

Versjon 1 utarbeidet av Geir Gregersen 2011

Håndbok

Versjon 1

Sande Kraftsportklubb

27.03.2012

Denne håndboka skal sikre kvaliteten og forenkle driften av Sande Kraftsportklubb. Den skal være et operativt verktøy til hjelp for medlemmer og tillitsvalgte i klubben.

Håndboka skal være et oppslagsverk tilgjengelig i papirformat for alle klubbens medlemmer og skal være å finne ved skranken i Sande KK's lokaler i Sandehallen til en hver tid.



Innholdsfortegnelse

Endringer	4
Om klubben	5
Sande Kraftsportklubb's antidoping policy	5
Verdier og holdninger.....	5
Kunnskap	5
Utøversamtaler.....	5
Medlemskap i idrettslaget.....	5
Dopingkontroll.....	5
Bortfall av økonomisk godtgjøring til utøvere.....	5
Bruk av kosttilskudd	6
Bevisstgjør nærmiljøet om deres verdiprofil som rent idrettslag.....	6
Beredskapsplan	6
Mistanke om doping.....	6
Ærlighet	6
Deltagelse i konkurranser.....	6
Media.....	6
Sande Kraftsportklubbs tillitsvalgte	7
Treningslokalet	8
Åpningstider	8
Priser.....	8
Nøkkelkort	8
Tilbud til foreninger i Sande:	8
Ordensregler.....	9
Dugnader i Sande KK.	10
Ressurspersoner	11
Trenere	11
Klubblege	11
Deltagelse på stevner	12
Lisens for nye medlemmer	12
Påmelding til stevner.....	12



Økonomiske støtteordninger	12
Støtte til reiser	12
Støtte til deltagelse på stevner.....	12
Utmerkelser	13
Kriterier	13
Æresmedlemmer	14
Kvalifiseringskrav.....	15
Vedtekter.....	16
Generelt om basis-lovnormen.....	16
§ 1 Formål.....	17
§ 2 Organisasjon	17
§ 3 Medlemmer	17
§ 4 Medlemskontingent og avgifter	18
§ 5 Stemmerett og valgbarhet	18
§ 6 Tillitsvalgtes godtgjørelse	18
§ 7 Kjønnfordeling.....	19
§ 8 Inhabilitet (8)	19
§ 9 Straffesaker.....	20
§ 10 Årsmøtet.....	20
§ 11 Ledelse av årsmøtet.....	20
§ 12 Årsmøtets oppgaver	20
§ 13 Stemmegivning på årsmøtet	22
§ 14 Ekstraordinært årsmøte i idrettslaget	22
§ 15 Idrettslagets styre (17)	23
§ 16 Grupper/avdelinger/komiteer.....	23
§ 17 Lovendring (21).....	24
§ 18 Oppløsning (22)	24
Fotnoter:.....	24
Vedlegg.....	27



Endringer

Endringstabell				
Versjon	Endring	Dato	Utført av	Vedtaksdato
V1	Lagt ut	28/3-2012	Geir Gregersen	31/3-2012



Om klubben

Sande Kraftsportklubb er et idrettslag tilsluttet Norges Styrkeløftforbund og Norges Idrettsforbund. Klubben ble stiftet 21.10.82 og drives på frivillig basis. Sande KK driver med kraftsport, i hovedsak styrkeløft. Klubben har ca. 350 medlemmer.

Postadresse:

Sande Kraftsportklubb, ved/Geir Gregersen, Hanekleiva 9, 3070 Sande.

Kontonummer: 910 016 63785

Organisasjonsnummer: 991 740 775

Sande Kraftsportklubb's antidoping policy

Verdier og holdninger

Vi tar avstand fra all bruk av dopingmidler, og arbeider i tråd med vår verdiprofil som et rent idrettslag.

Kunnskap

Vi har en lenke fra lagets nettsider til www.antidoping.no slik at alle medlemmer har tilgang til oppdatert informasjon om antidoping. Klubben skal holde seg oppdatert på antidopingarbeidet og gjennomføre et årlig seminar.

Utøversamtaler

Vi gjennomfører utøversamtaler med våre aktive utøvere og diskuterer dopingspørsmål.

Medlemskap i idrettslaget

I vårt idrettslag er alle i støtteapparatet (trenere, lagledere, fysioterapeuter, massører etc) medlemmer av idrettslaget og forpliktet gjennom medlemskapet til å følge NIFs lov og dopingbestemmelser. De som eventuelt ikke er medlemmer har gjennom avtale forpliktet seg til å følge NIFs lov.

Dopingkontroll

Alle som er tilsluttet vårt idrettslag er alle forpliktet til å stille til dopingkontroll når de blir bedt om det. Dopingkontroller gjennomføres av Antidoping Norge.

Bortfall av økonomisk godtgjøring til utøvere

I våre avtaler med utøvere er det en egen bestemmelse om bortfall av godtgjøring for de som blir dømt for brudd på dopingbestemmelsene.



Bruk av kosttilskudd

Istedenfor kosttilskudd anbefaler vi et variert og riktig kosthold og skolerer våre utøvere om dette.

