

Retningslinjer for Ranheim Friidrett 2020



Innhold

Forord	2
Sportslige hovedmål	4
Administrative Mål	4
Planer for 2020	5
Organisasjonskart	6
Avdelingsutvalg 2020	6
Lederoppgaver	10
Nestlederoppgaver	10
Sekretær	10
Leder sportslig utvalg	11
Styremedlem I Medlemsregister	11
Styremedlem II Arrangementansvarlig	11
Modell for Økonomisk Støtte til Utøvere	12
Økonomisk støtte til utenbys stevner	12
Prosedyre for refusjon og betaling/utlegg i forbindelse med sponsede stevner Nytt!!	14
Kjøring til stevner	18
Egenandeler kretslag/landslag	18
Startkontingent	18
Modell for Økonomisk kompensasjon til trenere.Nytt!!	19
Reiseregning	19
Kontingenter og treningsavgifter	19
Medlemskontingent RIL 2020	19
Treningsavgift 2020	20



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/> og øverst på vår FB-side <https://www.facebook.com/groups/162347673880853/>

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 2020:

Gamle avdelingsutvalget (2019):

.....

Morten Fredriksen

Marianne Aune

Pål Reppe

Steinar Bernersen

Marianne Lorentzen

Jon Morud

Unni Sandøy

Odrun Gederaas

Trygve Tegnander

Nye avdelingsutvalget (2020):

Unni Sandøy

Pernille Wahlberg
Torgrim Jacobsen
Marianne Aune
Mari Sæther
Rune Skjesol
Karl Asmund Rognøy Olsson
Jon Morud
Odrun Gederaas

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.

