgaver:

Overordnet ansvar for initiering, planlegging og gjennomføring av egne stevner.

Skaffe funksjonærer til egne stevner

Lage innbydelse og sende denne ut til krets og lag

Lage tidsskjema i samarbeid med arrangementsgruppa

Ordne med teknisk utstyr

Bestemme premier

Skrive nødvendige søknader

Skrive evalueringsrapport for arrangementet

Foreldregruppe:

Oddgeir Hepsø

Lailyn Jensen

Björg Danielsen

Marit Lie-Nordsjøe

Oppgaver:

Foreldregruppen skal være et bindeledd mellom foreldre og klubben, og bl.a. ha et særlig ansvar (sammen med trenere) for de yngste gruppene når det gjelder stevnedeltakelse, spesielt organisering (påmelding) til stafetter (for eksempel Olavstafetten).

Gruppen skal også ha ansvar for sosiale arrangementer (temakvelder, informasjonsmøter, evt. sammen med sportslig utvalg) for de aktive (alle treningsgruppene), bla. ved avslutning av sesongen.

Skape et godt og aktivt sosialt miljø blant foreldrene i klubben, og være proaktive når det gjelder rekruttering av foreldre til 'styre og stell' i klubben.

Ansvarlig for oppmerksomheter til medlemmer og tidligere medlemmer ved div anledninger.

Arbeide med forskjellige tiltak for rettet mot miljø og trivsel i klubben.

Dugnadsgruppe:

Hege Fuglem

Kyrre Skjetne

Ole Even Hollas

Rune Skjesol

Kari-Anne Vik-Mo

Oppgaver:

Mesteparten av denne jobben går ut på å initiere dugnader, kommunisere med oppdragsgiver, skaffe folk (ofte kan det benyttes ungdommer fra TG3), og organisere dugnadene. Eks. på sannsynlige dugnader i 2019 er et par arrangementer sammen med Ranheimspatriotene/pensjonistgruppe, kiosksalg på et par RIL elitefotballkamper, vareopptelling på Coop Lade og evt. veksling St. Olavsloppet. Torgrim Jacobsen kjører dugnad på salg av Enjoy bonuskort slik som i 2018 og 2017 (2019 også salg av ett kort per medlem i TG1 og TG2).

Aktivitetsstøttegruppe:

Odrun Gederaas
Torbjørg Slette

Oppgaver:

Oppgavene til denne gruppen vil være at de er proaktive på å søke opp muligheter for økonomisk støtte fra fond, legater, offentlige støtteordninger etc. Eksempler er Sparebank 1 fondet, Sullandfondet, Friidrettsforbundets forskjellige fond etc. Stort potensiale for en betydelig inntektskilde.

Kommunikasjonsgruppe:

Bjørg Danielsen, hjemmeside (a)
Jan Vestre, eksterne media (b)

Oppgaver:

(a) Ansvarlig for innhold på Ranheim Friidretts nye webside, i samarbeid med styret/sportslig leder og trenere.

Noen Arbeidsoppgaver:

Legge ut og vedlikeholde informasjon om:

- Treningsgrupper og treningstider
- Arrangementer, stevner, terminlister, dugnader og annet
- Organisasjonsforhold (styre, trenere, oppmenn, eliteutøvere, osv.)
- Administrative forhold (Årsberetninger, retningslinjer, klubbrekorder osv.)
- Oversikt over samarbeidspartnere
- Annen informasjon (bildearkiv, dokumentarkiv, linker)

Rapporter fra stevner

- Skrive eller videreformidle rapporter fra stevner eller andre arrangementer

Andre oppgaver etter avtale fra styret

(b) Ansvarlig for kontakt mot eksterne media med tanke publisering av relevant aktivitet i klubben (stevnedeltakelse, gode resultater/prestasjoner, portrettintervjuer etc.)

Viktig at disse to oppgaveeierne kommuniserer tett med hverandre.

