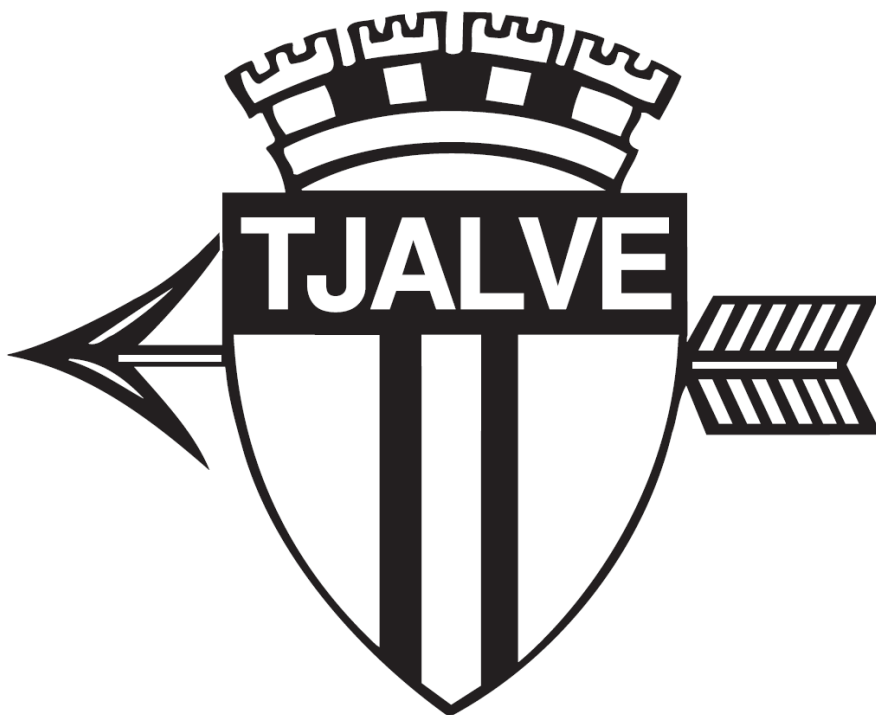


Strategisk plan mot 2024



Idrettsklubben Tjalve

12. november 2018

Innhold

Strategisk plan mot 2024.....	1
Strategi	4
Verdier	4
Visjon	4
Mål og tiltak	4
Idrett	4
Arrangement	5
Organisasjon	6
Idrettslig plan.....	8
Tjalves idrettskultur	8
Tjalves trenere	8
Tjalves utøvere	9
Tjalves grupper	9
Toppidrett	9
Elite	10
Rekrutt.....	10
Nasjonal gruppe	11
Idrettslaget KOLL	11
Medisinsk	12
Antidoping.....	12
Mesterskap.....	12
Arrangementsplan.....	14
Formålet med arrangementsplan.....	14
Funksjonærer	14
Miljøansvar.....	15
Holmenkollstafetten	15
Boysen Memorial.....	15
Tjalvelekene	16
Bassen Sprint/Minibassen	16
Barcode Challenge	16
Forpliktelser til Bislettalliansen	16
Organisasjonsplan.....	17
Formålet med organisasjonsplan	17
Kompetanse	17
Klubbmiljø.....	17
Kommunikasjon.....	18

Medlemmer og frivillige	18
Vedlegg	20
Klubbens rollefordeling.....	20
Generalforsamling (årsmøte)	20
Styret	20
Daglig leder	20
Idrettslig leder	20
Trener og arrangementskoordinator	21
Trenere	21
Medlemmer.....	21
Idrettslig utvalg (IU)	21
Friidrettsforbundet	21
Kretsen	22
Organisasjonskart.....	Feil! Bokmerke er ikke definert.
Retningslinjer	23
Retningslinjer mot seksuell trakassering og overgrep i IK Tjalve	23

Strategi

Verdier

Åpenhet - Engasjement - Kompetanse – Helse

Åpenhet: IK Tjalve skal kommunisere åpent om det idrettslige arbeidet. Medlemmer skal holdes godt orientert om arbeidet i klubben. Klubben skal også være inkluderende, uavhengig av medlemmenes ambisjoner.

Engasjement: Treninger skal preges av glede og mestring. Engasjerte medlemmer skal gis utfordringer og anerkjennes for arbeidet de gjør.

Kompetanse: Klubbens arbeid skal være kunnskapsbasert på alle nivåer.

Helse: “Mens sana in corpore sano” Helse foran prestasjon. Antidoping. Sunne holdninger.

Visjon

Tjalve skal være Norges beste friidrettsklubb.

Mål og tiltak

Idrett

Hovedmål - Norges beste klubbstyrte trening

Tiltak:

- Alle treningsgrupper skal tilby seks ukentlige treninger med kompetent treneroppfølging innen 1. oktober 2019
- Ansatt arrangementskoordinator og trener skal hjelpe idrettslig leder med tett oppfølging av trenere og utøvere.
- Jevnlig tilbud om kompetanseheving til trenere.

Elite - IK Tjalve skal være representert med utøvere i alle internasjonale seniormesterskap.

Tiltak:

- Toppidrett (finaleplass i internasjonale mesterskap): IK Tjalve tilrettelegger for toppidrettssatsning i samarbeid med NFIF og Olympiatoppen.
- Utøvere i posisjon til å delta i internasjonale mesterskap skal ha individuelt tilpasset oppfølging.

Nasjonalt - Tjalve skal vinne serien for kvinner og menn, vinne Holmenkollstafetten for begge kjønn og være beste klubb i Hovedmesterskapet.

Tiltak:

- Skape attraktive treningsmiljøer i Tjalves eksisterende treningsgrupper, og ha hensikt om å dekke inn flest mulig øvelser.
- Sosialt tilbud
- Prioritere deltakelse i Europacup for klubbblag.

Junior – flest mulig fortsetter inn i seniorklassene**Tiltak:**

- Idrettslig utvikling i tråd med NFIFs utviklingsplan, med riktig progresjon på utøverens treningstilbud og konkurransetilbud.
- Sosialt tilbud
- Ha aktivitetstilbud i alle øvelser, så langt det finnes utøvere i klubben.

Rekruttering – Vi skal, sammen med Koll, rekruttere flere juniorer og seniorer, med mål om 200 aktive innen 2024.**Tiltak:**

- Ha treningstilbud som er i stand til å ta i mot alle utøvere som henvender seg til klubben.
- Opparbeidet et miljø som både idrettslig og sosialt er attraktivt.
- Hvor Tjalve har det beste sportslige tilbudet, aktivt rekruttere eliteutøvere.
- Mulighetsstudie i forbindelse med ny friidrettshall på Mortensrud.