Bevisstgjør nærmiljøet om deres verdiprofil som rent idrettslag

Vi synliggjør idrettslagets antidopingarbeid gjennom sertifikat i klubbhuset. Vi bruker speakertekst for å informere besøkende om vår verdiprofil som rent idrettslag på våre idrettsarrangementer.

Beredskapsplan

Vårt idrettslag har en egen beredskapsplan for å håndtere mistanker om doping eller dopingsaker som involverer våre medlemmer.

Mistanke om doping

Mistenkes noen for doping eller har avlagt positiv prøve, tar vi det opp med vedkommende. Vi bryr oss om hverandre! I vårt idrettslag er det nulltoleranse, men vi tar vare på våre medlemmer.

Ærlighet

Vi ber utøveren fortelle sannheten og stå for det vedkommende har gjort.

Deltagelse i konkurranser

Utøvere som har avlagt positiv dopingprøve får ikke representere vårt idrettslag før forholdet er avklart.

Media

Vi utnevner en person som kan håndtere media, og forbereder vedkommende godt på aktuelle spørsmål. Vi samarbeider med særforbundet, idrettskretsen og Antidoping Norge i dopingsaker.



Sande Kraftsportklubbs tillitsvalgte

Styret			
Verv	Navn	E-post	Telefon
Leder	Geir Gregersen	geir.gregersen@gmail.com	464 12 700
Nestleder	Morten Engnes	morten@gabbroveien.com	922 80 593
Sekretær	Hege Berge	hege.berge@ebnett.no	
Kasserer	Per Ove Sjøl	peroves@online.no	997 59 495
Styremedlem	Rolf Stenberg	rolst2@online.no	
Styremedlem	Flemming Vestergaard	Flemming.Vestergaard@kjopmanns huset.no	
Varamedlem	Jan Sjøl	jansjol@online.no	
Varamedlem	Maria Veronica Moss	mvm1980@yahoo.no	
Ungdomskontakt	Fredrik Sørbo	sykkelmekker@hotmail.com	977 63 798
Valgkomite			
Leder	Ronny Weum	ronnyweum@gmail.com	911 04 972
Medlem	Bjørn Grønvold	gronvold@smartcall.no	
Medlem	Per Steffen Røine		
Varamedlem	Lars Edvin Samnøy	larssamnoy@hotmail.com	
Andre verv			
Revisor	Sverre Paulsen	sverpa@online.no	
Revisor	Geir Runar Korvald	geko02@handelsbanken.se	
Presseansvarlig	Bjørn Grønvold	gronvold@smartcall.no	
Sportslig leder	Rolf Stenberg	rolst2@online.no	
Webansvarlig	Raymond Madsen	webmaster@sandekk.com	
Nøkkeltort	Lise Engnes	lise@gabbroveien.com	



Treningslokalet

Åpningstider

Mandag til og med fredag: 17.00 til 21.00 (Med nøkkelkort 06.00 til 22.00 alle dager)

Priser

ALLE må være medlem for å kunne benytte Sande KK's lokaler.

Helt år			
	Under 18 år	Over 18 år	Familie
Medlemskontingent	kr 100	kr 200	kr 300
Treningsavgift	kr 500	kr 1 000	kr 1 500
Sum å betale	kr 600	kr 1 200	kr 1 800
1/2 år			
Medlemskontingent	kr 100	kr 200	kr 300
Treningsavgift	kr 300	kr 600	kr 800
Sum å betale	kr 400	kr 800	kr 1 100

Nøkkelkort

Kan kjøpes mot kontant betaling av kr. 300,- per år.

Krav: må være fylt 18 år samt betalt kontingent og treningsavgift. HUSK: Nøkkelkortet er personlig! Utlån er ikke tillatt!

Tilbud til foreninger i Sande:

Det betales vanlig medlemskontingent for samtlige og halv pris på treningsavgift. Dette forutsetter samlet innmelding!

Viktig: navn på alle foreningens medlemmer som skal benytte seg av tilbudet må være oppført i Sande KK's medlemsregister, dette oppgis ved innmelding/betaling.

Det tilbys også **ETT** nøkkelkort inkludert i prisen, dette forutsetter at nøkkelansvarlig signerer Sande KK's nøkkelkontrakt og følger denne.



Ordensregler

Sande KK er et idrettslag som drives på ideell basis, derfor kan klubben tilby trening i sine lokaler til svært lave priser. Alt arbeidet som gjøres for å holde utstyr, lokaler, etc. i orden, blir gjort på dugnad. Det er derfor viktig at alle brukere av treningslokalet, overholder noen enkle ordensregler.

1. Skiver og stenger SKAL ryddes på plass når du er ferdig!
2. Sørg for at skivestativer holdes ryddige, kun en skivetype per pinne.
3. Bruk av utesko er ikke tillat inne i treningslokalet. Bruk garderobe!
4. Det er ikke tillat å oppbevare yttertøy inne i treningslokalet. Bruk garderobe!
5. Det er ikke tillat å ta med sykler, ski, etc. med inn i treningslokalet, heller ikke gangen utenfor.
6. Bruk av snus er ikke lov inne i treningslokalet.
7. Sørg for å få med deg alt du hadde med deg inn når du går.
8. Flasker, papir etc. skal i kasse og søppelpose.
9. Sørg for at det er ryddig rundt deg, selv om det ikke er deg selv som har "rotet".
10. Det er lov å si ifra til andre brukere som du ser ikke rydder etter seg.
11. Gi beskjed til klubben, (styret) når noe blir ødelagt, da blir det reparert raskere.
12. Alt utstyr skal behandles på en forsvarlig og hensynsfull måte.
13. Uvettig bruk av utstyr som resulterer i ødeleggelse vil bli krevd erstattet.