5.2 Lederoppgaver

Strategi, sportslige, økonomiske og administrative mål

Samordne driften, ha overoppsyn med aktivitetene i styret

Innkalle til og lede styremøter

Innkalle til og forberede årsmøte

Sammen med sportslig leder og sekretær ansvarlig for å utarbeide årsberetning til årsmøte

Kontakt med offentlige myndigheter vedr. søknader om offentlig støtte i samarbeid med sportslig utvalg

Ajourhold og innhold i retningslinjer for avdelingen, i samarbeid med leder for sportslig utvalg.

Fordele innkommende post

Delta i møter, eks. hovedstyremøter og møter i STFIK, sammen med leder i sportslig utvalg

Utarbeide budsjett i samarbeid med kasserer og leder sportslig utvalg.

Godkjenne utbetaling av regninger

Ansette og avskjedige trenere i samarbeid med sportslig utvalg.

Sørge for at forvaltning av avdelingens sparekonto/ fonds er ivaretatt på en optimal måte

Skal jobbe med inntektsbringende tiltak

Legge inn søknader på løp/stevner for Ranheim friidrett på SportsAdmin, etter innspill fra Sportslig utvalg.

Sammen med sportslig leder ansvar for trenerkontrakter, utøverkontrakter, politiattester trenere.

Oversikt over avdelingens nøkler til klubbrom, redskapsbu, Øya etc.

5.3 Nestlederoppgaver

Bistår leder med oppgaver

Stedfortreder for leder på styremøter i RIL friidrett og RIL hovedlag.

5.4 Regnskap/ Økonomi-ansvarlig

Ansvar for bilag til inn- og utbetalinger

[Ved opptelling av ukjent beløp skal to personer telle og signere]

Følge opp og sørge for nødvendig underlag til eksternt regnskapsfirma

Informere styret månedlig om den økonomiske situasjonen – statusrapport

Innkreving av treningsavgift

Betaling av regninger

Ordne med reiseforskudd (bare i helt spesielle tilfeller – dette er ikke standard)

I samråd med leder og sportslig leder sette opp budsjettforslag.

Sørge for at forsikring er i orden.

Sørge for opplæring av ny regnskaps-/ økonomiansvarlig ved overtakelse

5.5 Sekretær

Føre referat fra styremøter og årsmøter

Stå til disposisjon for andre skriveoppgaver, for eksempel utsending av innbydelser og andre utgående brev

Ajourføre medlemslister, i samarbeid med oppgaveansvarlig styremedlem og økonomiansvarlig.

Statistikkføring

Sammen med sportslig leder og leder ansvarlig for å utarbeide årsberetning til årsmøter

5.6 Leder sportslig utvalg

Lede Sportslig utvalg.

Sammen med sekretær og leder ansvarlig for å utarbeide årsberetning til årsmøte

Sørger for, sammen med leder, å holde à jour retningslinjer for avdelingen.

5.7 Styremedlem I Medlemsregister

Hovedansvar for kontinuerlig ajourføring av medlemsregister, sammen med sekretær og økonomiansvarlig.

Sammen med økonomiansvarlig ansvarlig for å sende ut giroer for innbetaling av treningsavgift

5.8 Styremedlem II Arrangementansvarlig

Lede arrangementsutvalget.

Rekruttere medlemmer til arrangementsutvalget

Koordinator for egne arrangementer

Sørge for oppretting av komiteer for hvert arrangement og være pådriver for at arrangementene blir gjennomført i henhold til mål

Sørge for at det lages dokumentasjon og utarbeides evalueringsrapporter for alle arrangementer

Ha oversikt over avdelingens premiebeholdning samt innkjøp av nye premier (sammen med sportslig leder)

Medlemmer i arrangementsutvalget rekrutteres for et år ad gangen og rapporterer til leder for arrangementsutvalget. Oppgaver delegeres blant medlemmene i arrangementsutvalget.

6 Modell for Økonomisk Støtte til Utøvere

6.1 Økonomisk støtte til utenbys stevner

Med utgangspunkt i stramt budsjett må støtte fra klubb til utøvere prioriteres nøye. Målet er å få mest mulig sportslig aktivitet innenfor våre budsjetttrammer. Klubben ønsker å ha en breddeprofil i tillegg til mulighet for toppsatsning for de som ønsker det.

