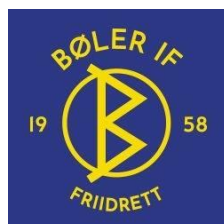




# Retningslinjer for Bøler IF Friidrett 2022



## Innhold

1. Formål for Bøler IF Friidrett
2. Godkjenning og oppdatering av retningslinjene
3. Organisatorisk tilknytning
4. Medlemskap
5. Treningsgrupper
6. Stemmerett og valgbarhet
7. Kontingent og treningsavgift
8. Godtgjørelse til tillitsvalgte og trenere
9. Årlig møte
10. Styret i Bøler IF Friidrett
11. Styrets ansvar
12. Arrangementer
13. Trenings- og konkurransedrakter
14. Klubbutvikling
15. Økonomirutiner
16. Økonomisk støtte
17. Påmelding til løp og stevner
18. Friplassen
19. Hjemmeside
20. Hedersbevisning og æresmedlemskap

## **1. Formål for Bøler IF Friidrett**

Bøler IF Friidrett skal tilby et bredt utvalg av friidrettsøvelser til alle aldersgrupper, og gi alle mulighet til å oppnå gode resultater.

Bøler IF Friidrett skal ha et godt og trivelig sosialt miljø, hvor den enkelte føler seg inkludert.

## **2. Godkjenning og oppdatering av retningslinjene**

Retningslinjene bygger på Lov for Bøler Idrettsforening. De skal ordinært godkjennes av årlig møte og oppdateres minst hvert år. Retningslinjene for 2022 er av praktiske grunner vedtatt av gruppestyret.

## **3. Organisatorisk tilknytning**

Bøler IF friidrett er en gruppe i Bøler Idrettsforening og er medlem i Norges Friidrettsforbund gjennom Oslo Friidrettskrets.

## **4. Medlemskap**

For å delta i gruppens aktiviteter kreves medlemskap i Bøler IF. Innmelding i Bøler IF skal skje elektronisk på eget skjema, som er tilgjengelig både på hjemmesiden til Bøler IF Friidrett og på hjemmesiden til Bøler IF. Medlemskap er gyldig først når kontingent er betalt. Medlemskap kan ikke etableres før eventuelle økonomiske forpliktelser til andre klubber er ordnet. Utmelding kan kun skje skriftlig, på e-post til [post@bolerif.no](mailto:post@bolerif.no).

Barn som er interessert i friidrett kan delta i to fellestreninger før de bestemmer seg for innmelding.

Medlemskapet omfatter dugnadsplikt i forbindelse med gruppens arrangementer. For barn og ungdom faller dugnadsplikten på de foresatte.

## **5. Treningsgrupper**

Friidrettsgruppa har følgende treningsgrupper:

### Barn og ungdom

- 6-9 år
- 10-12 år
- 13-19 år

### Voksne

- Satsningsgruppe
- Mosjonsgruppe
- Ressursgruppe (frivillige, tidligere kalt støttemedlemmer)

## **6. Stemmerett og valgbarhet**

For å ha stemmerett på gruppens årlige møter må et medlem ha fylt 15 år, ha vært medlem i minst 1 måned og kan ikke skylde foreningen kontingent. Alle

medlemmer som har stemmerett er valgbare til tillitsverv i gruppen og som representant til ting eller møte i overordnet idrettsorganisasjon.

## **7. Kontingent og treningsavgift**

Medlemskontingenten fastsettes, kreves inn og disponeres av hovedstyret. Trenings-/gruppeavgiften vedtas av hovedstyrets årsmøte etter innstilling fra gruppens årlige møte. Gruppen disponerer avgiften selv. Oppdatert oversikt over størrelsen på treningsavgiften skal finnes på gruppens hjemmeside.

