



Om klubben

- Besøksadresse: Gydasv. 14 - 0363 OSLO
Postadresse: Postboks 5367, Majorstuen - 0304 OSLO
Telefon: 22 69 20 73 (tirsdag og torsdag 13:00-16:00)
- Orgnr: 974965372
- Klubbens registreringsnr i idrettsregister: GR03010083260
- Kontonr i DnBNOR: 70380523556
Kontoret har normal åpningstid tirsdag og torsdag kl. 12:00 - 16:00. På grunn av aktiviteter i klubbhus/garderobes og baneanlegg, vil kontoret kunne være ubetjent i kortere perioder.
- Oppdaterte lister over kontaktpersoner finnes til enhver tid på frigg.no
- Følgende e-postadresser kan benyttes for direkteadresserte henvendelser.

Generelle henvendelser til klubben :
post@frigg.no

Kontaktpersoner sportslig

Trenerkoordinator ungdom herrer:

tk-ungdom@frigg.no

Trenerkoordinator jenter/damer:

tk-jenter@frigg.no

Trenerkoordinator barn gutter:

trenerkoordinator@frigg.no

Administrativt

Daglig leder:

Nils Henrik Solum

telefon: 40215354

post@frigg.no

Utstyr:

utstyr@frigg.no

Medlemskap:

medlem@frigg.no

Ungdomsfotball administrativt

ungdomsavdeling@frigg.no

Barnefotball administrativt

barneavdeling@frigg.no

AKADEMIET

akademiet@frigg.no

Alle lag



Arbeidsbeskrivelse for lagledere

Alle lag

Lagleder er leder av laget og skal sørge for at følgende oppgaver blir ivaretatt (ikke nødvendigvis av en og samme person):

- Se til at NFF (Norges Fotballforbund) sine retningslinjer for barne- og ungdomsfotball blir fulgt.
- Informere nye lagledere/trenere om kravet om politiattest
- Videreformidle informasjon fra klubben sentralt til spillere og foreldre
- Representere laget og være spillerne og foreldrenes kontaktperson overfor fotballstyret
- Informere spillere og foreldre om treningstider, seriekamper og cuper
- Ajourføre medlemslister
- Oppdatere hjemmesider (frigg.no) for laget
- Være ansvarlig for forberedelser og gjennomføring av hjemmekamper
- Være ansvarlig for at nødvendig utstyr er tilgjengelig på trening og kamp
- Samarbeide med trenerne på laget
- Påse at laget blir påmeldt til serie og cuper
- Ansvar for lagskontoen i kontohierarkiet
- Avholde foreldremøte, minimum ett per år
- Koordinere oppgaver rundt laget, eks dugnadsarbeid, loddbøker, sesongavslutning
- Ta initiativ til sosiale tiltak for laget

For å ivareta alle disse oppgavene er det nødvendig å sette sammen et team dere flere deler på disse oppgavene. Slik laglederrollen ofte har vært har den i realiteten vært flere roller; oppmann, materialforvalter og lagleder, med ansvar for praktisk organisering, utstyr og formell administrasjon. For å få kabalen i havn kan det rett og slett være at laglederrollen bør deles i to eller til og med tre i tillegg til andre roller som kasserer og cupansvarlig – dette er et forslag, den aktuelle fordelingen finner hvert enkelt lag ut av:

- Lagleder ("Oppmannsrollen") - sørge for at alle spillere er på rett sted til rett tid (kan også ligge under foreldrekontakt), at alle er spilleberettigede (det vil si overganger og evt gule og røde kort), ha kontakt med andre klubber og Frigg
- Kasserer
- Cupansvarlig + evt. treningsleire
- Dugnadsansvarlig
- Foreldrekontakt og praktisk ansvarlig (kan f.eks. også slås sammen med dugnadsansvarlig)
- Materialforvalter ("assistenttrener") - være trenerens forlengede arm på feltet. Sørge for at utstyr er komplett og på rett sted til rett tid.

For å få dekning på disse rollene kan man stille krav til foreldregruppen om at det gjøres som dugnad, dersom ingen frivillig påtar seg ansvaret.



Holdninger

Vi kan forsterke trivsel og glede ved...

