



Kongahälla AIK Friidrott

Regler och Rutiner





1. Inledning

1.1. Kongahälla Allmänna Idrottsklubb- KAIK har som sin främsta uppgift att bedriva friidrottsutbildning för barn och ungdomar. Barn är man tom 12år, ungdom från det år man fyller 13 tom 17år, junior 18-22år, senior från 23år samt veteran från 35år.

1.2. Vision

En attraktiv friidrottsmiljö med bredd, spets och glädje.

1.3. Mål

Tävlingsverksamhet är en viktig del i friidrotts-utbildningen. KAIK anordnar därför egna tävlingar och stödjer barn och ungdomar som väljer att tävla i friidrott. KAIK's verksamhet syftar inte främst till att producera elitfriidrottare men då talanger utvecklas i föreningen stödjer vi deras utveckling i den mån ekonomisk möjlighet finns.

2. Riktlinjer för verksamheten

I KAIK skall alla behandlas lika, vi tror på jämställdhet och lika möjligheter för alla. KAIK följer de normer och regler som ställs från samhället, vi motarbetar doping (certifierade tom 2023) och vi fostrar barnen i god kamratanda i breda åldersgrupper där det är möjligt.

Vi tror att breda åldersgrupper får de äldre barnen att växa och de yngre att få goda förebilder. Inom KAIK är främst föräldrar, egna före detta aktiva och aktiva friidrottare ledare och tränare. Föräldrarna bidrar med trygghet medan aktiva och före detta aktiva bidrar med expertis. Vi uppmuntrar alla som är ledare och tränare att gå utbildningar för tränare inom friidrott.

För att undvika risk för favorisering, osunda förhållanden mellan ledare och aktiva är målsättningen att träningar genomförs med minst två vuxna ledare.

3. Medlemsavgifter

Alla som tränar och tävlar i Kongahälla AIK måste betala medlems- och träningsavgift (undantaget tränare). Aktiva har en "prova på tid" på 3 veckor innan avgift behöver betalas. När den aktive betalt medlemsavgiften är han/hon försäkrad och har rätt att representera klubben vid tävlingar.

Medlemsavgift tas ut oavsett när på året den aktive börjar. Träningsavgift tas ut beroende på hur stor del av året som återstår.

När man erlägger medlemsavgift godkänner man även att namn och bild publiceras och att personuppgifter som är relevanta för föreningen databehandlas. De som inte godkänner detta ska skriftligen meddela kansliet.

Medlemsavgiften beslutas på årsmötet och dokumenteras i årsmötesprotokoll samt finns på klubbens hemsida.

4. Köregler

Turordning i respektive åldersgrupp sätts utifrån när personen anmälts till kön.

Förtur ges:

- För ny familjemedlem vid familjemedlemskap.
- Om förälder kan ställa upp som ledare/tränare eller styrelsemedlem.
- Barn i kön erbjuds att delta i nybörjarkurs omfattande 4 gånger, startar 2-3gångar/år,



innan de slussas in i aktuell grupp.

- Ungdomar och juniorer slussas direkt in i aktuell grupp.

5. Funktionärer

Vid tävlingar där klubben är arrangör eller medarrangör måste alla som är 15 år eller äldre och som klubben betalar startavgifter för vid tävlingar, ställa upp som funktionär om man inte själv deltar vid minst ett tillfälle per år. Detta gäller utöver nedan och ska vara oavlönade insatser för klubben.

För att klubben skall kunna arrangera och vara medarrangör till tävlingar krävs att också föräldrar till de aktiva ställer upp som funktionärer vid

- minst 2 tillfällen/aktiv/år
- alternativt 3 tillfällen/familj/år.

- För aktiva/familjer där någon bidrar som ledare eller styrelseledamot gäller 1 resp 2 tillfällen/år. Det är önskvärt att ledare/tränare tar på sig ansvaret som grenledare på våra arrangemang som ett led i sin utveckling som tränare. Självklart ska vi även avsätta tränare/ledare till att stötta våra egna aktiva under våra egna arrangemang.