-

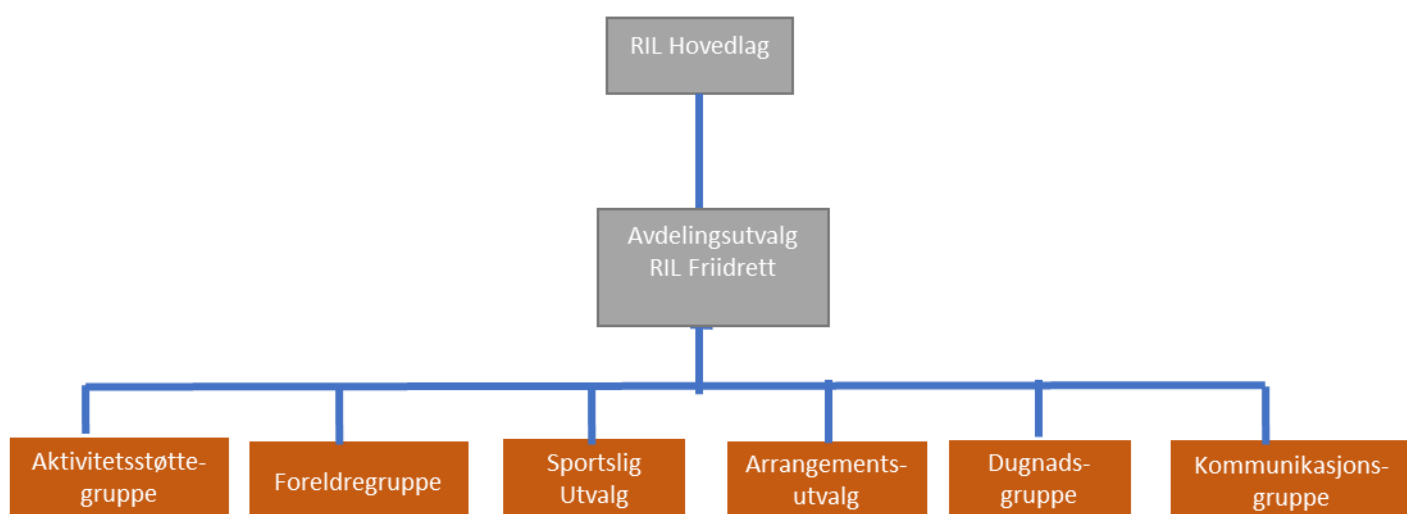
4 Planer for 2020

Prioriterte stevner:	Ikke-prioriterte stevner m/potensiell økonomisk støtte	Egne arrangementer	Medarrangører	Annet
Innendørs NM Innendørs UM NM Stafetter Veidekkelekene Junior NM bane, ute Senior NM bane, ute UM bane, ute Lerøy-lekene Ungdomsleken Midt-Norsk mesterskap 15+ Lokale stevner	Se tabell under pkt. 6.2	Kruskastevnet Ranheimsstevnet, høst Klubbmesterskap Adventsstevnet UM Diverse kveldsstevner		Jobbe med <u>skadeforebygging</u> , <u>trivsel</u> , og <u>"Ren klubb"</u>

5 Organisasjonskart

Ranheim Friidrett er organisert etter følgende modell:

Særidrettsorganisasjon (Friidrett)



5.1 Avdelingsutvalg 2020

Rolle	Navn
Leder:	Unni Sandøy konst., 2019
Nestleder	Pernille Wahlberg, 2020
Sportslig leder/Økonomi	Torgrim Jacobsen; 2020
Sekretær - hallvakter	Jon Morud, valgt 2018
Styremedlem I – medlemsregister	Mari Sæther, 2020
Styremedlem II - Arrangementsansvarlig	Marianne Aune, valgt 2016, 2018
Styremedlem III – libero 1	Karl Asmund Rognøy Olsson, 2020
Styremedlem IV – libero 2	Odrun Gederaas, 2019
Styremedlem IV – dugnad	Rune Skjesol, 2020

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

Utøverrepresentant velges for 1 år av gangen.

For sesongen 2020 har vi seks arbeidsgrupper (se under. **For at disse gruppene skal fungere etter intensjonen er det helt avgjørende at det er løpene tett kommunikasjon mellom gruppene og avdelingsutvalget.**

Litt om utvalgene og de respektive medlemmene:

Sportslig Utvalg:

Torgrim Jacobsen (sportslig leder)
Odrun Gederaas
Elisabeth Fjeldvær Murai
Marte Kristoffersen
Guro Sørumsaugen
Mari Sæther

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, og at de har politiattester (c) at fasiliteter og tilrettelegging for friidrettens aktiviteter er tilfredsstillende, (d) organisering av logistikk i forbindelse med stevner (særlig utenbys), (e) oppfølging/oppdatering og implementering av modell for økonomisk støtte til utøverne. (f) bestemme trenernes kompensasjonsbeløp og følge opp bruken av dette.

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
Hilde G Lien,
Morten Fredriksen,
Pål Reppe,
Kjell Kristoffersen

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:

Elisabeth Fjeldvær Murai

Marte Kristoffersen

Guro Sørumsaugen

Mari Sæther

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:

Rune Skjesol

Hege Fuglem

Kyrre Skjetne

Ole Even Hollas

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 2020 er et par arrangementer sammen med

Ranheimspatriotene/pensjonistgruppe, kiosksalg på et par RIL elitefotballkamper, vareopptelling på Coop Lade og evt. veksling St. Olavsloppet.

Aktivitetsstøttegruppe:

Odrun Gederaas

Jorunn Vigdal

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:

Jan Vestre, eksterne media

Roy Edvardsen, hjemmeside

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 ivarettatt på en optimal måte

Skal jobbe med inntektsbringende tiltak

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.

Møte fast i RIL sitt samarbeidsutvalg.

5.4 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

5.5 Leder sportslig utvalg

Lede Sportslig utvalg.

Strategi, sportslige, økonomiske og administrative mål

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

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

Ansette og avskjedige trenere i samarbeid med leder.

Legge inn søknader på løp/stevner for Ranheim friidrett på SportsAdmin.

Ansvar for trenerkontrakter, utøverkontrakter, og politiattester for trenere o.a. støttepersonell.

Ansvarlig for kontakt mot Friidrett sin person i Soldi

Ansvar for å følge opp inn- og utbetalinger

Følge opp og sørge for nødvendig underlag til eksternt regnskapsfirma

Informere styret månedlig om den økonomiske situasjonen – statusrapport

I samråd med leder sette opp budsjettforslag.