Overholdes disse reglene kommer vi alle til et ryddig og ordentlig treningslokale, og klubben kan holde prisene på et hyggelig nivå.



Dugnader i Sande KK.

Sande KK ønsker å kunne tilby sine medlemmer et velutstyrt, ryddig, pent, og rimelig treningslokale. For at dette skal la seg gjøre må er det nødvendig med dugnader en gang iblant. Alle medlemmer har en "dugnadsplikt" for klubben, og vi anmoder flest mulig om å delta på dugnader i treningslokalet vårt.

Dugnader kan f.eks være:

1. Vedlikehold av treningslokalet.
2. Vedlikehold av treningsapparater.
3. Verv for klubben, som: styreverv, representasjonsverv, vara, dommerrepresentasjon.
4. Klubben arrangerer flere stevner i året. Her kommer oppgaver som: rigging og nedrigging, skivepåsettere , dommere, speaker, sekretær, lagleder etc.
5. Reiseleder, lagleder, sjåfør etc.

Dette er en liste over noen oppgaver man kan gjøre, for klubben sin. Ikke alle har den nødvendige kompetansen for alle oppgavene, men en eller flere av gjøremålene kan de fleste delta på. TA ANSVAR OG GJØR NOE FOR KLUBBEN DIN !



Ressurspersoner

Trenere

Oversikt over klubbens trenerkapasitet.

	Aktivitetsleder	Trener 1	Trener 2	Trener 3
Lars Edvin Samnøy	X	X	X	X
Jan Sjøøl	X	X		
Per Ove Sjøøl	X	X		
Rolf Stenberg	X	X	X	
Geir Gregersen	X	X	X	
Per Steffen Røyine	X			
Lise Engnes	X			
Morten Engnes	X			
Jan Helge Rustan		X		
Evind Sjøøl		X		
Heidi Solberg		X		
Geir Andre Stubberud		X		
Fredrik Sørbø		X		
Thomas S. Norquist	X			
Jørgen Sørbø	X			
Lena Sjøøl	X			

Klubblege

Klubben har en avtale med lege Yves Florelius om å stille som klubbens lege.

Yves er meget dyktig på rehabilitering og jobber med dette på Kysthospitalet i Stavern. Alle henvendelser skal gå vi styret.



Deltagelse på stevner

For å kunne delta på stevner for Sande Kraftsportklubb må utøveren inneha lisens utstedt av Norges Styrkeløftforbund. Dette kan kun skaffes gjennom klubben. For å kunne løse lisens må medlemskontingent være betalt, også treningsavgift hvis løfteren trener i våre lokaler.

Lisens for nye medlemmer

Debutantløftere må ha vært medlem de siste 3 måneder og trent regelmessig i våre lokaler i Sandehallen FØR det løses lisens. Det er løfterens eget ansvar at dette blir registrert av styret.

Påmelding til stevner

Alle påmeldinger henges opp på oppslagtavle i Sandehallen. Løfteren er selv ansvarlig for å skrive seg på i god tid før påmeldingsfristen går ut.

NB! Påmeldingslista tas ned 2 dager før den virkelige fristen går ut. Dette er nødvendig for å rekke tidsfristen da det er en del arbeid med å sette opp en korrekt påmeldingsliste.

Økonomiske støtteordninger

Støtte til reiser

Sande KK dekker utgifter til reise og overnatting for utøvere og ledere for følgende stevner: NM åpen, U/Jr/Vet. NM, Benkpress NM.

Ungdoms- og juniorløftere får dekket utgifter til reise og opphold ved nasjonale stevner som nasjonalt ungdomsstevne, Syd-Norsk og RM.

Benytt klubbens reiseregning for disse reisene.

Støtte til deltagelse på stevner

Alle klubbens deltakere og ledere kan fritt søke klubben om støtte til stevnedeltagelse.

Det kan søkes om særskilt støtte for deltakelse på internasjonale stevner der NSF ikke dekker kostnadene. Søknadsskjema finnes under kapittelet skjemaer lenger bak.

Søknader behandles av styret og vedtaket skal være basert på klubbens økonomi samt løfterens prestasjoner.

Søknadsskjema finnes under kapittelet skjemaer lenger bak.

For å kunne motta noen form for økonomisk støtte må vedkommende ha betalt medlemskontingent!



Utmerkelse

Sande KK deler ut følgende utmerkelse:

1. Ferdighetsmerke
2. Årets styreløfterløfter og årets benkpresser
3. Andre priser (f.eks årets ildsjel, årets talent etc.)

Normalt deles slike utmerkelse ut etter årets klubbmesterskap/julebord, men det kan deles ut på idrettsgallaen i januar..

Kriterier

Styret står fritt til å definere kriteriene for kåringene.

For å kunne bli kåret må kandidaten være en god ambassadør for klubben og et forbilde med sunne og tydelig antidopingholdninger.