...at du passer på at ingen blir glemt.

...at du opparbeider tillit hos spillerne slik at de føler seg trygge.

...at miljøet rundt laget blir godt.

...at du er positiv, og går foran som et godt eksempel.

...at alle føler seg rettferdig behandlet

...at spillerne får en fornuftig holdning til både seier og tap.

...at det reageres ved banning, fusk og kjeftbruk.

...at det er disiplin i spillergruppa.

Alle lag



HUSKELISTE for lagledere

- Oppdaterte laglister
- Sjekke spillerberettigelse for spillere (medlemsskap i barneavdelingen, i tillegg overgang og karantener i ungdomsfotballen)
- Påmelding til cuper
- Transport til kamper
- Dugnader
- Økonomi/lagkasser
- **Foreldreinvolvering!** (Det som er viktigst å huske på er at lagleder ikke nødvendigvis må utføre alle disse punktene selv. Den viktigste jobben en lagleder gjør er å finne de riktige personene rundt laget til å ta seg av alle oppgavene).

Alle lag



Påmelding cuper

- Cupansvarlig melder på og **sørger for at påmeldingsavgiften** betales. HUSK: Opprett egen lagkasse så fort som mulig slik at lagkassen legger ut for cupdeltagelse.
- Dersom cupen blir overtegnet, er det innbetalingsdato for påmeldingsavgiften som legges som kriterium for hvem som får komme med.
- En del cuper har opplegg hvor spillerne i tillegg må betale **deltagerkort** eller egenandel- deltagerkortene må gjerne oppgis ved påmelding, og betales samlet inn innen en oppgitt frist.
- Lagleder må **samle inn dette beløpet** på forhånd fra spillerne.
- Det er en fordel at antall, og **valg av cuper** er bestemt **tidlig** i sesongen.
- Dette bør være et av punktene på **foreldremøtet** og spillermøtet når sesongen skal planlegges.
- Lurt å **legge ved link** til arrangementet slik at de selv kan hente ut detaljer.
- Lagleder står som **kontaktperson** for arrangør dersom ikke annet er oppgitt ved påmeldingen.
- **Spillerlister** må fylles ut for laget. Disse ligger ofte på nettsiden til arrangøren.
- Opprop ved premieutdeling foregår etter disse listene. (husk å variere rekkefølgen fra cup til cup. Det er kjedelig for dem som alltid blir ropt opp til sist).
- På helge-/sommercup med overnatting, er det lurt å sette ned en **reisekomité**.
- Ved felles innkvartering av spillerne må **lagledere/foreldre være med å overnatte**. Egne lister for hvem som overnatter må leveres arrangør. Dette er viktig mht brannforeskrifter.
- Frigg dekker deltakelse i to eksterne cup'er pr lag med inntil kr 1500 pr cup. Deltakeravgiften betales av lagkasse og refunderes av Frigg etter endt vår- og høstsesong.
- Skjemaer for refusjon finnes på <http://frigg.no/faktura/>

Alle lag



Alle lag

- Samhandling mellom lag og klubb. Vi er alle Frigg, ikke oss og dere.
- Hovedstyret er også "bare" frivillige. Ikke honorarer.
- Ansatt daglig leder i 100% er hele vår administrasjon. 1 årsverk til å drifte 850 mennesker. Avhengig av at veldig mye av driften gjøres av medlemmene selv.
- Trenerkoordinatorene er ansvarlig for sportslige beslutninger og den sportslige utviklingen av både klubb og spillere.

Hvordan bygge sterke lag som varer?

Huskeliste:

- God organisering.
- Disiplin
- Foreldreinvolvering
- Attraktivitet
- Økonomi
- Satsing



PÅMELDING SERIESPILL

Viktige frister er:

- 1. DESEMBER : SENIOR (HERRER)
- 15. JANUAR : HERRER, KVINNER, OLDBOYS OG VETERAN - (11'ER OG 7'ER), MENN 7'ER OG KVINNER 7'ER – UNGDOM 15-19 år
- 1. FEBRUAR: 8 – 14 år
- 28. FEBRUAR: 6-7 år

Ansvarlige i styret for hhv barne- og ungdomsfotball innkaller lagledere til årgangsmøter i god tid før påmeldingsfrister. Før disse møtene bør hvert lag ha avholdt både spiller- og foreldremøter for å kartlegge antall spillere, deres satsningsnivå, treningsønsker, fordele foreldreoppgaver og ønskede vinter- og sommertreningstider.