For yngre utøvere (8-14 år, TG1 og TG2) foregår aktiviteten i nærområdet, dvs. Trondheim/Trøndelag, uten støtte til reiseaktivitet.

Klubben definerer et årlig reisestevne med breddeprofil som støttes økonomisk. Dette rettes mot alle utøvere i alder fra 14 år og eldre, og er for tiden Veidekkelekene på Lillehammer.

For utøvere 15 år og eldre legges sportslige kriterier til grunn for støtte på reisestevner. Sportslig kriterium vil som hovedregel tilsvare resultater/prestasjoner på nivå med det som kreves på nasjonale mesterskap i utøverens aldersgruppe. Utøvere som ikke har oppnådd krav kan selvsagt også delta på disse stevnene, men da uten støtte fra klubben til reise og opphold.

Ranheim friidrett dekker startavgifter til alle stevner på bane og terrengløp. Gjelder ikke mosjonsløp eller gateløp. Dette gjelder alle aldersgrupper. (Dette utgjør en utgiftspost på 100 000 NOK).

NB! For all stevnedeltakelse med økonomisk støtte skal prosedyren være (a) innstilling fra trener god tid i forkant av stevne, (b) godkjenning av sportslig leder, (c) innstillinger som godkjennes av sportslig leder går deretter til økonomisk ansvarlig som utbetaler til utøver. NB!

Krav for å motta støtte fra Ranheim friidrett:

- betalt treningsavgift til Ranheim friidrett ved forfall faktura
- betalt medlemsavgift til Ranheim hovedlag
- lisens skal være løst for utøvere som er 13 år eller eldre (hvis de fyller 13 i løpet av 2019 skal de løse lisens). Alle utøvere i Treningsgruppe 3, som har ambisjoner om konkurranseaktivitet ihht. det som er skissert i tabellen under skal ha utvidet lisens, bl.a. fordi denne gir tilgang til behandling ved skade på et tidligere stadium, og kan spare både klubben og utøver for betydelige utgifter
- den aktive må vise tilfredsstillende seriøsitet i forhold til idretten sin
- aktiv deltakelse på klubbens dugnader

NOTE! Dersom en utøver ikke evner å tilfredsstillende økonomiske kravene (se over) som skal til for å oppnå økonomisk støtte jfr denne modellen skal avdelingen gjøre en intern evaluering av vedkommendes status (*her må det på plass en prosedyre*) med tanke på å søke RIL Hovedlag om økonomisk støtte til denne utøveren.

(1) Klubben setter opp et årlig reisebudsjett, der hoveddelen rettes til deltakelse på nasjonale mesterskap (For 2019 se tabell under):

- NM, Jr. NM og UM utendørs: dette er alle stevner med egne kvalifiseringskrav
- NM innendørs og UM innendørs: NM inne og UM inne har ikke krav til resultat for deltakelse, men Ranheim friidrett stiller krav om at utøvere har resultater, eller på trening demonstrerer et nivå på linje med NM/UM kravene i tilsvarende eller sammenlignbare øvelser.
- NM banestafetter: Til dette stevnet kreves det innstilling på deltakelse (lag og utøvere) fra de enkelte trenerne (gjort i samråd med de aktuelle utøvere) til sportslig leder. Etter en evaluering gir så sportslig leder tilbakemelding på evt. deltakelse.

For utøvere som er kvalifisert for nasjonale mesterskap i sin aldersklasse støttes overnatting og reise innenfor en gitt ramme til disse stevnene (se tabell under). Klubben organiserer og betaler overnatting på disse stevnene, mens utøver selv bestiller og legger ut for reise. Reisekostnad innenfor ramme refunderes basert på innsendt reiseregning med bilag på utgiftene. Utøver plikter å reise på billigst mulig måte, og må selv dekke utgifter som overstiger rammen satt for det aktuelle stevnet.

(2) Reisestevne uten kvalifiseringskrav - Veidekkelekene:

Ranheim friidrett definerer Veidekkelekene på Lillehammer som reisestevne med breddeprofil. Det er ønske om stor deltakelse fra utøvere i alder 14 år og eldre. Klubben støtter med en andel av kostnadene til opphold. Resterende dekkes med egenandel fra alle utøvere som deltar. Reisekostnader dekkes fullt ut av utøver.