Kåringen tar utgangspunkt i løfternes lagpoeng oppnådd på internasjonale mesterskap.

I nasjonale mesterskap teller løfterens plassering sammenlagt i sin kategori, slik at den med høyest poengsum får 12 poeng, nr. 2 får 9 poeng, nr. 3 får 8 poeng osv. – men slik at fullført konkurranse gir minimum 1 poeng.

I regionale mesterskap teller løfternes plasseringer etter poengtabellen uansett klasse og alderskategori.

Hvert mesterskap vektet som beskrevet under. Vekttallet multipliseres med utøverens poeng som nevnt over.

Tellende konkurranser	Vekttall
Klubbmesterskap	1
Benkpresscup	1
Sandecup	1
RM	2
Syd Norsk	3
Landskamp / ER- cup i benkpress	4
NM ungdom, junior eller veteran	5
Nordisk junior eller veteran	6
EM junior eller veteran	7
Nordisk senior og WEC	8
VM junior eller veteraner	9
NM senior	10
EM senior	11
VM senior	14



Æresmedlemmer

Sverre Paulsen
Morten Engnes
Jan Sjøl
Per Ove Sjøl
Lise Engnes

APPROBASJONSSØKNAD / TERMINLISTE

Klubben sender sin søknad over samtlige stevner planlagt arrangert påfølgende år gjennom region østafjells innen 1. oktober.

Unntakskvis kan klubben søke NSF om approbasjon av et stevne inntil 1 uke før stevnet skal holdes. En slik approbasjonssøknad utløser en avgift på kr 200 til NSF.

NSF vil innen 1. november offentliggjøre en samlet oversikt over alle stevner som skal arrangeres det påfølgende året.

En approbasjonssøknad skal alltid være skriftlig!

Det skal søkes om stevner slik at ønsket stevnekategori blir riktig samt at våre lag i lagserien får stevnetilbud innenfor hver serieomgang:

Særnorsk vedlegg: 8.1.1 Regler for den norske lagserien i styrkeløft

Kriteriene fastsettes av Nsfs styre. Revidert desember 2007.

Lagserien for åpen klasse, junior og veteran går over fem omganger:

1. serieomgang: Januar – februar
2. serieomgang: Mars – april
3. serieomgang: Mai – juni – juli
4. serieomgang: August – september – oktober
5. serieomgang: November – desember

Resultater fra alle approberte stevner i perioden kan benyttes, og det konkurreres etter Wilks poengtabell.

Særnorsk vedlegg: 8.1.2 Regler for den norske lagserien i benkpress

Kriteriene fastsettes av Nsfs styre. Revidert desember 2007.

Benkpresserien for åpen klasse, junior og veteran går over fem omganger:

1. serieomgang: januar – februar
2. serieomgang: mars – april
3. serieomgang: mai – juni – juli
4. serieomgang: august – september – oktober
5. serieomgang: november – desember

Resultater fra alle approberte stevner i perioden kan benyttes, og det konkurreres etter Wilks poengtabell.



Kvalifiseringskrav

For deltakelse på internasjonale mesterkap for veteraner må kravet være oppnådd.

Tabell er hentet fra Region Øst (veteranansvarlig) sine websider, ajour per 5 januar 2012.

Damer								
Kl.	VM Styrkeløft		EM Styrkeløft		VM Benkpress		EM Benkpress	
Klasse	YV	EV	YV	EV	YV	EV	YV	EV
47	245	220	220	180	60	55	55	50
52	270	235	235	195	65	60	60	55
57	295	260	260	215	75	65	65	60
63	320	285	285	235	80	70	72,5	65
72	345	305	305	255	87,5	75	80	70
84	375	335	335	280	95	82,5	85	75
+84	430	380	380	315	105	95	100	85
Herrer								
	YV	EV	YV	EV	YV	EV	YV	EV
59	450	400	400	390	120	95	110	85
66	520	480	445	440	140	125	125	120
74	590	540	510	470	170	145	145	130
83	640	585	570	525	195	160	175	150
93	700	610	615	570	205	175	200	165
105	730	630	665	610	215	185	205	175
120	760	650	685	630	230	195	210	185
+120	790	675	705	650	240	205	215	195
S.vet.	320 poeng		295 poeng		90 poeng		80 poeng	



Vedtekter

Generelt om basis-lovnormen:

Idrettslag skal ha lover som er i samsvar med lovnorm vedtatt av Idrettsstyret.

Det enkelte idrettslags lov skal være godkjent av Idrettsstyret, jfr. NIFs lov §§ 10-5 og 2-15.

NIFs lov og basis-lovnormen skal legges til grunn i alt lovarbeid i idrettslagene.

I tilfelle lag som er medlem av NIF har lovbestemmelser som er i motstrid med NIFs lov, vil lagets lov være tilsvarende ugyldig.

Dette er en ufravikelig basis-lovnorm som inneholder minimum av hva alle idrettslag må ha i sin lov. Ved endring av loven kan idrettslagene legge til det de ønsker og som anses nødvendig for idrettslaget, så lenge tilleggene ikke strider mot NIFs lov og bestemmelser, eller mot denne basis-lovnormen. Spesielt vil dette gjelde regler om den interne organisering av idrettslaget i grupper og avdelinger, og om disse skal være representert i hovedstyret, jfr. lovnormens § 11 pkt. 9 og § 15.