Alle lag



Kampavvikling

Alle lag

Spilletid:

- Minigutt/jente – Til og med 10 år (5er fotball) i 2 x 25 minutter*
 - Lillegutt/jente – 11 og 12 år (7er fotball) i 2 x 30 minutter
 - Smågutt/jente – 13 og 14 år (11er) i 2 x 35 minutter
 - Jenter – 15 og 16 år (11er) i 2 x 40 minutter
 - Gutter – 15 og 16 år (11er) i 2 x 40 minutter
 - Junior – født 1991, 1992 og 1993 i 2 x 45 minutter
- * i utgangspunktet er det 2 x 25 minutter, men man kan variere litt fra kamp til kamp f.eks. avhengig av om man er mange eller få spillere på laget. Er man uenige så spilles det 2 x 25 min.

(OBS NFFs skriv er "rotete". I seksjonen for SPILLEREGLER FOR FEMMER FOTBALL FOR UNGDOM OG VOKSNE" står det "Her er fleksibilitet hovedregelen. Type kamp, nivå og antall innbyttere på de to lagene bør påvirke den enkelte kamps lengde. Det anbefales på generelt grunnlag 2 x 30 min. fra gutt/jente og oppover, og 2 x 20 min. fra smågutt/småjente og nedover." mens i seksjonen for "SPILLEREGLER FOR 5'ER OG 7'ER FOTBALL FOR BARN" står det "Spilletider: Lillegutt og lillejente 2 x 30 min. Minigutt og minijente 2 x 25 min." I barnefotballen er det disse tidene som skal følges.)

Det skal brukes 4'er ball til og med 14-års klassen. De aller yngste (6-8 år) kan med fordel benytte 3'er ball. Fra gutte-/jente-klassen og oppover benyttes 5'er ball.

For alle:

- ☞ La innlæring av spillereglene bli en del av fotballoplæringen.
- ☞ Slå ned på kritikk av dommeravgjørelser - vær selv et eksempel!
- ☞ Lær spillerne at også dommeren kan gjøre feil - som spillerne.
- ☞ Diskuter omstridte dommeravgjørelser saklig og objektivt med spillerne etter kampen, gjerne vent til neste trening.
- ☞ Vis respekt for dommeravgjørelser. De gjør antagelig færrest feil av alle i løpet av kampen.

Lagleder ABC Frigg Oslo FK (Versjon 1.0.1)



Kampavvikling

Barnefotball

- Kampsted og tid fastsettes av kretsen.
- Hjemmelag stiller med Ball + Dommer + Fløyte + Merking + Vikevester ved draktlikhet.
- Innbytte: Man kan bytte inn og ut etter ønske. (TIPS: Bytt kun inn spillere når eget lag har kontroll på ballen. La spillere som skal inn, vente med å gå inn på banen til spiller som skal byttes ut er helt av spillebanen).
- Det registreres ikke lagoppstilling/navn.
- Det sendes ikke inn/registreres resultat.
- Alltid starte og avslutte kampen med å hilse på motstanderlaget.

Lagleder ABC Frigg Oslo FK (Versjon 1.0.1)