(3) I tillegg til nasjonale mesterskap og Veidekkelekene vil RIL for 2019 sette av en sum penger (~65 000 NOK) til dekning av utgifter for deltakelse i såkalte ikke-prioriterte stevner [se tabellen under for en oversikt over de fleste aktuelle stevner m/budsjett/støtte (terreng og bane) for 2019; listen kan utvides/justeres etter innspill fra trener/aktiv]. Ønske/søknad om støtte til deltakelse på disse stevnene må gjøres av trener/aktiv god tid i forkant og rettes til sportslig leder, som så tar den endelige avgjørelsen. Her skal det være en enkel og rask lavterskel prosedyre.

Det kan være mange forskjellige beveggrunner til deltakelse på et eller flere av disse stevnene, og her må utøver og trener ha god dialog og være enig i ønsket om stevnedeltakelse. Deltakelse/spons til disse stevnene må også sees i lys av den totale økonomiske støtten som den aktuelle aktive får av klubben. Rammen for total økonomisk støtte til en utøver vil være av størrelsesorden 12-15 000 NOK, utenom i helt spesielle tilfeller [f.eks. utgifter i forbindelse deltakelse på nasjonale representasjonsarrangementer (samlinger/internasjonale stevner)]

Sportslig hovedkriterium for støtte til deltakelse på disse stevnene er også resultater/prestasjoner på nivå med NM/UM-krav i tilsvarende eller sammenlignbar øvelse. For terreng NM må det gjøres en helt egen evaluering.

På disse stevnene må de aktive ordne med booking/betaling av reise og overnatting selv. Refusjon etter innlevert reiseregning. Kostnader som går ut over budsjett/støtte, angitt i regneark, må dekkes av den aktive selv.

(4) Klubben har også satt av en liten sum penger (25 000 NOK) for å dekke ekstra utgifter til utøvere og trenere som ikke får dekket alle sine utgifter i forbindelse med deltakelse på stevner samlinger hvor de er invitert av friidrettsforbundet eller arrangør. Her er det ikke budsjettert med noen spesifikke beløp, og støtte gis basert på søknad i hvert enkelt tilfelle. Skal støtte påregnes må også her søknad leveres til sportslig leder god tid i forkant. (egen budsjettpost).

MERK: Utøvere, som er så gamle at de ikke kan benytte seg av ungdomspriser ved flytransport, vil få en påplussing på transportstøtte på 600 NOK i forhold til det som står i det aktuelle regnearket (gjelder bare når fly benyttes).

Skadefond

Det settes av midler (15 000 NOK) i budsjett for støtte til utøvere i forbindelse med i skadebehandling. Søknad om slik støtte må rettes til sportslig leder. Det forutsettes at utøver har tegnet utvidet lisens, at skaden er meldt Skadetelefonen for idrettsskader, og at utøver benytter seg av tilbudet som gis derfra.

Det gis ikke støtte til forebyggende skadebehandling fra klubben sin side.

Kommentar til regnearket/tabell:

Ikke-prioriterte stevner: De beløpene som står i kolonnene 'Transport stevner' og 'Overnatting stevner' er den økonomiske støtten den enkelte utøver får om klubben godkjenner deltakelse,

- Den totale direkte økonomiske støtten til våre aktive for 2019 vil være ca. 400 000 NOK (et betydelig beløp).