Nye idrettslag må ved innmelding i NIF bruke lovnormen som sin lov, men kan etter at laget er tatt opp i NIF å endre loven, jfr. NIFs lov § 1-6 (merk at også disse endringene skal godkjennes av NIF)



BASIS-LOVNORM FOR IDRETTSLAG (BOKMÅL)

(Vedtatt av Idrettsstyret 28.11.2007)

Lov for Sande Kraftsportklubb, stiftet 21.10.1982

Vedtatt den 21.10.1982 med senere endringer senest av 10.01.2008

Godkjent av Idrettsstyret den 11.01.08 (Fotnote 1, se bakerst)

§ 1 Formål

Idrettslagets formål er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF).(2)

Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idretts glede, fellesskap, helse og ærlighet.

§ 2 Organisasjon

Idrettslaget er medlem av NIF gjennom Vestfold idrettskrets.

Idrettslaget er medlem av de(t) særforbund som lagets årsmøte bestemmer.

Idrettslaget hører hjemme i Sande kommune, og er medlem av Sande.idrettsråd.(3)

Idrettslaget er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer.(4)

Reglene i NIFs lov kapittel 1, 2, 10 11, 12, 13 og 14 gjelder idrettslaget uavhengig av hva som måtte stå i idrettslagets egen lov.

§ 3 Medlemmer

Håndbok Sande Kraftsportklubb

Side 17 av 27



Alle som aksepterer idrettslagets og overordnede idrettsmyndigheters lover og bestemmelser kan bli tatt opp som medlem.(5)

Forøvrig plikter ethvert medlem å overholde NIFs, dets organisasjonsledds, samt idrettslagets lover og bestemmelser.

En søker kan ikke tas opp som medlem uten at økonomiske forpliktelser til andre organisasjonsledd i NIF er gjort opp.

Medlemskap i laget er først gyldig og regnes fra den dag første kontingent er betalt.

Alle idrettslag plikter å føre elektroniske medlemslister i idrettens nasjonale medlemsregister i tråd med retningslinjer gitt av Idrettsstyret.(6)

§ 4 Medlemskontingent og avgifter

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis.

Andre avgifter/egenandeler kan kreves for deltakelse i lagets aktivitetstilbud.

§ 5 Stemmerett og valgbarhet

For å ha stemmerett må man være fylt 15 år, og hatt gyldig medlemskap i minst 1 måned og ha oppfylt medlemsforpliktelsene, jfr. NIFs lov § 2-5. Ingen kan møte eller avgi stemme ved fullmakt, jfr. NIFs lov § 2-9.

Alle medlemmer som har stemmerett er valgbar til tillitsverv i laget, og som representant til ting eller møte i overordnede organisasjonsledd. Tillitsvalgt kan imidlertid ikke samtidig være arbeidstaker i laget. Spiller/utøver med kontrakt og medlemskap i laget kan derimot velges som representant til ting eller møte i overordnede organisasjonsledd.

Medlemmer som skylder kontingent har ikke stemmerett, er ikke valgbar og kan ikke være representant til ting eller møte i overordnet organisasjonsledd. Medlem som skylder kontingent for mer enn ett år, kan av styret strykes som medlem i idrettslaget.(7) Hvis medlemmet, ved forfall skylder 2 års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra idrettslagets side. Strykkes et medlem, kan det ikke tas opp igjen før skyldig kontingent er betalt.

§ 6 Tillitsvalgtes godtgjørelse

For refusjon av utgifter og godtgjørelse til idrettslagets tillitsvalgte gjelder:

Tillitsvalgt kan motta refusjon for nødvendige, faktiske utgifter, inkludert tapt arbeidsfortjeneste, som påføres vedkommende i utførelsen av vervet. Tillitsvalgt kan motta



en rimelig godtgjøring for sitt arbeid. Utgifter til tapt arbeidsfortjeneste og til godtgjøring skal fremgå av budsjett og regnskap.

§ 7 Kjønnfordeling

Ved valg/oppnevning av representanter til årsmøte/ting, samt medlemmer til styre, råd og utvalg m.v. i NIF og NIFs organisasjonsledd skal det velges kandidater/representanter fra begge kjønn.

Sammensetningen skal være forholdsmessig i forhold til kjønnfordelingen i medlemsmassen, dog slik at det skal være minst to representanter fra hvert kjønn i styre, råd og utvalg m.v. med mer enn 3 medlemmer. I styre, råd og utvalg m.v. som består av 2 eller 3 medlemmer skal begge kjønn være representert. Varamedlemmer teller ikke med ved beregningen av kjønnfordelingen.

Idrettsstyret kan når det foreligger særlige forhold gjøre unntak fra denne bestemmelsen.