6. Träningskort

De årskort som de aktiva (från 15år) behöver till andra träningshallar ska förordas av tränaren i samråd med styrelsen. Klubben subventionerar del av kostnaden. Klubbens tränare får behövliga årskort betalda.

7. Klubbkläder

Klubben subventionerar del av kostnaden för tävlings och träningskläder för aktiva och ledare.

Tränings T-shirt erhålls av klubben när man betalat sin första medlemsavgift.

På tävlingar skall aktiva och tränare som vistas i tävlingsområdet bära klubbens officiella dräkter (tävlingsdräkter resp klubbjacka) Barn (tom 12år) kan använda klubbens officiella t-shirt på tävling. Ungdomar och juniorer ska bära klubbens tävlingskläder vid tävling.

Individuell sponsring på klubbens officiella kläder får endast förekomma efter godkännande av styrelsen.

8. Personlig Budget

Beslut om personlig budget baseras på placering vid mästerskap (topp 6 på SM/JSM/USM ute eller inne), träningsnärvaro och målbild tas av styrelsen.

Budgeten ska användas till friidrotts/träningsutrustning och kan betalas ut i form av presentkort eller mot uppvisande av kvitto. Budgeten kan max uppgå till:

Seniorer	12500 kr/år
Junior	8000 kr/år
Ungdom tom 17	6000 kr/år

9. Tävlings-/träningsresor

För samtliga tävlings- och träningsresor med övernattnig skall en budget och motivering av resan lämnas in till styrelsen för godkännande minst 2 månader innan resan bokas.

Efter resan skall alla utgifter redovisas (även de som faktureras till klubben) ihop med en utgiftsrapport innehållande alla utgifter samt vilka som var med på resan.

Ersättningen gäller övernattnig på vandrarhem eller liknande. Klubben står för tränarnas



övernattningskostnad. Reseersättning utgår enligt skatteverkets riktlinjer. Om gemensam resa ordnas med minibuss/bil utgår ingen milersättning.

För de aktiva gäller:

Avgift för resa/läger ska vara betald före avresa.

Om man är anmäld till resor och läger men ej följer med får man stå för hela kostnaden själv om orsaken är annan än skada eller sjukdom.

Ledare/tränares regler/instruktioner ska följas och tider hållas när vi reser tillsammans.

Om man ej följer regler och instruktioner kan man skickas hem och kommande resa får man bara följa med om målsman närvarar.

10. Mästerskap

Tränare avgör i samråd med aktiva och dennes föräldrar om man ska delta på mästerskap. Till GM gäller förbundets kvalgränser.

Klubben betalar resa och övernattning vid mästerskapstävlingar för aktiva och tränare.

Måltider får den aktive stå för själv.

11. Inköp av utrustning

Alla inköp av utrustning skall godkännas av styrelsen innan köp. En lista på behov samt uppskattad kostnad lämnas till kansliet för hantering på styrelsemöte. Efter beslut beställs utrustning av kansliet.

12. Försäkring

Klubben inklusive alla medlemmar (aktiva och tränare) i klubben är försäkrade i Folksam. Folksams Specialidrottförsäkring kan efter godkännande av styrelsen tecknas från 17 år.

13. Tävlingsanmälan

Avgifter till tävlingar, upp till 12år ingen begränsning från 13år max 3 starter/dag, betalas av klubben förutsatt att tävlingen är sanktionerad av klubben, att tränaren sanktionerat den aktives deltagande, att medlemsavgiften är betald och att anmälningen är gjord via hemsidan i god tid. Vid för sen anmälan betalar den aktive efteranmälningsavgiften.

Vid ej giltig frånvaro från start, står den aktive för hela avgiften. Giltig frånvaro är sjukdom eller skada samt att den aktive måste informera tränaren senast tävlingsdagen.

Speciella omständigheter kan föreligga på tävlingsplatsen som gör det omöjligt för den aktive att komma till start, t.ex. om grenar krockar och detta inte har kunnat förutses i tidsprogrammet.