Arrangement

Hovedmål - Bedret kvalitet og målrettet markedsføring skal bidra til økt deltakelse på arrangementene.

Funksjonærer - funksjonærer skal føle seg verdsatt for sitt bidrag på arrangementer.**Tiltak:**

- Funksjonærer skal oppleve arrangementene som en sosial arena.
- Tjalve skal rekruttere flere funksjonærer fra egne medlemmer.
- Rekruttere flere ubetalte frivillige gjennom frivillig.no og verving blant studenter.
- Innleide funksjonærer skal være fra andre frivillige organisasjoner slik at pengene blir i frivillig sektor.
- Vi skal årlig ha minimum seks medlemmer på dommerkurs.

Mosjonsarrangementer – Holmenkollstafetten skal minst ha 3000 påmeldte lag, og ha 3500 lag innen 2024. Barcode Challenge skal ha 720 deltakere innen 2024.**Tiltak:**

- Direkte markedsføring mot bedrifter og organisasjoner.
- Tilby treningsoppfølging til bedrifter.
- Øke oppmerksomhet og bygge merkevaren.
- Bedre logistikken i Holmenkollstafetten for å øke kapasiteten for antall lag.

Friidrettsarrangementer – Gjennomføringen av, og kvaliteten på, Tjalves friidrettsarrangementer skal være Norges beste i dets kategori.

Tiltak:

- På breddearrangementene skal vi vektlegge godt sportslig tilbud, oppfølging av funksjonærer og økonomisk overskudd.
- På Boysen Memorial skal vi vektlegge kvalitet i det sportslige tilbudet, oppfølging av funksjonærer og god logistikk med utgangspunkt i EAs Classic Permit Meeting-krav.

Miljøansvar - Holmenkollstafetten skal ha miljøfyrtårnsertifisering innen 2024.

Tiltak:

- Tjalve skal bruke kravene for miljøfyrtårnsertifisering til å bedre miljøavtrykket på arrangementet.

Organisasjon

Hovedmål - Tjalve skal være en kunnskapsbasert, sosial og engasjerende organisasjon.

Medlemmer og frivillighet - flere medlemmer skal ønske å bidra.

Tiltak:

- Medlemmer skal velge hvilke dugnadsarrangementer de stiller på, og deres innsats skal tydeliggjøres og anerkjennes. Dugnad skal være sosialt.
- Engasjerte medlemmer skal tildeles tydelige ansvarsområder og det legges til rette for samarbeid med andre.
- Medlemmer skal tilbys kompetansehevende tilbud som kursing og annen oppfølging.
- Tjalve skal være i posisjon til å påvirke overliggende organisasjonsledd og det offentlige.

Sosialt miljø – Tjalve skal være en klubb som tar medlemmenes sosiale behov på alvor.

Tiltak:

- Ukentlig basistrening innføres for alle grupper.
- Hver måned skal klubben ha en sosial samling.
- Synliggjøre utøverrepresentanter overfor medlemmene.
- Stevner brukes til å samle utøvere på tvers av grupper.
- Tjalve har nulltoleranse for trakassering og mobbing, og skal arbeidet aktivt med tiltak for å forhindre dette.

Kommunikasjon - Tjalve skal bygge fellesskap og tilhørighet gjennom åpen og oversiktlig kommunikasjon med medlemmer.

Tiltak:

- Et kommunikasjonsutvalg nedsettes for å gi administrasjon og styret innspill til kommunikasjonsarbeidet.
- Tjalvisten skal utgis to ganger årlig.
- Nettsider skal være intuitive og inneha all relevant informasjon om klubben.
- Klubbhåndbok skal utgis innen utgangen av 2018.

Kompetanse - Tjalve skal være en kunnskapsbasert og lærende organisasjon.

Tiltak:

- Tiltak i Tjalves skal bygge på forskning og «best practice».
- Trenerne, ledere, dommere og ansatte skal ha mulighet til å videreutvikle egen kompetanse.

Økonomi og administrasjon - Tjalve skal drive forsvarlig økonomisk og administrativt.

Tiltak:

- Tjalve har opprettet et sikringsfond som skal være på 10.000.000 kroner og krever godkjenning av generalforsamling for å brukes.
- Vi skal følge god regnskapsskikk, og ikke ta unødvendig risiko.
- Ansettelse i administrasjonen skal først og fremst brukes til å styrke klubbens idrettslige tilbud.
- Styret og administrasjon skal årlig vurdere klubbens behov til administrasjon og trenerressurser.
- Tjalve skal kjøpe klubbkontorene.

Idrettslig plan

Denne planen bygger på Idrettsklubben Tjalve sitt strategidokument samt følger friidrettsforbundets toppidrettsplan. Planen er et virkemiddel for å drive god idrettslig utvikling i Tjalve og samarbeidsklubben Koll, samt synliggjøre hvilke prioriteringer klubben foretar for eliteidrettsutøvere.

Tjalves idrettskultur

Målsetningen med Tjalves kultur er å bidra til at den enkelte opplever:

- Mestring
- Mening
- Moro
- Prestasjon

Idrettsklubben Tjalve sin prestasjonskultur skal funderes på følgende punkter:

- 1) Dedikasjon og nøyaktighet i trening - mål, arbeidskrav, kapasitet, planlegging, gjennomføring og evaluering.
- 2) Offensive holdninger - Søke utfordringer, løsningsorientert, våge å gjøre tabber og realistisk tilnærming.
- 3) Selvtillit og trygghet til egen kapasitet og overfor oppgaven, som utvikles i samspill med andre.

Tjalves trenere

Tjalve anerkjenner trenernes viktige rolle for å skape miljø, ivareta den daglige treningen og være klubbens ansikt utad i friidrettsmiljøet. Klubbens ambisjon er å tilby daglig trening med trener til gruppene.

- Tjalves trenere er profesjonelle
- Samarbeider med andre trenere og fordeler økter seg imellom
- Kompetansesøkende

Forpliktelser til Tjalves trenere

- Sammen med Idrettslig leder utarbeide treningsplan for utvalgte utøvere med følgende innhold:
 1. Hovedmålsetting
 2. Arbeidskravsanalyse
 3. Kapasitetsanalyse
- Etterfølgelse av klubbens uttrykte utviklingsfilosofi og bidra til å skape en sterkere prestasjonskultur i organisasjonen, herunder vise gode holdninger.
- Etter avtale med Idrettslig leder delta på tiltak i regi av Tjalve herunder de nasjonale mesterskapene.
- Være oppdatert på ny kompetanse omkring trening

- Medvirke til at gruppen og utøvere gis den beste oppfølging for god utvikling og resultatmessig forbedring.
- Profilere klubben i treningsarbeidet
- Tett dialog med Idrettslig leder

Tjalves utøvere

Tjalve skal tilrettelegge for klubbens utøvere:

- Innenfor tildelte budsjett bidra med tiltak som styrker og er i tråd med filosofien for vårt arbeid. Utøvere og deres trenere følges opp av et kompetent støtteapparat.
- Tjalve koordinerer utøvers kontakt med andre organisasjonsledd som Oslo friidrettskrets eller Norges Friidrettsforbund.
- Sørge for tilgang til treningsfasiliteter.
- Sørge for felles samlinger og treningsleirer ut fra utøvers nivå, med mål om god trening, oppfølging og/eller lagbygging.
- Utgifter forbundet med mesterskap dekkes av klubben
- Startkontingenter dekkes av klubben

Utøvere får eventuell økonomisk støtte ut fra nivå. Medaljer i NM eller plassering/medaljer i internasjonale mesterskap utløser bonus.