§ 8 Inhabilitet (8)

Tillitsvalgte, oppnevnte representanter og ansatte er inhabil til å tilrettelegge grunnlaget for en avgjørelse eller til å treffe avgjørelse:

- a) når vedkommende selv er part i saken
- b) når vedkommende er i slekt eller svogerskap med en part i oppstigende eller nedstigende linje eller i sidelinje så nær som søsken
- c) når vedkommende er gift med eller er forlovet eller samboer med en part
- d) når vedkommende er leder for eller har ledende stilling i eller er medlem av styret i et selskap som er part i saken

Likeså er tillitsvalgte, oppnevnte representanter og ansatte inhabil når andre særegne forhold foreligger som er egnet til å svekke tilliten til vedkommendes upartiskhet, blant annet skal det legges vekt på om avgjørelsen i saken kan innebære særlig fordel, tap eller ulempe for vedkommende selv eller noen som vedkommende har nær personlig tilknytning til. Det skal også legges vekt på om inhabilitetsinnsigelse er reist av noen part.

Inhabilitetsspørsmålet avgjøres av det aktuelle organ.(9)



Inhabilitetsreglene får ikke anvendelse dersom det er åpenbart at den tillitsvalgte eller ansattes tilknytning til saken eller partene ikke vil kunne påvirke vedkommendes standpunkt og at idrettslige interesser ikke tilsier at vedkommende bør vike sete.

Er en overordnet inhabil, kan avgjørelse i saken heller ikke treffes av direkte underordnet i samme organisasjonsledd.

Med part menes i denne bestemmelsen tillitsvalgte, oppnevnte representanter og ansatte som en avgjørelse retter seg mot eller som saken ellers direkte gjelder.

§ 9 Straffesaker

For alle straffesaker gjelder NIFs lov kapittel 11 og 12 (NIFs straffebestemmelser).

§ 10 Årsmøtet

Idrettslagets øverste organ er årsmøtet som holdes hvert år i mars måned.

Årsmøtet innkalles av styret med minst en måneds varsel, (10) direkte til medlemmene og/eller ved kunngjøring i pressen, eventuelt på idrettslagets internettside. Forslag som skal behandles på årsmøtet må være sendt til styret senest 2 uker før årsmøtet.

Fullstendig sakliste og andre nødvendige saksdokumenter med forslag må være tilgjengelig for medlemmene senest en uke før årsmøtet.

Alle idrettslagets medlemmer har adgang til årsmøtet. Årsmøtet kan invitere andre personer og/eller media til å være tilstede, eventuelt vedta at årsmøtet kun er åpent for medlemmer.

Lovlig innkalt årsmøte er vedtaksført dersom det møter et antall medlemmer som minst tilsvarer antallet styremedlemmer. Dersom årsmøtet ikke er vedtaksført kan det innkalles til årsmøte på nytt uten krav om minimumsdeltakelse.

På årsmøtet kan ikke behandles forslag om lovendring som ikke er oppført på utsendt/kunngjort sakliste. Andre saker kan behandles når 2/3 av de stemmeberettigede på årsmøtet vedtar det, ved godkjenning av saklisten.

§ 11 Ledelse av årsmøtet

Årsmøtet ledes av valgt(e) dirigent(er). Dirigenten(e) behøver ikke å være medlem av idrettslaget.

§ 12 Årsmøtets oppgaver



Årsmøtet skal:(11)

1. Godkjenne de stemmeberettigede.
2. Godkjenne innkallingen, sakliste og forretningsorden.
3. Velge dirigent(er), sekretær(er)(12) samt 2 representanter til å underskrive protokollen.
4. Behandle idrettslagets årsmelding, herunder eventuelle gruppeårsmeldinger.
5. Behandle idrettslagets regnskap i revidert stand.(13)
6. Behandle innkomne forslag og saker.
7. Fastsette medlemskontingent.
8. Vedta idrettslagets budsjett.(13)
9. Behandle idrettslagets organisasjonsplan. (14)
10. Foreta følgende valg:
 - a) Leder og nestleder
 - b) ...4...styremedlem(mer) (15) og...1.. varamedlem(mer)
 - c) Øvrige valg i henhold til årsmøtevedtatt organisasjonsplan, jfr. § 12 pkt. 9.
 - d) 2 revisorer (16)
 - e) Representanter til ting og møter i de organisasjoner idrettslaget er tilsluttet.
 - f) Valgkomite med leder og 2 medlemmer og 1 varamedlem for neste årsmøte.

Leder og nestleder velges enkeltvis. De øvrige medlemmer til styret velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet, og ved skriftlig valg avgjøres rekkefølgen i forhold til stemmetall.

Valgene skjer etter bestemmelsene i NIFs lov § 2-11.

Arbeidstaker innen et organisasjonsledd er ikke valgbar til verv i eget eller overordnede organisasjonsledd. En arbeidstaker i et allianseidrettslag eller lag organisert av allianseidrettslaget er ikke valgbar til verv i allianseidrettslag eller i lag organisert av samme allianseidrettslag. Tillitsvalgt som får relevant ansettelse i perioden plikter å fratruke tillitsvervet. Idrettsstyret kan gi dispensasjon.



Person som selv har samarbeidsavtale med organisasjonsledd, eller er styremedlem, ansatt i ledende stilling eller er aksjonær med vesentlig innflytelse i en juridisk person som organisasjonsleddet samarbeider med, er ikke valgbar til verv innen organisasjonsleddet. Begrensningen gjelder dog ikke for styremedlem oppnevnt av organisasjonsledd. Tillitsvalgt som får en slik samarbeidsavtale, styreverv, ansettelse eller eierandel i juridisk person, plikter å fratse tillitsvervet. Idrettsstyret kan gi dispensasjon.