Treningsavgiften kreves inn via Spond. Satsene for 2022 er:

- Barn under 10 år: kr 460,-
- Barn og ungdom 11-19 år: kr 805,-
- Mosjonsgruppe: kr 920,-
- Satsningsgruppe: kr 1.265,-
- Ressursgruppe: kr 230,-

## **8. Godtgjørelse til tillitsvalgte og trenere**

Tillitsvalgte og trenere kan motta en rimelig godtgjørelse for sitt arbeid, samt refusjon for faktiske utgifter. Utgiftene til godtgjørelse skal fremgå av gruppens budsjett og regnskap. Styret beslutter fordelingen av godtgjørelsen.

## **9. Årlig møte**

I henhold til Lov for Bøler IF skal gruppens årlige møte avvikles innen en frist som fastsettes av hovedstyret. Dato for møtet kunngjøres for medlemmene så snart den er bestemt. Innkalling skal legges ut på gruppens hjemmeside minst én uke før møtet. Medlemmer som ønsker det skal før møtet få tilgang til regnskap, årsberetning og eventuelle forslag. Forslag til årlig møte skal leveres senest én uke før møtedato. Årlig møte skal ledes av valgt dirigent.

Årlig møte skal:

- Godkjenne innkalling og dagsorden
- Velge dirigent, referent og 2 personer til å underskrive protokollen
- Behandle gruppens årsberetning
- Behandle gruppens regnskap
- Behandle innkomne forslag
- Foreslå treningsavgift for klubbens årsmøte
- Oppdatere gruppens retningslinjer
- Vedta gruppens budsjett (forslag til hovedstyrets årsmøte)
- Velge representant til ting (forslag til hovedstyrets årsmøte)
- Velge gruppestyre (forslag til hovedstyrets valgkomite). Leder og nestleder velges enkeltvis ved navn. Valgkomite på 2 personer velges dersom gruppestyret ønsker det.

## **10. Styret i Bøler IF Friidrett**

Retningslinjer for Bøler IF Friidrett, vedtatt på årsmøtet 2. februar 2010. Sist endret 15.3.2022

Gruppestyret skal bestå av minst tre medlemmer. Loven sier ikke noe om kjønnsfordelingen i gruppestyrene. Gruppen bestemmer antall styremedlemmer, basert på en vurdering av ansvarsområdene og behovet for tillitsvalgte til å ivareta disse. Styret skal ha en ungdomsrepresentant. Styret konstituerer seg selv.

Oppmann og arrangementsansvarlige kan utpekes av styret og har møte- og talerett på styremøtene.

### **11. Styrets ansvar**

Styret i Bøler IF Friidrett er ansvarlig overfor det årlige møtet og hovedstyret for gruppens økonomi. Hele foreningen hefter for gruppens økonomiske forpliktelser, og friidrettsgruppen kan ikke inngå avtaler eller representere Bøler IF utad uten hovedstyrets godkjenning.

Styret i Bøler IF Friidrett disponerer treningsavgiften og eventuelle sponsorinntekter.

Styret i Bøler IF Friidrett skal behandle alle faglige saker som gjelder friidrett. Hovedstyret skal informeres om gruppens arrangementer, og gruppen selv skal stå for det tekniske arrangementet. Gruppen handler selvstendig i idrettstekniske saker som kun vedrører gruppen.

Leder av Bøler IF Friidrett er ordinært fast medlem av hovedstyret i Bøler IF, med nestleder som vararepresentant. Disse velges av hovedstyrets årsmøte.

### **12. Arrangementer**

Bøler IF Friidrett har følgende faste arrangementer:

- Bølerstafetten
- Ulsrudvann Rundt
- Bølers barneleker
- Nøklevann Rundt
- Klubbmesterskap i terrengløp
- Friidrettsskole

I tillegg kan gruppen påta seg å arrangere banestevner, primært for barn. Gruppen arrangerer idrettsmerkeprøver når dette er aktuelt.

Alle arrangementene er basert på dugnad fra medlemmene. Det er anledning til å skaffe eksterne sponsorer. Sponsoravtaler skal godkjennes av hovedstyret.