Tjalves grupper

Tjalve deler opp etter følgende nivå: toppidrett, elite-, rekrutt- og nasjonal gruppe.

Toppidrett

Toppidrettsgruppen består av klubbens beste utøvere som kvalifiserer seg til VM i friidrett, OL og/eller er i posisjon til å nå finaler i EM i friidrett, samt er toppidrettsutøvere etter Olympiatoppens definisjon:

«Toppidrett defineres som trenings- og forberedelsesarbeid på linje med de beste i verden, avhengig av den enkelte idretts egenart og utbredelse. Arbeidet fører til jevnlig prestasjoner og internasjonalt toppnivå. Idretten er for disse utøverne en hovedbeskjeftigelse» (OLT). Toppidrett i Tjalve skjer sammen med friidrettsforbundet og Olympiatoppen. Dette er eneste måten vi kan tilby en fullverdig toppidrettsatsning i verdenstoppen. Det innebærer store krav til utøver og apparatet rundt. Motivasjon, ressurser og kvalitet i ethvert ledd er viktige nøkkelord. Ansvar pålegges ikke enkeltpersoner, men alle som er engasjert i Tjalve med å utvikle friidretten.

Forpliktelser i Tjalves toppidrettsgruppe

Det skrives kontrakt med utøvere. Det forventes at utøvere på dette nivået bidrar til å bygge Tjalves prestasjonskultur.

Kontrakten skal inneholde forpliktelser til utøver knyttet til:

- Utarbeide treningsplanlegging med følgende innhold
 1. Hovedmålsetting
 2. Arbeidskravsanalyse

3. Kapasitetsanalyse
 - Foreta en fysisk screening
 - Etterfølgelse av klubbens uttrykte utviklingsfilosofi og bidraget til å skape en sterkere prestasjonskultur i organisasjonen, herunder vise gode holdninger.
 - Delta på tiltak i regi av Tjalve herunder Hovedmesterskapet.
 - Levere 20 dagnadstimer omkring Tjalves arrangement
 - Profilere klubben
 - Etterfølgelse av idrettens regelverk
 - Utøver er forpliktet til å ha utvidet lisens.
 - For å få utbetalt stipend eller støtte må disse forpliktelser være innfridd.

Elite

Utøvere i elitegruppe blir rangert etter IAAFs poengtabell (vedlegg) eller kvalifiserer seg til øvrige internasjonale mesterskap (U23-mesterskap, terreng, innendørs, motbakke mfl.). Eliteutøvere blir tatt hånd om i klubben, og det legges særlig til rette for at disse skal kunne satse i samsvar med ambisjoner og potensial. Det innebærer personlig treneroppfølging, og økonomisk og administrativ tilrettelegging i klubben.

Forpliktelser i Tjalves elitegruppe

Det skrives kontrakt med utøvere. Det forventes at utøvere på dette nivået tydelig følger opp treningsplanen i den gruppen de hører til.

Kontrakten skal inneholde forpliktelser til utøver knyttet til:

- Utarbeide treningsplanlegging med følgende innhold
 1. Hovedmålsetting
 2. Arbeidskravsanalyse
 3. Kapasitetsanalyse
- Etterfølgelse av klubbens uttrykte utviklingsfilosofi og bidraget til å skape en sterkere prestasjonskultur i organisasjonen, herunder vise gode holdninger.
- Delta på tiltak i regi av Tjalve herunder Hovedmesterskapet og NM junior
- Levere 20 dagnadstimer omkring Tjalves arrangement
- Profilere klubben
- Etterfølgelse av idrettens regelverk
- Utøver er forpliktet til å ha utvidet lisens
- For å få utbetalt stipend eller støtte må disse forpliktelser være innfridd.

Rekrutt

Utøvere i rekruttgruppen er utøvere på følgende nivå:

1. Internasjonale juniormesterskap (U18, U20)
2. Vinner medaljer i NM junior (U20).
3. Deltakelse i NM mangelkamp.

Forpliktelser i Koll og Tjalves rekruttgruppe

- Prioriterte utøvere får en leder som har ansvar for totalbelastningen.
- Utøver er forpliktet til å ha utvidet lisens
- Det foretas en samtale med utøver, og hvor naturlig også med foreldre. Samtalen skal inneholde forpliktelser til utøver knyttet til:

1. Etterfølgelse av idrettens regelverk
2. Etterfølgelse av vår uttrykte utviklingsfilosofi og bidraget til å skape en sterkere prestasjonskultur i klubben, herunder vise gode holdninger.
3. Profilere klubben med klubbtoy på trening.

Nasjonal gruppe

Alle utøvere med ønske om å drive med friidrett som ikke er i de ovennevnte gruppene tilbys følgende:

- Trening i klubbens eksisterende treningsgrupper
- Konkurransetøy (ved deltakelse i mesterskap)
- Utgifter til mesterskap
- Sosiale aktiviteter
- Startavgifter dekkes av klubben
- Normale medlemsfordeler i Tjalve.

Forpliktelser fra medlemmer i nasjonal gruppe

- Levere 20 dugnadstimer omkring Tjalves arrangement
- Profilere klubben
- Etterfølgelse av idrettens regelverk
- Utøver forplikter seg til å ha lisens, enten ordinær eller utvidet.

Idrettslaget KOLL

Målet

Målet med samarbeidet er å kunne tilby barn og ungdom friidrett. Delmål på veien kan være å kvalifisere seg til nasjonale junior- og ungdomsmesterskap. For noen også de internasjonale mesterskap.

Tiltak

- Klubbene ønsker å tilby «best practice» innenfor trening i hver gruppe. Det etterstrebtes å ha trenere med teknisk kompetanse slik at ferdigheter på et tidlig stadium blir etablert korrekt.
- Idrettslig leder sammen med Koll utarbeider aktivitetsplan og setter sammen kabalen med trenere.
- Tjalve og Koll deler utgifter på to omkring aktivitetstilbudet for barn og ungdom. Gruppene skal ha kontaktpersoner.