§ 13 Stemmegivning på årsmøtet

Med mindre annet er lovfestet skal et vedtak for å være gyldig være truffet med alminnelig flertall av de avgitte stemmene.

Valg foregår skriftlig hvis det foreligger mer enn ett forslag eller det fremmes krav om det.

Hvis det skal være skriftlige valg, kan bare foreslåtte kandidater føres opp på stemmeseddelen. Stemmesedler som er blanke, eller som inneholder ikke foreslåtte kandidater, eller ikke inneholder det antall det skal stemmes over, teller ikke, og stemmene anses som ikke avgitt.

Når et valg foregår enkeltvis og en kandidat ikke oppnår mer enn halvparten av de avgitte stemmer, foretas omvalg mellom de to kandidater som har oppnådd flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

For å være gyldig må valg være gjennomført i henhold til NIFs lov §§ 2-4 og 2-5.

Når det ved valg skal velges flere ved en avstemming, må alle, for å anses valgt, ha mer enn halvparten av de avgitte stemmer. Dette gjelder ikke ved valg av varamedlemmer. Hvis ikke tilstrekkelig mange kandidater har oppnådd dette i første omgang, anses de valgt som har fått mer enn halvparten av stemmene. Det foretas så bundet omvalg mellom de øvrige kandidater, og etter denne avstemmingen anses de valgt som har fått flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

§ 14 Ekstraordinært årsmøte i idrettslaget

Ekstraordinært årsmøte i idrettslaget innkalles av idrettslagets styre med minst 14 dagers varsel etter:

- a) Vedtak på årsmøte i idrettslaget.
- b) Vedtak i styret i idrettslaget.
- c) Skriftlig krav fra 1/3 av idrettslagets medlemmer.
- d) Krav etter vedtak i overordna organisasjonsledd: NIF eller idrettskrets.



Ekstraordinært årsmøte i idrettslaget skal bare behandle de saker som er angitt i vedtaket eller i kravet om innkalling av årsmøtet. Sakliste og nødvendige saksdokumenter skal følge innkallingen.

§ 15 Idrettslagets styre (17)

Idrettslaget ledes og forpliktes av styret, som er idrettslagets høyeste myndighet mellom årsmøtene.

Styret skal (18)

1. Iverksette årsmøtets og overordnede idrettsmyndigheters vedtak og bestemmelser.
2. Påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte i samsvar med de vedtak som er fattet på årsmøte/ting eller av overordnet organisasjonsledd. Styret skal videre på se at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen, og har en forsvarlig økonomistyring. (19)
3. Oppnevne etter behov komiteer/utvalg/personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for disse.
4. Representere idrettslaget utad.

Styret skal holde møte når lederen bestemmer det eller et flertall av styremedlemmene forlanger det.

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende.

§ 16 Grupper/avdelinger/komiteer

Idrettslaget skal ha valgkomite som velges på fritt grunnlag på årsmøtet i idrettslaget, etter innstilling fra styret, og har som oppdrag å legge frem innstilling på kandidater til alle øvrige tillitsverv som skal velges på årsmøtet.

Laget kan organiseres med grupper og/eller avdelinger. Lagets årsmøte bestemmer opprettelse av grupper/avdelinger, og hvordan disse skal organiseres og ledes. Dette vedtas i forbindelse med årlig behandling av idrettslagets organisasjonsplan, jfr. § 11 pkt. 9.

For grupper/avdelingers økonomiske forpliktelser hefter hele laget, og grupper/avdelinger kan ikke inngå avtaler eller representere idrettslaget utad uten styrets godkjenning.(20)



§ 17 Lovendring (21)

Lovendring kan bare foretas på ordinært eller ekstraordinært årsmøte i idrettslaget etter å ha vært oppført på saklisten, og krever 2/3 flertall av de avgitte stemmer.

Lovendringer må godkjennes av Idrettsstyret, og trer ikke i kraft før de er godkjent.

Idrettsstyret kan i forbindelse med godkjenning av underliggende organisasjonsledds lover, redigere disse slik at de ikke kommer i motstrid med bestemmelsene i NIFs lov.

§ 18 kan ikke endres.

Lovendringer gjort av Idrettstinget, som har konsekvenser for idrettslaget, trer i kraft umiddelbart.

§ 18 Oppløsning (22)

Oppløsning av idrettslaget kan bare behandles på ordinært årsmøte. Blir oppløsning vedtatt med minst 2/3 flertall, innkalles ekstraordinært årsmøte 3 måneder senere. For at oppløsning skal skje må vedtaket her gjentas med 2/3 flertall.

Sammenslutning med andre lag anses ikke som oppløsning av laget.(23)

Vedtaket om sammenslutning og nødvendige lovendringer i tilknytning til dette treffes i samsvar med bestemmelsene om lovendring, jfr. § 17.

I tilfelle oppløsning eller annet opphør av laget tilfaller lagets eiendeler NIF eller formål godkjent av Idrettsstyret.

Ved konkurs anses organisasjonsleddet som oppløst og mister således sitt medlemskap i NIF. Ved konkurs gjelder reglene i konkursloven og dekningsloven.