Sørge for at forsikring er i orden.

5.6 Styremedlem I Medlemsregister

Hovedansvar for kontinuerlig ajourføring av medlemsregister, sammen med sportslig leder og daglig ledelse i hovedlaget.

Sammen med daglig ledelse i hovedlaget ansvarlig for å sende ut giroer for innbetaling av treningsavgift

5.7 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 120 000 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, som også har ansvar for at økonomisk støtte blir korrekt.

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 2020 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 de 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 (~160 000 NOK) (For 2020 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 ihht gitte satser (se tabell for 2020 under).

(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 (se tabell/regneark 2020). 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 2020 sette av en sum penger (~55 000 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 2020; 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.

Deltakelse/spons til disse stevnene må sees i lys av den totale økonomiske støtten som den aktuelle aktive får av klubben. Max rammen for total økonomisk støtte til en utøver vil være av størrelsesorden 12-17 000 NOK, utenom i helt spesielle tilfeller

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.

6.2 Prosedyre for refusjon og betaling/utlegg i forbindelse med sponsede stevner Nytt!!

For utøvere som er kvalifisert til sponsede stevner i sin aldersklasse støttes overnatting og reise ihht. tabellen under. (regneark). Satsene er maks-beløp, som er basert på utsjekk av forventede kostnader (anbefalt overnatting og billigste offentlige transport) i forbindelse med de enkelte stevner. Ved rimeligere transport/overnatting oppgir utøverne kostnadene til sportslig leder (melding med type transport/overnatting og kostnader) og får refundert ihht disse. Denne ordningen (uten bilag) er basert på tillit, og oppdages det misbruk mister utøveren tilgangen på økonomisk støtte fra klubben.

(a) Refusjon til Utøvere

Klubbens regnskapsfører (Soldi)/RIL sin daglige leder betaler ut refusjon til utøverne ihht en liste de får fra friidrettsavdelingen 4-6 ganger i året, dvs. utøverne trenger ikke å levere reiseregninger.

Vedlegg til navnelisten og støttebeløp som går til Soldi:

Regneark m/satser (max beløp)

(b) Betaling for overnatting og transport i forbindelse med stevner

-Prioriterte stevner:

Når det gjelder overnatting 'booker' og organiserer klubben (sportslig leder). Men hver enkelt utøver betaler (seinest ved utsjekk)

Nå det gjelder transport 'booker' og betaler utøver. Merk! Kan være avvik på enkelte kompliserte reiser > klubben organiserer felles.

Ingen reiseregninger

-Ikke-prioriterte stevner (se regneark):

Utøver bestiller og betaler, som før. Ingen forandring i retningslinjer (deltakelse registreres av sportslig leder via trener).

Ingen reiseregninger

(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 (12 000 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:

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 2020 vil være ca. 380 000 NOK (et betydelig beløp).

Budsjett Nasjonale mesterskap 2019:	160 000 NOK
Budsjett ikke-prioriterte stevner 2019:	55 000 NOK
Budsjett inviterte arrangementer 2019:	25 000 NOK
Budsjett skadefond 2020:	12 000 NOK

Budsjett reiser og skader totalt: 252 000 NOK

!Spørsmål angående regler/rutiner for reise og opphold rettes kun til leder eller sportslig leder!