Alder

Ungdomsgruppene deles etter alder.

1. 13/14 år
2. 15 år pluss

Tjalves forpliktelser

Tjalve forplikter seg innenfor de rammer som er gitt å bidra med tiltak som styrker og er i tråd med filosofien for klubbens arbeid. Det betyr å stille opp med kompetente trenere for å ivareta ungdommene.

Medisinsk

Å holde seg skade- og sykdomsfri er det viktigste suksesskriteriet i idrettslig utvikling. Skader oppstår i hovedsak på grunn av feil i treningsarbeidet, at utøveren ikke er trent til å trene eller uhell. Idrettsklubben Tjalve har som mål at medlemmer jobber mest med prehab og ikke rehab for å forebygge skader i størst mulig grad. Utøver og trener er sammen hovedansvarlige for at utøver tåler totalbelastningen i forbindelse med trening og konkurranse. Utøver har et selvstendig ansvar for restitusjonstiltak, blant annet hvile, kosthold, psykisk og fysisk belastning.

Alle utøvere er pliktig å ha lisens, hvor utvidet lisens er anbefalt. Ved akutte skader og sykdom benyttes lisens/idrettens helsesenter til medisinsk oppfølging.

Ved medisinske tilfeller som ikke dekkes av lisensen, vil administrasjonen være behjelpelig med å finne riktig behandling til utøver. Økonomisk støtte dikteres av utøvers kontrakt.

Rutiner ved skade for klubbens medlemmer:

Utøver melder fra om skaden til trener og Idrettslig leder. Trener og idrettslig leder drøfter løsninger og iverksetter tiltak. Idrettslig leder vurderer eventuell støtte.

Antidoping

Idrettsklubben Tjalve forholder seg til Norges Friidrettsforbunds retningslinjer omkring antidoping, slik den kommer til uttrykk i NFIFs sportslige plan:

NFIF samarbeider tett med Antidoping Norge.

Det gjennomføres egne møter med stiftelsen som tar for seg gjennomgang av «Ren utøver»-opplæringen blant friidrettsutøvere, utøvere på prioritert utøverliste, spørsmål knyttet til søknad om medisinsk fritak for bruk av medisin og rutiner i forbindelse med dopingkontroll ved norsk rekord i friidrett.

Antidopingarbeidet skal synliggjøres i alle relevante dokumenter for å vise at Norsk Friidrett har tatt et aktivt standpunkt i kampen mot doping. Det er naturlig at dette er tatt inn i våre utøverkontrakter, at våre utøvere må signere egenerklæring hvor en sier seg enig i idrettens klare avstandtagen fra bruk av doping og vil hjelpe til i antidopingarbeidet gjennom «ord og handling».

Det er et krav om at alle utøvere under kontrakt med NFIF må gjennomføre Antidoping Norges «Ren Utøver»-opplæring og forplikter seg til å følge Olympiatoppens retningslinjer for kosthold og restriksjoner for eventuelt bruk av kosttilskudd.

Mesterskap

Idrettsklubben Tjalve skal stille med utøvere i norske mesterskap. Det stiller krav til organisasjonen i form av håndtering av oppgaver knyttet til dette.

Uttaksprosessen

Det er idrettslig leder som har ansvaret for uttak, forberedelse og gjennomføring av de nasjonale mesterskap. Det er Koll som har ansvar for uttak av deres medlemmer til Ungdomsmesterskapene. Alle uttak skal kvalitetssikres. Endelig deltakelse er avhengig av at utøver er frisk, skadefri og er i overensstemmelse med en helhetlig idrettslig vurdering tatt i felleskap med trener, idrettslig leder og utøver.

Særskilte forberedelser til mesterskap

For å sikre at Tjalves lag har best mulig forutsetninger til å gjøre et godt mesterskap starter prosessen så raskt arrangementssted er annonsert av Norges Friidrettsforbund. Dette skjer gjerne ett år i forkant.

Kronologisk prosess fra arrangementssted er annonsert:

1. Bestille hotell nærmest mulig stadion
2. Organisere transport
3. Kartlegg alle kvalifiserte medlemmer
4. Invitere aktuelle medlemmer til mesterskap per e-post og SMS
5. Melde på utøvere i deres primære øvelse samt bonus øvelser der mulighetene byr seg
6. Melde inn behovet for trenerakkrediteringer
7. Sende ut informasjon til påmeldte utøvere, klubbens styre, trenere og idrettslig utvalg
8. Kartlegg hvor Tjalve teltet skal stå på stadion
9. Hvis mulig reise dagen før for å sikre seg beste plassen på stadion

Trening under mesterskapet

- Kartlegge treningsentre som hopperne og kastere har spesielt nytte av
- Leiebil som sørger for transport

Informasjon og oppfølging fra lagledelsen underveis i mesterskapet:

- Gjennomføre lagmøter underveis i mesterskapet slik at alle får informasjon uavhengig av når en kommer inn i mesterskapet.
- Avklare behovsforventninger til deltakerne og skape synlig ledelse.
- På mesterskap skal vi ha støtteapparat i samsvar med troppens størrelse og behov. Dette innebærer trenere, ledelse og medisinsk apparat.
- Alle utøvere på mesterskap skal følges opp av trener i forbindelse med konkurranse.
- Tjalve skal ha en base for hvile, medisinsk oppfølging og mat.
- Utøvere og støtteapparat opptrer lojalt til klubben og støtter hverandre.
- På mesterskap vektlegges det å bygge et sosialt klubbmiljø.

Arrangementsplan

Formålet med arrangementsplan

IK Tjalve arrangerer Norges største idrettsarrangement, Holmenkollstafetten, samt Tjalvelekene, Boysen Memorial, Bassen Sprint og Barcode Challenge. Denne planen skal konkretisere klubbens strategi innen arrangementer, og slik bidra til at klubbens arrangementer videreutvikles kvalitativt og kvantitativt.

Friidrettsforbundet vektlegger viktigheten av arrangementer i deres strategi:

«Arrangementene til Norsk Friidrett skal bidra til å markedsføre idretten vår på en god måte. De skal være en arena hvor store og små, bredde og elite, får testet sine ferdigheter, både på og utenfor bane. Arrangementene er også en sosial arena der hele friidrettsfamilien er sammen i et sosialt fellesskap. Her deles entusiasme og kjærlighet til friidretten».

«Arrangementene våre skal ha en kvalitet som gjør at både deltakere, funksjonærer, foreldre, tilskuere og media ønsker å komme tilbake ved neste anledning».