### **13. Trenings- og konkurransedrakter**

Bøler IF Friidrett skal tilby medlemmene trenings- og konkurransedrakter i klubbfarger, påtrykt/påsydd navn (klubb og gruppe) og gruppens logo. Draktene skal også påføres logoen til samarbeidspartnere som krever dette. Styret beslutter hvorvidt og i hvilken grad gruppen skal subsidiere dette utstyret overfor medlemmene.

Forutsetningen for subsidiering er at klubbetøyet benyttes regelmessig på trening, og for å få refusjon av startkontingent skal klubbens t-skjorte/singlet brukes i konkurranser.

Medlemmer som har private sponsorer kan bruke egne trenings- og konkurransedrakter, så sant de er påført gruppens logo og logoen til eventuell samarbeidspartner. I norske mesterskap og stafetter skal klubbdrakt benyttes.

#### **14. Klubbutvikling**

Et igangsatt klubbutviklingsprosjekt videreføres i 2022. Resultatet vil initiere gruppens årsplaner fremover.

#### **15. Økonomirutiner**

Klubben innførte nye økonomirutiner i 2021.

##### ***Bankkonti***

DNB er klubbens nye bankforbindelse. Hovedstyret og gruppene skal ha felles drifts- og sparekonti. Klubbens nye driftskonto er 1503.34.78701. Gruppen beholder konto 0536.35.98554 som kort- og vippskonto.

##### ***Økonomiansvarliges oppgaver***

###### Utgående fakturering

Treningsavgiften faktureres via Spond. Øvrig fakturering, som klubbetøy, sponsorer mv, skjer via Tripletex.

###### Inngående fakturaer

EHF-fakturaer kommer direkte til Tripletex. Økonomiansvarlig «godkjenner» den og påfører regnskapskonto.

Fakturaer som kommer i posten eller på e-post lastes opp i bilagsmottaket i Tripletex og påføres nødvendig informasjon.

Timelister fra trenerne påføres beløp og attestasjon og lastes opp i Tripletex.

Ved refusjonskrav (startkontingent mv) fylles det ut eget skjema som attesteres, og som sammen med kvitteringer lastes opp i bilagsmottaket.

###### Betaling

Regnskapsfører bokfører og legger betalingen/fakturaen til remittering. Daglig leder godkjenner remitteringen. Betalingen initieres fra Tripletex, ved at en liste overføres til et venteregister i banken, som utfører betalingen på forfallsdag.

## **16.Økonomisk støtte**

Bøler IF Friidrett får utbetalt hodestøtte (NIF, LAM) og momsrefusjon via hovedstyret, som inntil videre beholder grasrotmidlene. Gruppen kan i tillegg søke Østensjø bydel, organisasjoner og næringsliv om økonomisk støtte, både generelt og i forbindelse med enkeltarrangementer. Når det er aktuelt kan gruppen søke Norges Friidrettsforbund om spillemidler.

### Startkontingent

Medlemmene kan delta gratis i egne arrangementer. Utøvere under 18 år får dekket startkontingent i alle konkurranser. Refusjonssatsene for medlemmer over 18 år skal fremgå av gruppens oppdaterte nettside. Krav om refusjon, med kvitteringer, skal fremsettes innen 1. desember, gjerne fortløpende.

Mosjonsgruppen får i 2022 inntil kr 1.900,- i refusjon av startkontingent i baneløp og mosjonsløp, inkludert Sentrumsløpet og Oslo Maraton.

Satsningsgruppen får i 2022 inntil kr 800,- i refusjon for startkontingent for hvert mosjonsløp, samt fri deltagelse i Sentrumsløpet og Oslo Maraton. Full dekning av startkontingent i banestevner og mesterskap.

Ressursgruppen får ikke refundert startkontingent.