Kampavvikling

- Kampsted og tid fastsettes av kretsen. Bytte av kampsted eller tid er underlagt strenge prosedyrer.
- Innbytte: I ungdomsfotball (13-19 år) kan man benytte totalt 7 innbyttere. Alle må føres på dommerkortet, og kan komme inn på banen flere ganger i løpet av kampen.
- (For plikter og gjøremål rundt kampavvikling, se avsnittet "KAMPAVVIKLING PLIKTER – SJEKKLISTE")
- Dommerkort (kamprapport) er utstedt til alle påmeldte lag fra kretsen for at de skal ha kontroll på dommere, kampdata og evt ny informasjon. (Se detaljert informasjon i avsnittet "Dommerkort")
- Dommerkort blir tilsendt daglig leder i klubben. De blir lagt ut til innhenting av lagene i klubbhuset.
- Dommere settes opp av kretsen hovedsakelig kun i de øverste divisjonene og kun i ungdomsavdeling.
- I kamper der Oslo Fotballkrets ikke setter opp dommere er det ikke krav at vedkommende skal være autorisert dommer. Dommeren kan også være fra egen klubb.
- På www.frigg.no vil du finne en liste over aktuelle dommere i de forskjellige klassene.
- På www.fotball.no finnes det oversikt over dommere som kan bookes fra hele kretsen (Velg "Dommer" på kretsens sider - <http://www.fotball.no/Kretser/oslo/> i skrivende stund).
- **Resultat skal meldes på SMS samme kveld som kampen spilles.**

For alle:

- ☞ La innlæring av spillereglene bli en del av fotballoplæringen.
- ☞ Slå ned på kritikk av dommeravgjørelser - vær selv et eksempel!
- ☞ Lær spillerne at også dommeren kan gjøre feil - som spillerne.
- ☞ Diskutør omstridte dommeravgjørelser saklig og objektivt med spillerne etter kampen, gjerne vent til neste trening.
- ☞ Vis respekt for dommeravgjørelser. De gjør antagelig færrest feil av alle i løpet av kampen.

Ungdoms-
og
seniorfotball



Forsikring – spilleberettigelse – overganger

Alle lag

Barnelagene: All aktivitet innen barnefotballen er forsikret. Alle betalende medlemmer av klubben er automatisk spilleberettiget og forsikret. Man kan delta på flere lag innen barneklassene.

Smågutter/jenter - gutter/jenter, juniorklassene og senior breddelag:

- Disse spillerne er kollektivt forsikret ved påmelding av lag til kretsen.
- NFF betaler forsikringen for alle spillere mellom 13 og 19 år, dersom de kun deltar på lag i aldersbestemte klasser. Spillerne må imidlertid være registrert i klubbens medlemsregister OG i FIKS (fotballens sentralregister). Dette skal gjøres av klubben.

NYE MEDLEMMER:

Disse SKAL registrere seg selv sentralt via <http://frigg.no/medlem>

For nye spillere som ikke tidligere har vært registrert i noen klubb er det nok med en slik registrering. **ALLE** spillere som kommer fra andre klubber – uavhengig av alder – må registreres i krets/NFF. Sett dere derfor nøye inn i bestemmelsene i dette kapittelet.

PRØVESPILL, PRØVETRENING OG OVERGANGSBESTEMMELSER FOR FRIGG OSLO FK

Frigg Oslo FK vil presisere at det er absolutt nødvendig at man følger disse retningslinjene ved prøvespill, prøvetreninger og overganger (inn til klubben).

1) Prøvespill: Dersom Frigg ber/inviterer spillere om å trene/spille med klubbens lag for å vurdere spillere.

Alle spillere som ønsker å prøvespille MÅ registreres sentralt hos Frigg med navn, adresse, email, mobilnr og fødselsdato. Dernest SKAL overgangsansvarlig kontakte spillerens nåværende klubb for å sikre seg en skriftlig godkjenning av prøvespill. Denne godkjenningen MÅ komme fra moderklubbens offisielle epostadresse eller være signert av person med fullmakt i klubben.

Dersom slik godkjenning IKKE foreligger kan spilleren IKKE under noen omstendighet delta i sportslige aktiviteter i Friggs regi. Årsaken er (i tillegg til regelbrudd) at spilleren IKKE er dekket av noen forsikringer. Frigg må altså enten si til spilleren at den ikke er aktuell eller vedta overgang og



sende overgangspapirer. Først når overgangen er bekreftet av kretsen kan spilleren benyttes/trene med et Frigg-lag.

2) Prøvetreninger: Dersom en spiller selv oppsøker Frigg og ønsker å trene med et Frigg-lag må først spillerens navn, adresse, email, mobilnr og fødselsdato registreres.