For IK Tjalve er det to hovedgrunner for arrangementsporteføljen: vi skal sikre et godt konkurransetilbud for friidretten og arrangementene skal i hovedsak være innteksbringende. For å sikre dette må vi ivareta de frivillige, videreutvikle arrangementenes kvalitet, drive kostnadseffektivt og legge til rette for inntjening.

Funksjonærer

Nordmenn har historisk bidratt med mye frivillig arbeid, og er fortsatt i verdenstoppen. Tidligere bidro man stort sett i organisasjonene man var medlem av, mens man i dag i større grad bidrar ad hoc uten medlemskap (“Frivillig innsats i Noreg 1998 til 2014”). For Tjalves del kan det være vanskeligere å få med medlemmer på friidrettsstevnene, og vi må gjøre en innsats for å få medlemmene til å bidra. Videre må vi ivareta dommere og andre bidragsytere fra friidrettsfamilien. På Holmenkollstafetten kan vi benytte sjansen til å få inn ekstern hjelp gjennom for eksempel frivillig.no. Frivillige motiveres av å kunne lære noe, at de kan handle i tråd med sine verdier, og få kontakter/attest for kommende arbeidsliv (“Betingelser for frivillig innsats - motivasjon og kontekst”). For Holmenkollstafetten vil det si at vi studenter kan være fornuftig å henvende seg til. Studenter er kommer ofte fra ressurssterke bakgrunner som i snitt bidrar mer, har enda ikke barn, og ønsker å bygge sosiale relasjoner og erfaring i forbindelse med arbeidsliv senere. Frivillige “shopper” blant ulike organisasjoner, og bidrar gjerne der de får størst personlig utbytte (“Organisasjonshåndboka”). Holmenkollstafetten må altså være et attraktivt arrangement å delta på for de frivillige, og ha en tydelig oversikt over fordeler i kanaler vi verver i. *Egne medlemmers dugnad på arrangementer dekkes inn under “organisasjon” og “medlemmer.*

Innleide funksjonærer på Holmenkollstafetten:

- Innleide funksjonærer skal være fra andre frivillige organisasjoner, og vi skal primært bruke organisasjoner som har bidratt tidligere.
- Arrangementene skal være sosiale arenaer for funksjonærer, og hvor mulig skal flere personer fra samme organisasjon arbeide sammen. Andre organisasjoner kan bruke egen bekledning hvor hensiktsmessig.
- Funksjonærer skal få god og tydelig informasjon i forbindelse med arrangementene.

Frivillige på Holmenkollstafetten:

- Til Holmenkollstafetten skal vi aktivt rekruttere frivillige via Facebook, frivillig.no, nettsider og andre kanaler. Spesielt studenter skal verves.
- Holmenkollstafetten skal være et attraktivt arrangement å være frivillig på, og fordeler med å delta skal tydeliggjøres. Frivillige skal selv bestemme hva de vil bidra med, og hvor stort ansvar de skal ha.
- Det skal legges til rette for sosiale relasjoner, hvor frivillige arbeider sammen. Hvor hensiktsmessig, har vi sosiale samlinger for frivillige.

- Frivillige skal få attester og tøy.

Dommere:

- Dommere skal tidlig informeres om arrangementer og få mulighet til å melde seg på de som passer.
- Dommere skal føle seg verdsatt, og ha en god opplevelse på Tjalves arrangementer
- Dommere skal få næringsrik mat og tøy på stevner.

Miljøansvar

Vi har alle et ansvar for å redusere avtrykket vi har på miljøet. Klubben har ikke hatt nevneverdig fokus på miljø, men våre arrangementer har et lite avtrykk som kan minskes enda mer. Tjalve, med Holmenkollstafetten, er en viktig symbolsk aktør som Norges største idrettsarrangement. Vi har mulighet til å inspirere deltakerne, frivillige, andre organisasjoner og arrangementer, og næringslivet. Vi må da finne gode løsninger for å redusere vår miljøbelastning, og gjerne etter inspirasjon andre. Kravene for miljøfyrtårnsertifisering skal danne grunnlag for vårt grønne skifte. Stikkord fra kravene er:

- Innkjøp: Vi ser etter produkter som belaster miljøet minst mulig under produksjon, når det er i bruk og som avfall. Innkjøpsstrategien konkretiserer rutinene for dette.
- Mat: Vi skal ha minst mulig matsvinn, og ev overskudd doneres vekk.
- Energi: Vi skal vekk fra fossildrevne aggregater.
- Transport: Vi skal bruke null- eller lavutslippskjøretøy hvor mulig. Vi velger leverandører med kort transport hvor mulig. Vi legger til rette for kollektiv- og sykkel for deltakerne.
- Avfallshåndtering: vi skal kildesortere så mye som mulig.
- Arbeidsmiljø og funksjonærer: Vi driver arrangementene etter arbeidsmiljøloven. Funksjonærer skal oppleve arrangementene som trygge og givende. Miljøvernorganisasjoner prioriteres som innleid dugnadshjelp.

Holmenkollstafetten

Holmenkollstafetten er Norges største idrettsarrangement, en høytid for friidrettsklubbene, en betydelig folkehelseaktør og Tjalves viktigste inntektsgrunnlag. Stafetten må derfor ha høyest prioritet i klubbens arbeid.

- Logistikk: Arbeidet med å bedre kvaliteten på logistikken i stafetten må prioriteres for å åpne for videre vekst. Vi må få på plass et system som får flere deltakere gjennom løypen.
- Rammevilkår: Utgifter til det offentlige øker drastisk, og vi får kun sporadisk støtte fra kommunen. Politisk påvirkning for dette må prioriteres.
- Markedsføring: For å verve flere lag må vi vektlegge direkte kontakt med bedrifter og forbedre oss på sosiale medier.
- Omdømmebygging: Vi skal arbeide aktivt for at Holmenkollstafetten skal ha flere presseoppslag.
- Treningsoppfølging: Det er et marked for trening av bedrifter, og Holmenkollstafetten har en posisjon som gir troverdighet innen trening. Våre utøvere har kompetanse til å holde givende treninger for bedrifter, og dette kan gi dem et inntektsgrunnlag. Vi skal markedsføre treningsoppfølging mot bedrifter.
- Samarbeidspartnere: Vi arbeider primært for at eksisterende samarbeidspartnere skal ønske å være med videre. Vi skal ha en langsiktighet i eksisterende og nye samarbeid.

Boysen Memorial

Utøverne har behov for kvalitetsstevner med internasjonal deltakelse for å videreutvikle seg og få matching. Tjalve har, som landets beste friidrettsklubb, et ekstra ansvar for å levere kvalitetsstevner

som gir våre utøvere og utøvere fra andre klubber mulighet for videreutvikling. Boysen Memorial er resultatmessig Norges nest beste friidrettsstevne etter Bislett Games. Arrangementet er bygget opp de siste årene til å bli et viktig stevne for friidretts-Norge. Samtidig har vi kvalitetsutfordringer. Planlegging, logistikk og antallet funksjonærer har vært mangelfullt, og hvis vi skal videreutvikle arrangementet må disse utfordringene tas tak i. Med dette skal Boysen Memorial få hevet kvaliteten, og klatre til 150. plass på IAAFs ranking (176. i 2018).