### Reise og opphold

- A. Hovedmesterskapet på bane refunderes 100 %. Reisen skal skje på en rimelig måte og bør planlegges i god tid.
- B. Ungdomsmesterskap og juniormesterskap på bane refunderes 100 %. Styret varsles på forhånd. Reisen skal skje på en rimelig måte og bør planlegges i god tid. På samme vilkår dekkes reise- og oppholdsutgifter for ledsager.
- C. NM i terrengløp, kort og lang løype (gjelder ikke NM i terrenkultra og NM i motbakkeløp), refunderes 25-100 %. Styret varsles på forhånd. Reisen skal skje på en rimelig måte og bør planlegges i god tid.
- D. Andre arrangementer med NM-status, inkludert veteranmesterskap på bane og utvalgte mosjonsløp som anbefales av klubben, refunderes inntil 50 %. Styret varsles på forhånd. Reisen skal skje på en rimelig måte og bør planlegges i god tid.
- E. Ved deltakelse i andre mosjonsløp refunderes ikke reise- og oppholdsutgifter.

## Annen refusjon/godtgjørelse

Bøler IF Friidrett betaler etter søknad helårslisens (grunnlisens) for Satsningsgruppen og for utøvere under 18 år som deltar i banestevner. Økonomisk støtte til treningsleirer, medisinsk behandling, spesielle arrangementer osv. besluttet av gruppestyret. Slike kostnader skal forankres i budsjettet og klart fremgå av regnskapet.

Medlemmer som kvalifiserer seg til mesterskap får gratis konkurransetøy (singlet, løpetopp, hipster, T-skjorte, shorts, kort tights).

Styremedlemmer og trenere får gratis profileringstøy i henhold til styrevedtak.

Nye trenere får heretter gratis

- treningsdress (jakke, bukse). Sommertights kan velges istedenfor treningsbukse
- vintertights
- T-skjorte
- kort tights eller shorts
- hettegenser
- lue eller hodebånd

Ny tildeling skjer ved behov, eller ved betydelig endring av modeller.

Tilsvarende gjelder for oppmann og styremedlemmer.

## **17.Påmelding til løp og stevner**

Påmelding til stafetter foretas av sportslig leder og/eller trener. Kopi skal sendes økonomiansvarlig for betaling av startkontingent. Voksne medlemmer skal selv melde seg på konkurranser. Påmelding av barn og ungdom skal foretas av foresatte via Min idrett. Kopi av bekreftelsen skal sendes økonomiansvarlig. Etter avtale kan påmelding foretas av trener/oppmann, på samme vilkår. Ved påmelding skal Bøler IF Friidrett alltid oppgis som klubb. Bøler IF kan oppgis som klubb dersom påmeldingssystemet ikke godtar noe annet.

## **18.Friplassen**

Driften av Friplassen på Haraløkkka inngår i driftsavtalen som Bøler IF har med Oslo kommune, Bymiljøetaten. I praksis betyr dette at friidrettsgruppa skal

- Forestå daglig drift og tilsyn av Friplassen med tilhørende driftsgarasje
- Sette ut og ta inn idrettsutstyr i forbindelse med treningsøkter
- Spavende sand i lengdegrop
- Planere ut sand i kulesektor
- Feie/koste tartandekket rundt lengdegrop og kulesektor 1 gang pr. uke
- Sjøppelplukking

Feil og mangler ved anlegget skal umiddelbart skriftlig meddeles Bymiljøetaten, ordinært via daglig leder. Det samme gjelder eventuell tagging og annet hærverk. Friidrettsgruppa disponerer driftstilskuddet fra Oslo kommune.

## **19.Hjemmeside**

Bøler IF Friidrett skal ha en godt utviklet hjemmeside, og det er et felles ansvar å skaffe nyhetsstoff. Hjemmesiden er tilgjengelig for alle og skal ikke inneholde intern, fortrolig informasjon. Styret har et felles ansvar for innholdet, og utpeker ansvarlig redaktør. Hjemmesiden er gruppens offisielle informasjonskanal, mens Facebook og e-post er supplement. Spønd benyttes til intern kommunikasjon i treningsgruppene.

## **20.Hedersbevisning og æresmedlemskap**

Styret i Bøler IF Friidrett har innstillingsrett overfor hovedstyret når det gjelder hedersbevisning og æresmedlemskap.

Oslo, mars 2022

Bøler IF Friidrett  
Styret