Det neste spørsmålet må være om spilleren er medlem i en annen klubb. Dersom svaret er ja, må spilleren få beskjed om å vente til Frigg har fått godkjenning av prøvespill fra moderklubben (som i punktet over) og at spilleren vil få invitasjon når godkjenningen er bekreftet mottatt fra overgangsansvarlig. Dersom spilleren ikke er medlem i en annen klubb, må spilleren få beskjed om å vente på invitasjon etter at spilleren er registrert av Frigg.

3) Permanente overganger: Spilleren skal få beskjed om at Frigg vil kontakte nåværende klubb med tanke på å innlede samtaler, så sendes umiddelbart beskjed om spillerens personalia og tidligere klubb til overgangsansvarlig, som vil sende skriftlig varsel. Deretter skal det ikke være noen kontakt før bekreftelse fra overgangsansvarlig foreligger på at det er i orden med slike samtaler. Først da skal overgangsskjema fylles ut. INGEN nye spillere KAN trene(!) eller delta i kamper før bekreftelse på spilleberettigelse fra Oslo Fotballkrets/NFF er mottatt. Lagleder forplikter seg til å sikre at slike bekreftelse er mottatt hos overgangsansvarlig i Frigg.

Overgangsansvarlig ungdomsfotballen er styrets ungdomsavdelingsansvarlige, ungdomsavdeling@frigg.no

Overgangsansvarlig seniorfotballen utnevnes av styret, p.t. daglig leder, admin@frigg.no

Omberamming/flytting av kamper

Fremgangsmåte

- Kontakt motstander tidlig
- Finn ny tid i samråd med motstander og baneansvarlig (ved hjemmekamper er dette post@frigg.no)
- Det er IKKE anledning til å flytte kamper inn i andre lags treningstid
- Ta kontakt med dommer/assistentdommer/observatør, der dette er oppsatt, og hør om dommer/assistentdommer kan dømme på nytt kamptidspunkt.
- Varsle kretsen pr. mail med kampnummer, nytt kamptidspunkt (dato/kl./sted), og hvem som dømmer kampen. NB! Ved omberammelse 7 dager eller senere før berammet kamp, noter også hvilke lag/klubb som tok initiativet til omberammelsen.

Regler ved omberamming

- Kretsen skal varsles senest 8 dager før terminfestet kamptidspunkt.
- Skal helst spilles tidligere enn terminfestet kamptidspunkt, men senest før neste serierunde.
- Kamper oppsatt i vårsesongen kan ikke flyttes til høsten, dvs. må spilles før første kamp på høstsesongen.
- Ingen kamper kan avtales flyttet til tidsrommet mellom nest siste og siste serierunde.
- Siste serierunde skal spilles samtidig – ingen kamper kan spilles etter dette.

Utsettelse av kamp

- Send eget skjema for søknad om utsettelse av kamp (kamper som utsettes, hvor ny dato ikke er avklart).
- Satser for omberammelse/utsettelse av kamper
- Omberamming (tidl. enn 8 dager før berammet kamp) 0,-
Omberamming (2-7 dager før berammet kamp)100,-Omberamming (kampdag / ikke varslet)250,-Utsettelse av kamp250,-