- Planlegging: programmet spikres etter Diamond League-programmet i Lausanne er satt. NFIF og FiV må med videre. Møte med de beste utøverne i Tjalve tas så snart program er satt for å kartlegge utlendinger. Arrangementskomiteen opprettes før jul.
- Logistikk: BM er mer omfattende enn nasjonale stevner. Premiepenger, markedsføring, reise og opphold, stream og oppfølging av utøvere under stevnet krever mer enn vanlig, og vi må bygge oss opp et system som takler dette.
- Funksjonærer: For å takle de ekstra kravene til stevnet trenger vi folk. Det vil si at alle medlemmer må bidra på de tre vårstevnene Holmenkollstafetten, Tjalvelekene og Boysen Memorial. Dette arbeidet må prioriteres høyt.

Tjalvelekene

Tjalvelekene skal gi barn og ungdom en fin opplevelse med friidrett.

- Rekruttklassen skal få et bedre tilbud.
- Stevnet skal være et kvalifiseringsstevne til forøvelsene på Bislett Games.
- Frivillige skal ha en fin opplevelse.
- Arrangementet skal gå i overskudd.

Bassen Sprint/Minibassen

Bassen sprint skal være generalprøven for innendørs-NM.

- Tilrettelegge for de aktive med flere løp, mellomtider og andre tiltak som hever kvaliteten på stevnet.
- Arrangementet skal ha gå i overskudd.

Barcode Challenge

Barcode Challenge har stort potensial. Barcode er i vekst, det er et originalt konsept og er attraktivt for folk som liker best treningsstudio. BC skal ha et betydelig overskudd.

- Markedsføring mot bedrifter og på sosiale medier.
- Drives kostnadseffektivitet.
- Knytte til oss og ivareta samarbeidspartnere som styrker arrangementet innen synlighet, inntekter eller kvaliteten på arrangementet.

Forpliktelser til Bislettalliansen

Gjennom Bislettalliansen skal vi levere funksjonærer til KK-mila og Bislett Games.

Organisasjonsplan

Formålet med organisasjonsplan

Idrettsklubben Tjalve er Norges eldste friidrettsklubb. Klubben har i alle år vært dominerende i friidretten, både idrettslig og på arrangementssiden. Vi er en junior- og seniorklubb, hvor barne- og ungdomsaktiviteten skjer i IL Koll. IK Tjalve er velfungerende med god økonomi og idrettslige resultater, men har også forbedringspotensial på mange områder. Denne planen skal konkretisere målene fra den strategiske planen, og slik bidra til å ivareta klubbens frivillige fundament samtidig som deler av klubben skal videreutvikle sin profesjonalitet slik at vi fortsetter å være Norges beste friidrettsklubb også i fremtiden.

Friidrettsforbundet belyser viktigheten av gode organisasjoner og kompetente mennesker i lagene: *«De menneskelige ressurser er en avgjørende faktor for fremtidig suksess. Det å legge til rette for, og ta godt vare på frivilligheten i form av ildsjeler og ressurspersoner, er en avgjørende faktor for å lykkes med friidrettsarbeidet over hele landet».*

«Norsk Friidrett skal være en kompetent organisasjon som inspirerer til å ta utdanning, verv og roller. Det skal jobbes for at flere frivillige på alle nivå blir tiltrukket til friidrett. Alle ressurser som er engasjert i Norsk Friidrett skal tilbys muligheter for kompetansehevede tiltak».

For at organisasjonen skal utvikle seg videre, må vi ivareta de frivillige ressursene, knytte tette bånd til våre medlemmer og skape en klubb som er i stand til å utvikle utøvere ut fra deres ambisjoner.

Kompetanse

Kompetanse omhandler de kunnskaper, ferdigheter og holdninger som skal til for å mestre oppgaver og nå mål. Dette innebærer både formalisert kompetanse som utdanning og kursing og uformell kompetanse som kontinuerlig tillegg av kunnskaper og erfaringer gjennom teori og praksis.

I IK Tjalve skal vi knytte til oss kompetente mennesker, og legge til rette for et læringsmiljø som utfordrer og stiller krav til videreutvikling. Slik skal vi gjøre de riktige tingene for å videreutvikle klubben. Dette innebærer følgende for de ulike områdene:

- **Idrett:** trenere med relevant formell kompetanse eller erfaring skal tilknyttes klubben. Trenere skal tilbys videre kursing, og følges jevnlig opp av administrasjonen. Utvikling av utøvere og idrettslig tilbud skal bygge på evidens og «best case»-erfaringer.
- **Arrangement:** Bidragsyttere på arrangementer skal gi mulighet til videreutvikling gjennom kursing og oppfølging. Klubbens arbeid med arrangementer skal være evidensbasert og dra nytte av egne og andres erfaringer.
- **Organisasjon:** Bidragsyttere i klubben ellers skal gis mulighet til videreutvikling gjennom kursing og oppfølging.

Klubbmiljø

Et inkluderende og sosialt miljø vil være spesielt viktig for en seniorklubb som Tjalve. Vi har nå dette blir skrevet 220 medlemmer, hvorav om lag 100 er aktive utøvere. Av de aktive er de fleste tilflyttede studenter uten tilknytning til Oslo eller klubben. Det blir dermed viktig at friidretten er en sosial arena medlemmene ønsker å være i. I tillegg må vi bevare våre eldre medlemmers, hvis kunnskaper og erfaring er nyttig, tilknytning til klubben som sosial arena som de ønsker å bidra på.

Klubbmiljøet skal også bygge på idrettslig utvikling og prestasjon. Mange av våre medlemmer har idrettslige ambisjoner som krever systematisk og målrettet arbeid for å ta ut sitt potensial.

Følgende tiltak innføres:

- Sosialt ansvarlig fra styret.
- Ukentlig basistrening innføres for alle grupper.

- Hver måned skal klubben ha en sosial samling på tvers av grupper.
- Temakveld med faglig påfyll to ganger i året.
- Stevner brukes til å samle utøverne på tvers av grupper.
- Tjalve har nulltoleranse for trakassering og mobbing, og skal arbeidet aktivt med tiltak for å forhindre dette. Se retningslinjer mot trakassering.