Budsjett Nasjonale mesterskap 2019:	165 000 NOK
Budsjett ikke-prioriterte stevner 2019:	65 000 NOK
Budsjett inviterte arrangementer 2019:	25 000 NOK
Budsjett skadefond 2019:	15 000 NOK
Budsjett reiser og skader totalt:	270 000 NOK

Liste over reisestevner Ranheim Friidrett for sesongen 2019						
Stevne	Dato	Sted	Aldersgruppe	#Antall utø	Transportbudsjett stevner	Overnattingsbudsjett stevner
Prioriterte stevner:						
NM innendørs	2-3.feb 2019	Haugesund	15+	0	2000	1000
UM innendørs	1-3.mars 2019	Ulsteinvik	15-22år	0	0	1200
NM Stafetter	25-26.mai	Lillehammer		0	500	1200
Yeidekkelekene	20-23.juni 2019(?)	Lillehammer	13+	0	0	1500
NM Senior	2-4.aug 2019	Hamar	15+	0	500	1200
NM Junior	23-25.aug 2019	Sigdal		0	1300	1200
UM	6-8.sept 2019	Jessheim	15-19år	0	500	1200
Ikke-prioriterte stevner:						
Tyrvinglekene inne	8-10 februar	Rud, Bærum		0	800	1200
Sr. NM mangekamp innendørs	23-24 februar	Sandnes		0	0	0
Bamseleker	22-24.mars	Stange	10-19 år	0	0	0
NM terrengløp kort	6-7.april 2019	Larvik		0	1000	800
Sentrumsløpet	27.april	Oslo		0	800	0
Arne Risa Memorial	10. mai	Bergen		0	1000	0
Sr. NM mangekamp ute	18-19 april	Modum		0	0	0
Ordegem/Belgia	25 mai	Belgia		0	2500	1000
Trond Mohn Games	29.mai	Bergen		0	1000	0
Jessheim Elite	6. juni	Jessheim		0	800	0
Tyrvinglekene	14-16.juni 2019	Bærum, Nadderud		0	800	1200
EAP Geneve	15 juni	Sveits		0	2500	1000
Hinderfestival Ull/Kisa	20. juni	Jessheim		0	800	0
Tjalveleker	31.mai-2.juni	Bislett		0	800	1500
BG	13. juni	Bislett Oslo		0	800	0
Leiden	9 juni	Nederland		0	2500	1000
Folksam GP	29. juni	Sollentuna, Sverige		0	1500	1000
VU Spelen	28-30.juni 2019	Gøteborg		0	0	1500
Audun Boysen Memorial	5. juli	Bislett, Oslo		0	800	0
Folksam GP Karlstad Sverige	20. juli	Karlstad, Sverige		0	800	800
Folksam GP Gøteborg	August	Gøteborg		0	1500	1000
				0	0	0
NM terrengløp lang	13.okt	Oslo		0	0	0
				0	0	0
Vindsprint		Sundsvall		0	500	1000
Vindsprint		??		0	0	0
				0	0	0
				0	0	0
Diverse andre stevner				0	0	0
Mannheim				0	2500	1000
Palassspelen				0	1500	1000
Stavkonk Stockholm				0	1500	1000

6.2 Kjøring til stevner

Dekning av utgifter for kjøring med bil til og fra stevner og andre arrangementer må være ihht. til de enkelte budsjetter (dvs. der hvor reiseutgifter dekkes). For utøvere kan bare reelle utgifter (drivstoff og bommer) påregne å bli refundert. Trenere kan be om standard kilometergodtgjørelse så lenge de ikke overskrider kompensasjonsbeløpet angitt i deres trenerkontrakt. Utøvere som er passasjerer avtaler betaling med sjåfør.

6.3 Reiseregninger

Ranheim Friidretts MAL for reiseregning skal benyttes for alle reisekostnader som skal dekkes av klubben. Det skal utarbeides en reiseregning pr stevne. Alle påførte kostnader på reiseregningen skal dokumenteres med kvitteringer. Reiseregning med kvitteringer vedlagt (limes på et A4 ark og scannes) sendes pr mail til ansvarlig for regnskap/økonomi, med kopi til leder og sportslig leder innen 14 dager atter at arrangementet har funnet sted.

NOTE! Ved kansellering av reise/deltakelse uten gyldig grunn må utøver selv betale alle påløpte utgifter (også startkontingent).

Ved sykdom eller annen gyldig grunn for kansellering av prebooket reise/konkurransedeltakelse påligger det utøver et ansvar om å foreta de nødvendige avbestillinger så fort det lar seg gjøre for å slippe å betale unødvendige utgifter. Dette gjelder også avmelding av deltakelse for å unngå å betale startkontingent.