<small>Skjema utarbejdet av Oslo Fotballkrets</small> Oslo Fotballkrets , Ekebergvei 101, 1178 Oslo <small>Fax nr.: 22 57 97 51 - e-post: oslo.fotball@oslofotball.no</small>	
Kamp nr.:	Hjemmelag Mot Bortelag
[01193004]	[Frigg] - [Bærum/Vek]
Kampen skal iflg. terminlista spilles:	Date: [24.06.2010] Tid: [2015]
På bane:	[Matsenlyst 3.gress] midtdommer: [An Wikub-Rønne]
Årsak til endringen:	[Mange av Bærum Vek spillere er gått i ferie]
Klubben som ønsker omberamningen:	[Bærum Vek]
vtagleder:	[Anne Strand] tlf. arbeid: [977 13625]
Motstanders klubb:	[Frigg]
vtagleder:	[Roar Råben] tlf. arbeid: [41303243]
er enige om ny kamp:	Date: [18.06.2010] Tid: [1330] Bane: [Matsenlyst 3.gress] <small>(Det må alltid sjekkes på nettet om bane er ledig)</small>
Det nye kamptidspunktet passer for dommeren:	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nei
<small>(Hvis nei må klubben selv skaffe kampledere)</small>	
Det nye kamptidspunktet passer for observatøren:	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nei
<small>(Laget må sjekke på nettet om det er oppsatt observatør - evt. fadder i kampen)</small>	
Hjemmelaget er ansvarlig for å varsle baneansvarlig og gjerderbaneansvarlig	
[Anne Strand]	[Roar Råben]
<small>Lagleder som ønsker utsettelsen</small>	<small>Motstanders lagleder</small>
Ved utsettelse må skjemaet foreligge på kretskontoret senest kl. 15.00 siste hverdag før opprinnelig kampdato. Ved fremskyndelse: senest siste hverdag før den fremskutte kampdato. <small>(Begge lagledere må enten signere på samme skjema eller sende fotokopier hvert sitt til kretsen)</small>	
<small>Dersom en av klubbene ikke stiller lag til en utsatt kamp, anses kampen lagt. Kampresultatet settes til 0-3 og det andre laget tilkennes 3 poeng. Klubber legges bort Om ingen av klubbene kan stille lag, settes kampresultatet til 0-0 og ingen av lagene tilkennes poeng. Begge klubber legges bort for ikke å møte til kamp. Utsettelse av kamp medfører et gebyr på kr. 500.</small>	



Omberamming/flytting av kamper

Fremgangsmåte

- Kontakt motstander tidlig
- Finn ny tid i samråd med motstander og baneansvarlig (ved hjemmekamper er dette post@frigg.no)
- Det er IKKE anledning til å flytte kamper inn i andre lags treningstid
- Hjemmelaget skal varsle kretsen dersom det er nødvendig. I Frigg gjøres dette av klubben.

barnefotball

Dommerkort

barnefotball

Huskeliste ved utfylling av dommerkort

- Lagene fyller ut og leverer kortet til dommer før kampen.
- (Hjemmelaget fyller ut først)
- **FULLT NAVN - FØDSELSÅR – KORREKT DRAKTNUMMER.**
- ☞ Viktig å påse følgende ved underskriving av kortet etter kampslutt:
 - ✓ Røde/gule kort er plassert på rett person
 - ✓ Tydelig og riktig kampresultat
 - ✓ Vinnerlagets navn er riktig
 - ✓ Eventuelle protester er avmerket
- ☞ Ved underskrift av kortet har lagleder bekreftet opplysningene på kortet. (Vent derfor med å underskriv kortet til etter kampslutt)
- ☞ Dommerkortet påføres opplysninger om eventuelle dispensasjoner i aldersbestemte klasser.
- ☞ I de kamper der kretskontoret har satt opp dommer, har dommeren ansvar for å sende dommerkortet til kretskontoret.
- ☞ I kamper hvor klubbene selv sørger for dommer, er det hjemmelagets ansvar å sende dommerkortet til kretskontoret.
- **Kortene returneres innen 24 timer etter kampslutt, dette gjelder også utvisningsrapporter!**
- **Kamparrangør må også huske å rapportere inn kampresultatet på SMS 2303**
Start meldingen med: Resultat kampnr mål hjemmelag – mål bortelag

KAMPAVVIKLING PLIKTER – SJEKKLISTE

HJEMMELAGETS PLIKTER

Informasjonsplikt

- Holde motstander, dommer, baneeier og kretsen orientert om all endringer som berører kampen.

Klargjøring av banen

- Omfatter oppmerking, mål med nett, spillerbenk, hjørneflagg, linjeflagg, matchballer og pumpe.
- Hjemmelaget er ansvarlig overfor gjester og administrerende myndighet (OFK) uansett om banen eies og drives av andre.