Fotnoter:

1) Jfr. NIFs lov §§ 2-2, 2-15 og 10-5

2) Navnet trer i kraft fra 01.01.2008.

3) Idrettslag kan bare være medlem av ett idrettsråd. Hvis et idrettslags naturlige område strekker seg over mer enn en kommune, avgjør lagets årsmøte ved lovvedtak hvilket idrettsråd det tilhører.

4) Personlige medlemmer betyr at idrettslaget ikke har anledning til å operere med andre typer medlemskap, som for eksempel familiemedlemskap og firmamedlemskap. Enten er



man personlig medlem eller så er man ikke medlem. At det innføres familiekontingent er å anse som en rabattordning, og har ikke noe med selve medlemskapet å gjøre.

5) Når det står «kan bli tatt opp som medlem» innebærer dette at ingen har krav på å bli medlem. Lovutvalget har uttalt at på bakgrunn av bestemmelsens tilblivelse, har et idrettslag rett til å avslå en opptakssøknad i helt spesielle tilfeller. I tilfelle tvist avgjør idrettskretsen om søkeren kan tas opp. Kretsens avgjørelse kan påklages for Idrettsstyret innen 14 dager etter at rekommandert melding er sendt berørte parter.

6) Bestemmelsen trer først i kraft når Idrettsstyret bestemmer det.

7) Skyldig kontingent må forstås å være manglende innbetaling i forhold til den betalingsfrist som styret har satt ved utsending av kontingentkrav. Skyldig kontingent for mer enn ett år må forstås slik at det kan foretas strykning etter ordinært årsmøte og når det er vedtatt kontingent for nytt driftsår. Lagene oppfordres til å innarbeide gode rutiner i forhold til strykning.

8) Teksten i denne § kan erstattes med: «For inhabilitet gjelder NIFs lov § 2-7.»

9) Inhabilitetsreglene gjelder ikke på årsmøtet.

10) Minimumsfrist i forhold til NIFs lov § 2-8.

11) Dersom saklisten ikke fullføres, kan det innkalles til fortsettende årsmøte. Slik innkalling skjer på tilsvarende måte som for ordinært årsmøte, men eventuelt med kortere frist godkjent av årsmøtet. Fortsettende årsmøte kan bare behandle saker som var med i godkjent sakliste for årsmøtet.

12) Sekretæren(e) behøver ikke å være medlem i idrettslaget.

13) Regnskap og budsjett for idrettslag som er organisert med grupper/avdelinger, skal omfatte henholdsvis regnskapene og budsjettene for disse, og skal følge oppsettet i Idrettens kontoplan. Dette følger av at grupper/avdelinger i et idrettslag aldri kan være egne juridiske og økonomiske selvstendige enheter, da laget ellers ikke lenger ville vært ett idrettslag. Henviser for øvrig til § 16 i lagets lov.

14) Organisasjonsplanen skal regulere idrettslagets interne organisering.

Minimumsinholdet i en organisasjonsplan er oversikt over tillitsvalgte i tillegg til styret og de andre lovfestede tillitsverv.



15) Antall styremedlemmer og varamedlemmer fastsettes ved vedtakelse av loven, minimum 1 styremedlem og 1 varamedlem. Det er ikke noe i veien for at styremedlemmene kan velges til spesifikke oppgaver.

16) Idrettslag med årlig omsetning på mer enn kr. 5.000.000,- plikter å ha engasjert revisor, jfr. NIFs lov § 2-17. Idrettslag som kommer inn under denne bestemmelsen må ta inn nytt punkt 10 i § 12: «Engasjere statsautorisert/registrert revisor til å revidere idrettslagets regnskap.» – og med tilsvarende forskyvning av neste punkt. Videre må § 12 (nytt) pkt 11 litra d) endres til: «Kontrollkomite på 2 medlemmer med 2 varamedlemmer.»

17) Denne høyeste myndighet kan ikke, verken helt eller delvis, delegeres til andre organer/personer innen laget (det kan således ikke lovfestes at et «representantskap» eller lignende skal kunne overprøve styrets vedtak)

18) Dette er et minimum av hvilke oppgaver som skal tillegges styret. Det er ikke noe i veien for at det kan bestemmes at styret skal ha andre oppgaver i tillegg.

19) Se NIFs lov § 2-17.

20) Dette innebærer bl.a. at det bare er idrettslagets styre (hovedstyre der laget har grupper/avdelinger med egne styrer) som kan foreta ansettelse, inngå sponsoravtaler, evt. andre avtaler som binder idrettslaget rent juridisk/økonomisk.

21) Jfr. NIFs lov § 2-15, 2. ledd.

22) Jfr. NIFs lov § 2-16.

23) Ved sammenslåing skal eldste stiftelsesdato og klubbnummer for dette idrettslaget benyttes.



Vedlegg

1. Innmeldingskontrakt
2. Reiseregning
3. Skjema for utlån av utstyr
4. Bilag for uttak av bonus i U og Jr gruppene
5. Søknad om støtte til deltagelse på stevner
6. Klubbrekorder
7. Kvalifiseringskrav/merkekrav
8. Kvalifiseringskrav for veteraner
9. Wilks poengtabell
10. Særnorsk reglement
11. IPF reglement