Liste over reisestevner Ranheim Friidrett for sesongen 2020 (kan utvides)					
Stevne	Dato	Sted	Sats transpor	Sats overnatting	
Prioriterte stevner:					
				Max	pr.natt
NM innendørs	1-2. feb 2020	Bærum	1000	1000	500/n
UM innendørs	6-8.mars 2020	Bærum	1000	900	450/n
NM Stafetter	23-24.mai	Stavanger	1000	1000	500/n
Veidekkelekene	25-28.juni 2020	Lillehammer	0	1350	450/n
NM Senior	19-21 juni 2020	Bergen	1000	1500	500/n
NM Junior	14-16.aug 2020	Askøy/Bergen	1200	1500	500/n
UM	28-30.aug 2020	Trondheim	0	0	
Ikke-prioriterte stevner:					
Tyrvinglekene inne	8-9 febr	Rud, Bærum	800	900	450/n
Sr. NM mangelkamp innendørs	18-19 januar	Hvam/Jessheim	500	1000	500/n
			0	0	
NM terrengløp kort	18-19.april 2020	Trondheim	0	0	
Sentrumsløpet	25.april	Oslo	1000	700	
Arne Risa Memorial	14. mai	Bergen	1000	0	
Sr. NM mangelkamp ute	31.mai-1. juni	Fagernes	1500	1000	500/n
Ordegem/Belgia	mai/juni	Belgia	2500	1500	500/n
Trond Mohn Games	30.mai	Bergen	1000	0	
Jessheim Elite	4. juni	Jessheim	800	0	
Tyrvinglekene	12-14 juni	Bærum, Nadderud	1000	1200	400/n
EAP Geneve	juni	Sveits	2500	1000	500/n
Hinderfestival UIKisa	august?	Jessheim	800	0	
Tjalveleker	29-31 mai	Bislett	1000	1200	400/n
BG	11. juni	Bislett Oslo	1000	800	
Leiden, Gouden Spike	mai/juni	Nederland	2500	1000	500/n
Folksam GP	16. juni	Sollentuna, Sverige	1500	1000	500/n
VU Spelen	28-30.juni 2019	Gøteborg	0	1500	500/n
Audun Boysen Memorial	30. juni	Bislett, Oslo	1000	0	
Sommerstevne	15. juli	Bislett, Oslo	1000	0	
Folksam GP Karlstad Sverige	8. juli	Karlstad, Sverige	1000	800	
Folksam GP Gøteborg	21.aug	Gøteborg	1500	800	
Varberg GP		Varberg	0	0	
NM terrengløp lang	11.okt	Skien	1000	800	
Oslo Løpestevne	08.jul	Bislett	1000	0	
Vindsprint		Sundsvall	500	1000	500/n
Vindsprint		??	0	0	
Hytteplanmila	oktober	Hønefoss	1000	700	
			0	0	
Diverse andre stevner			0	0	
Mannheim			2500	1000	
Palassspelen			1500	1000	
Stavkonk Stockholm	vinter		1500	1000	

6.3 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. Trenerne kan be om standard kilometergodtgjørelse (ikke-skattepliktig sats) så lenge de ikke overskrider kompensasjonsbeløpet angitt i deres trenerkontrakt. Utøvere som er passasjerer avtaler betaling med sjåfør.

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 Modell for Økonomisk kompensasjon til trenere. Nytt!!

Alle trenere vil innen 01.mars bli forelagt en kontrakt som de må signere, og levere inn en politiattest. Teksten i kontrakten er lik for alle mens kompensasjonsbeløpet vil variere, bl.a. avhengig av kompetanse, belastning, ansvar og forventet reiseaktivitet.

Kronebeløpet som står i kontrakten er formelt ikke lønn/honorar, men kompensasjon for utgifter som hver enkelt trener har (bl.a. til stevneriser, reise til og fra trening, treningstøy o.l.) i forbindelse med utøvelse av trenergjerningen. Det er derfor viktig at reiseregninger leveres fortløpende, kjørebøker føres, etc., om **hele kompensasjonsbeløpet (som er et maksbeløp)** skal utløses slik som tiltenkt.

Nå det gjelder hvordan trenerne vil disponere dette kompensasjonsbeløpet mellom treninger/kjørebok og utenbys reisevirksomhet står de ganske fritt, men det er viktig at trenerne (+sportslig leder) samordner reiseaktiviteten slik at det er tilfredsstillende trenerdekning på de forskjellige stevner.

7.1 Reiseregning

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 sportslig leder innen 14 dager etter at arrangementet har funnet sted.

8 Kontingenter og treningsavgifter

8.1 Medlemskontingent RIL 2020

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

8.2 Treningsavgift 2020

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:

- 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.