Dersom det ikke lar seg gjøre å avbestille aktuell reise/overnatting/stevnedeltakelse påligger det utøveren et ansvar om å søke å få refundert eventuelle utlegg, evt. slippe å betale for reise/-overnatting som er booket.

Dersom disse retningslinjene er fulgt, men en likevel må betale for reise/overnatting, vil klubben gi økonomisk støtte på linje med standard for dette arrangementet. Dersom utøver ikke deltar og retningslinjene ikke er fulgt vil utøver måtte påregne å betale alle utgifter selv.

6.4 Egenandeler kretslag/landslag

Laget dekker egenandeler for deltakelse på kretslag og landslag.

6.5 Startkontingent

Laget dekker startkontingent og deltakeravgift for alle terminfestede stevner for treningsgruppe I-III. (se definisjon av treningsgrupper, kap. 7.2)

Klubben betaler ikke startkontingent og stevneavgift for deltakere i treningsgruppe IV. For gruppe denne gruppen kan det dog gjøres unntak for stafetter der klubben velger å stille lag.

Hvis utøvere unnlater å møte opp uten gyldig grunn (sykdom etc.), vil utøveren bli fakturert startkontingenten. Utøver må også regne med å betale ekstra kostnader ved etteranmeldelse.

7 Kontingenter og treningsavgifter

7.1 Medlemskontingent RIL 2019

Alle som ønsker å være medlemmer i Ranheim Friidrett skal være medlem i Ranheim Idrettslag. (Kr 350,- for enkeltmedlemskap og støttemedlemskap; Kr 600,- for familiemedlemskap)
Utøver blir automatisk registrert i Ranheim IL når de registreres i Ranheim friidrett.

7.2 Treningsavgift 2019

Man kan ikke delta i trening eller stevner for Ranheim Friidrett uten å ha betalt treningsavgift. En vil heller ikke bli registrert som utøver, og står derved uten forsikring om treningsavgiften ikke betales. Husk å merke innbetalingsgiro med utøverens navn.

Satser for treningsavgift 2018:

Treningsgruppe/Alder (år)	Treningsavgift per år (kr)	
Treningsgruppe I 8-10	1900,-	
Treningsgruppe II 11-13	2600,-	
Treningsgruppe III 14+	4200,-	
Treningsgruppe IV	550,-	

Det er stor fleksibilitet når det gjelder overgang fra treningsgruppe II til treningsgruppe III. Dette på grunn av ambisjonsnivået til utøverne. Utøvere i treningsgruppe II vil derfor få treningsavgift etter treningsgruppen de tilhører og ikke nødvendigvis aldersbestemt.

Barneforsikring gjelder opp til og med 12 år.

Alle deltakere på banearrangement må ha helårslisens fra det året de fyller 13 år.
<https://www.friidrett.no/mosjon/lisens/> Det anbefales å betale for utvidet lisens da denne har en bedre forsikringsdel.

Gruppe IV er for:



Ranheim Friidrett

Retningslinjer for Ranheim Friidrett 2019

- Støttemedlemmer
- Utøvere som kun er med på sporadiske treninger og ikke benytter trenerkreftene for egne opplegg
- Utøvere som trener utenbys men allikevel ønsker å være medlem av Ranheim friidrett. (Disse må huske å betale friidrettskortet om de ønsker å delta på stevner som medlem av Ranheim friidrett. Veteraner trenger ikke å betale friidrettskortet.)
- Mosjonister: Det planlegges å starte en treningsgruppe for mosjonister. Tilbudet er for foreldre/ foresatte til utøvere og til andre interesserte i alle aldre. Deltakere må være medlemmer i Ranheim Idrettslag.

Det gis 50 % søskenmoderasjon for alle yngre søsken.

NOTE! Dersom en utøver ikke evner å betale medlemskontingent og/eller treningsavgift skal avdelingen gjøre en intern evaluering av vedkommendes status (*her må det på plass en prosedyre*) med tanke på å søke RIL Hovedlag om økonomisk støtte til denne utøveren.