Senioraktivas starter, resor och boende betalas ej av klubben såvida man inte har personlig budget.

14. Bonuspengar

För att ge lovande och framgångsrika ungdomar möjlighet att ytterligare förbättra sig, har klubben inrättat ett system med poäng. Detta gäller fr. o m. det år den aktive fyller 15 år och t.o.m. det år den aktive fyller 22 år. Det bygger dels på under säsongen uppnådda resultat, se tabell nedan och dels på träningsnärvaro. Ett krav är att den aktive tävlat i minst 5 olika tävlingar under året.

Pengarna är avsedda som uppmuntran och skall användas till idrottsändamål, t.ex. resor till tävlingar som inte betalas av klubben, idrottskläder, redskap och dyl.

Pengarna betalas ut av klubbens kassör mot avlämnande av kvitto, fr.o.m. den 1 januari året efter poängen är intjänade, förutsatt att vederbörande fortfarande tävlar aktivt för KAIK.



Placering 1 i SM	5000 kr	varje gång
Placering 2-3 i SM	3000 kr	varje gång
Placering 4- 6 i SM	1500 kr	varje gång
Placering 1-3 i JSM	2000 kr	varje gång
Placering 4-6 i JSM	1000 kr	varje gång
Placering 1-3 i USM	1000 kr	varje gång
Placering 4-6 i USM	500 kr	varje gång
Distriktsrekord	2000 kr	1 gång per gren och år

15. Tävlingar

För att aktiv skall få tävla för klubben krävs att medlemsavgiften är betald. Aktiva måste också följa föreskrifter om klädsel på tävlingar.

Aktivs deltagande i tävlingar typ SM eller andra stora tävlingar i Sverige eller i utlandet, förordas av tränaren.

För tävlingar utanför distriktet skall en tävlingsbudget upprättas och ett beslut skall tas i styrelsen innan några bokningar får göras.

DM-tävlingar har alla rätt att delta i och dessa skall prioriteras av tränare och aktiva.

Klubben betalar inte startavgifter till andra tävlingar samma dag som vi har egna arrangemang om det inte gäller en stor tävling t.ex. SM.

16. Antidoping

Vi följer RF:s antidopingpolicy. "Allt bruk av dopingmedel är oacceptabelt. Inget idrottsresultat är så värdefullt att bruk av dopingmedel kan försvaras."

Regler, listor, m.m. finns att läsa på RF:s hemsida: www.rf.se

17. Tränarersättning

Ersättning till ungdomstränare betalas ut enl kommunens taxa efter inlämning av blankett till kassören. För att få ersättning skall man ha gått ledarutbildning.

Ersättning till "föräldrarledare" utgår ej om särskilda skäl inte föreligger – beslutas och dokumenteras av styrelsen. En klubbjacka/tröja erhålls av ledare som deltar regelbundet samt gått ledarutbildning.

Ersättning till tränare (ej "föräldratränare") utgår i form av milersättning till tävlingar i närområdet. Mästerskap mm se ovan.

18. Övrigt

18.1. Speciella rutiner gäller för lån av utrustning, klädköp, personliga konton mm. Blanketter finns på kansliet

18.2. Alla nya aktiva skall anmälas via kansliet för att vi skall kunna ha ett aktuellt medlemsregister. Kansliet sköter all medlemsregistrering i SportAdmin

18.3. Respektive tränare är ansvariga för att närvarorapportera alla träningar i SportAdmin enligt gällande bestämmelser. Tävlingar/läger registreras av kansliet.

18.4. Kommunikation på sociala medier får ej vara kränkande mot vare sig enskilda medlemmar eller klubben, gäller klubbens kanaler så väl klubbens som egna kanaler. Styrelse och kansli har rätt att radera inlägg på klubbens sociala medier som är orättvisa och kränkande.

18.5. Gå gärna in på klubbens hemsida www.kaik.nu, där ytterligare information finns.

18.6. Beslut som går utanför Regler och Rutiner ska beslutas av styrelsen