Kommunikasjon

Kommunikasjon skjer i alt vi gjør, og riktig kommunikasjon blir viktig for videre utvikling av klubben. For enkelhets skyld deler vi emnet i internkommunikasjon og eksternkommunikasjon. Førstnevnte relateres til dialogen vi har med medlemmer av klubben, som innbefatter både deres innspill til klubben, og klubbens evne til tydelighet og evne til å få medlemmer til å jobbe sammen mot klubbens mål. Eksternkommunikasjon omhandler omdømmebygging og markedsføring av klubben og våre arrangementer.

Internkommunikasjon:

- Et kommunikasjonsutvalg gjennomgår klubben og kommer med tips.
- Tjalvisten utgis to ganger årlig.
- Nettsiden fornyes.
- Klubbhåndbok kommer på plass.

Eksternkommunikasjon:

- Tjalve skal være synlig for rekruttering av nye utøvere.
- Nettsiden fornyes.

Medlemmer og frivillige

Medlemmene er den største ressursen i IK Tjalve, og skal legges til rette for og verdsettes. På landsbasis har en større andel av den frivillige innsatsen blitt ad hoc i organisasjoner hvor de frivillige ikke er medlemmer, og færre bidrar i egne organisasjoner. Tjalve må arbeide for at klubbens medlemmer skal ønske å bidra i betydningsfulle oppgaver for å motvirke denne endringen. Vi skal være en klubb hvor folk ønsker å bidra, og må derav gjøre noen endringer.

Oppgaver som medlemmer ser som attraktive må tildeles dem hvor mulig, og mindre attraktive oppgaver må dekkes av administrasjonen. For eksempel kan reiser og representasjon, spennende oppgaver på arrangementer som dommer, starter og speaker, mediarelaterte oppgaver og sosiale tiltak være interessant for mange.

I tillegg til større ansvarsområder har Tjalve obligatorisk 20 timer dugnad for aktive medlemmer. Vi må få bedre kontroll på dugnadsarbeidet, hvor tydelighet, direkte oppfølging, sosialt fokus og anerkjennelse vektlegges.

For medlemmer med større ansvar gjelder følgende tiltak:

- Relevante ansvarsområder for frivillige skal tydelig defineres skriftlig, med mulighet for individuell tilpasning.
- Kartlegging av kompetanse og interesseområder hos klubbens medlemmer.
- Det skal arbeides aktivt med å få frivillige til å bidra i avgrensede og definerte ansvarsområder.
- Som hovedregel skal frivillige samarbeide med andre for å skape en sosial arena.
- De frivillige skal gis tillit til å utføre arbeidet som de mener er fornuftig, og oppfølging fra administrasjonen.
- De frivillige skal gis mulighet til kursing og annen kompetansebyggende tiltak.
- På sosiale samlinger og på nettsider skal de frivillige anerkjennes.

Arrangementsdugnader for utøvere:

- Kravet om 20 timer skal tydelig kommuniseres til de aktive, og løpende holdes oppdatert på nettsidene.
- De aktive skal selv velge hvilke arrangementer de 20 timene skal utføres.

- Legge til rette for at arrangementene skal være sosiale samlingspunkter for de aktive.
- Anerkjenn medlemmer som er flink til å stille opp.
- For de beste må vi finne alternative løsninger for dugnad hvis arrangementene krasjer med idrettsatsingen.
- Medlemmer som ikke bidrar skal ikke få dekket utgifter.

Vedlegg

Klubbens rollefordeling

Idrettsklubben Tjalve er en ideell organisasjon som ikke utsteder aksjer eller fordeler sitt overskudd til eiere eller aksjonærer, men i stedet bruker midlene til å nå sine mål. Tjalve har et allmennyttig formål som er å skape idrettslig aktivitet i Oslo gjennom friidretten.

Årsmøte

- Tjalves høyeste myndighet
- Årsmøtets oppgaver er beskrevet i Tjalves lov.

Styret

- Høyeste myndighet mellom årsmøter, og styrer klubben i samsvar med retningslinjer og vedtak fra årsmøtet.
- Fastsetter det totale budsjettet for klubben
- Utpeker en egen idrettsansvarlig blant styrets medlemmer som i samarbeid med Idrettslig leder forankrer modell for friidrett og toppidrett i styret. Idrettslig leder er leder for idrettslig utvalg.

Daglig leder

- Leder for administrasjonen og ansvarlig for alle administrative funksjoner innen klubben.
- Setter i verk vedtak som er truffet av styret
- Ivareta i alle situasjoner klubbens interesser.
- Ansvarlig for klubbens arrangementer.
- Utarbeide idrettslig budsjett sammen med Idrettslig leder
- Følge opp prioriterte utøvere og deres trenere som er aktuelle for internasjonale mesterskap.
- Kartlegge og vedlikeholde oversikten over ressurspersoner.
- Kompetanseutvikling.
- Pådriver for å arrangere sosiale tiltak, kurs og foredrag.
- Rekruttering

Idrettslig leder

- Leder for idrettslig avdeling og resultatansvarlig for all friidretts aktivitet i klubben.
- Hovedansvarlig for samarbeid med Idrettslaget Koll
- Hovedansvarlig for samarbeid med friidrettsforbundet
- Utarbeide kortsiktig og langsiktig målsetting innenfor området og forankre det i organisasjonen.
- Utarbeide idrettslig budsjett og følge opp kostnadsutvikling i forhold til budsjett.
- Uttak og oppfølging av utøvere i klubbens satsningsgruppe.
- Uttak, forberedelse og gjennomføring av prioriterte stevner, nasjonale mesterskap og treningsleir.
- Organisere og følge opp trenere.
- Kartlegge og vedlikeholde oversikten over ressurspersoner.

- Medvirke til at utøver/trener gis den beste oppfølging for god utvikling og resultatmessig forbedring.
- Kvalitetssikre og følge opp konkurranseplan og årsplan hvor dette er avtalt.
- Følge opp prioriterte utøvere og deres trenere som er aktuelle for internasjonale mesterskap.
- Kompetanseutvikling.
- Pådriver for å arrangere sosiale tiltak, kurs og foredrag.
- Ansvarlig for å formidle nødvendige helsetjenester.
- Rekruttering

Trener og arrangementskoordinator

- Ulike arbeidsoppgaver knyttet til YT Holmenkollstafetten.
- Arbeid med IK Tjalves andre arrangementer.
- Trener for tildelte utøvere.
- Bistå idrettslig leder med utvikling og koordinering av klubbens treningstilbud.

Trenere

- Daglig oppfølging av utøvere.
- Arbeidskrav, kapasitetsanalyser, årsplaner, periodeplaner, øktplaner og evaluering.
- Gjennomføre treninger.

Medlemmer

Medlemmer har rettigheter og plikter overfor organisasjonen. Medlemmer plikter å betale medlemsavgiften, og har rett til å delta på årsmøte. Utøvere har et utvidet medlemskap som gir dem rett til å delta i treninger, dekning av startkontingenter, kostnadsdekning ved mesterskap og deltakelse på klubbens sosiale begivenheter. Dette plikter at utøverne bidrar med 20 timer dugnad.

Idrettslig utvalg (IU)

Idrettslig utvalg er oppnevnt av styret. Det er et utvalg for utvikling av friidrett og skal være et rådgivende organ/høringsorgan for saker som berører friidrett og toppidrett. Utvalget bør møtes minst tre ganger pr. år

Målene tar utgangspunkt i sentrale målsettinger nedfelt i Tjalves strategiske plan. IU skal ta aktiv del i utformingen og evaluering av idrettslige mål, handlingsplaner og oppfølging av disse.

Sentrale arbeidsoppgaver

- Være en støtte i arbeidet med klubb og samarbeidsklubben.
- Arbeide med Boysen Memorial
- Diskutere etiske problemstillinger innen friidretten- herunder dopingproblematikken.
- Følge opp vedtak fra generalforsamlingen som berører toppidrettssatsingen.

Friidrettsforbundet

Norges Friidrettsforbund har et overordnet ansvar for å ivareta og forvalte Norsk Friidretts interesser og forvalte det ansvaret og de mulighetene organisasjonen besitter. Dette innebærer også å tilse at man ivaretar helheten og bredden som en medlemsbasert organisasjon. Forbundet har et særlig ansvar for å forvalte toppidrettssatsingen.

Kretsen

Oslo Friidrettskrets er forbundets forlengede arm som skal bidra til å støtte og tilrettelegge for klubbene.

Retningslinjer

Retningslinjer mot seksuell trakassering og overgrep i IK Tjalve

Seksuelle overgrep og seksuell trakassering er totalt uforenlig med idrettens verdier.

Det er nulltoleranse for diskriminering og trakassering uansett kjønn, etnisk bakgrunn, livssyn, seksuell orientering og funksjonshemming i norsk idrett. Det er et viktig mål å utvikle toleranse og forståelse og å skape erkjennelse av menneskers likeverd for å unngå diskriminering, trakassering og hets.

Alle i idretten bør jobbe for å etablere trygge miljøer og en trygg atmosfære for både barn, unge og voksne. Voksne må respektere utøvernes personlige rom og aldri overskride grensene for akseptabel oppførsel.

Med **seksuell trakassering** menes uønsket seksuell oppmerksomhet som er plagsom for den oppmerksomheten rammer.

Seksuelle overgrep er seksuell/uanstendig atferd, seksuell handling eller seksuell omgang uten informert samtykke.

Retningslinjer for forebygging av seksuell trakassering og overgrep i IK Tjalve NIF (idrettsstyret) vedtok i september 2010 retningslinjer som Tjalves er basert på.

Alle i klubben har ansvar for å forebygge seksuell trakassering og overgrep. Et åpent, godt og trygt miljø i IK Tjalve vil kunne beskytte mot trakassering og overgrep.

Åpenhet om seksuell trakassering og bevisstgjøring om konsekvensene for de som utsettes, er viktig. Utøverne bør bevisstgjøres på egne grenser slik at de kan si fra når noen tråkker over grensen, og trenere, støtteapparat og utøvere må være bevisst på andres grenser. Bevisstgjøring og grensesetting tas derfor opp minst en gang pr år i treningsgruppene.

- Behandle alle med respekt, og avstå fra alle former for kommunikasjon, handling eller behandling som kan oppleves som krenkende.
- Unngå berøringer som kan oppleves som uønsket.
- Unngå alle former for verbal intimitet som kan oppleves som seksuelt ladet.
- Unngå uttrykk, vitser og meninger som omhandler utøveres kjønn eller seksuelle orientering på en negativ måte.
- Tilstrebe å ha begge kjønn representert i støtteapparatet.
- Unngå kontakt med utøvere i private rom uten at det er flere til stede eller det er avtalt med foresatte eller idrettsledelsen. Støtteapparat sover ikke på samme rom som enkeltutøvere.
- Støtteapparat dusjer ikke alene sammen med enkeltutøvere.
- Trenerne inviterer ikke utøvere hjem til seg uten at det er flere til stede
- Vise respekt for utøverens, trenerens og lederens privatliv.
- Unngå doble relasjoner. Dersom et gjensidig forhold etableres bør situasjonen tas opp og avklares åpent i miljøet.
- Ikke tilby noe form for motytelse i den hensikt å forlange eller forvente seksuelle tjenester i retur.
- Det nytes ikke alkohol sammen med utøvere under 18 år. Det fremvises måtehold ellers på turer med Tjalve.
- Gripe inn og varsle dersom man opplever brudd på disse retningslinjene.
- Klubben skal ha fått fremvist politiattest på alle som følger opp barn.

Håndtering av seksuell trakassering og overgrep i IK Tjalve

Det er viktig at klubben har et system med klare retningslinjer for hvordan saker hvor det er mistanke, melding eller anklage om seksuell trakassering eller overgrep skal behandles. Utøvere som sier fra om seksuell trakassering, skal ikke oppleve at opplysningene bagatelliseres.

Det er nødvendig med klare og enkle rapporteringsprosesser der klager blir behandlet raskt og diskret. Styret i IK Tjalve har valgt å opprette et utvalg med kontaktpersoner til å motta saker om seksuell trakassering og overgrep. Utvalget har taushetsplikt overfor resten av klubben.

Utvalget er følgende:

Matias Lavik – daglig leder. Tlf: 45204125. Mail: matias@tjalve.no

John Ertzgaard – idrettslig leder. Tlf: 92899929. Mail: ertzgaard@tjalve.no

Ada Holmen – styremedlem. Tlf: 90508756. Mail: adaholmen@gmail.com

Hvis den utsatte er mer komfortabel med å varsle til andre, skal den som kobles inn vidererapportere til daglig leder.

Saksgang

Seksuell trakassering

- Ved melding om seksuell trakassering vil klubben straks iverksette tiltak for å beskytte den utsatte part. Det vurderes om den beskyldte part skal midlertidig permitteres fra klubben.
- Det innhentes informasjon fra begge parter. Diskresjon blir vektlagt.
- Ut i fra informasjonen som innhentes vil klubben konkludere, og iverksette tiltak for å redusere skadevirkninger.

Overgrep

Ved mistanke om at overgrep kan ha funnet sted, meldes forholdet til politiet. I overgrepssaker er det politiet som gjennomfører avhør og gjør nødvendige undersøkelser, ikke klubben. Utvalget i klubben venter med å ha samtale med overgriper til politiet har ferdigbehandlet saken. I overgrepssaker nektes overgriper adgang til alle klubbens aktiviteter inntil politiets kjennelse foreligger.