Mottak av dommere og gjestende lag

- Ta imot motstander – husk du har gjester!
- Et lag må ventes å ankomme 1 time før kampstart.
- Ta imot dommer – henvis til dommergarderobe. Dommerne skal møte senest 30 minutter før kampstart.
- Dommerne skal ha drikke i pausen og etter kampen.
- Dommerens honorar og reiseutgifter betales kontant etter kampslutt

Andre rutiner man bør huske på

- Sjekke innhold i legekoffert (ispose/spray, tape, rensevann, plaster, kompress), husk skademeldingsskjema. Dommerens underskrift ved skade.
- Drakter, sjekke eventuelt draktlikhet.
- Drikke til spillerne, vannbøtte på sidelinja (hvis det er varmt).
- Fylle ut dommerkort før kampen med navn/fødselsdato, underskrift etter kampen og betale dommeren.
- Takke for kampen – dommer, motstandere, egne spillere.

BORTELAGETS PLIKTER – SJEKKLISTE

Holde seg orientert/informere

- Særlig ved dårlig vær og når reiseavstandene er store.

Gjestene tar med seg

- Nødvendig drikke, oppvarmingsballer og reservedrakter.
- Legekoffert, sjekk innhold – skademeldingsskjema.

Kontroll av garderobe før avreise

- Ansvarlig lagleder skal være den siste som forlater en ryddet garderobe etter kampen.

Bilkjøring til fotballkamper

- Lagleder plikter å påse at trafikkreglene følges. Antall passasjerer og sikring av disse, samt fartsgrensene.
- Det er ikke anledning til persontransport i lasterom etc.

Annet

- Fylle ut dommerkort med navn og fødselsdato før kampen, underskriv etter kampen.

Draktlikhet

- Opplysninger om klubbens godkjente drakter er gitt i kretsens termin-/adresseliste.

KAMPAVVIKLING PLIKTER – SJEKKLISTE

- Hvis dommeren mener lagene har for like drakter, skaffer arrangøren om nødvendig gjestende lag en annen drakt.
- Lagledere bør sjekke i termin-/adresselista før avreise til bortekamp hvilke draktfarge motstanderen har.

Protestfrister § 14-5:

- Innen 24 timer etter kampens slutt må kretskontoret, pr e-post eller på annen ettersomlig måte, meddeles at protest vil bli nedlagt. Protester må inngis innen tre dager, og sendes pr e-post eller på annen ettersomlig måte til kretskontoret
- **(1)** Gjelder protesten forhold oppstått før kampen, må dommeren og motstanders kaptein varsles om at protest vil bli nedlagt før kampen igangsettes. Gjelder det forhold under kampen, må lagets kaptein melde fra til dommeren innen han/hun forlater området, at protest vil bli nedlagt.
- **(2)** Gjelder protesten forhold under kampen, må lagets kaptein etter kampens slutt og innen dommeren har forlatt spillebanen eller dens område, varsle dommeren at protest vil bli nedlagt. Gjelder det forhold før kampen, må dommeren og motstanders kaptein før kampen gjøres kjent med at protest vil bli nedlagt.
- **(3)** Gjelder protesten manglende spilleberettigelse, må den klubb som vil protestere senest innen 24 timer etter kampens slutt per e-post eller på annen ettersomlig måte varsle den myndighet kampen sorterer under at protest vil bli nedlagt.
- **(4)** Protest må inngis innen tre dager etter at den berørte ble eller burde ha blitt kjent med forholdet. Protest sendes per e-post eller på annen ettersomlig måte til forbundsstyret i saker etter § 14-2(2) og til krets i saker etter § 14-2(3).

Formkrav. Gebyr § 14-6:

- **(1)** Protester skal være skriftlige og skal underskrives av klubbens leder eller annen med særskilt fullmakt fra klubbens styre. Protester skal sendes per e-post eller på annen ettersomlig måte til den myndighet som etter § 14-2 skal avgjøre saken.
- **(2)** Kvitteing for innbetalt gebyr fastsatt av Forbundsstyret sendes innen protestfristens utløp. Saken kan ikke tas til behandling før gebyret er betalt.
- Protestgebyr, kr. 500, må være innbetalt til konto 5082.05.44568 senest 3 hverdager etter kampen. Kvitteing må vedlegges protestskrivet.
- Dette er kun et **utdrag** av reglene. Den fullstendige lovtekst finner du [NFFs Kampreglement kapittel 14](#).



Gule kort

- Hvis en spiller har fått gult kort i samme kamp som vedkommende blir utvist (direkte rødt kort), teller både det gule og det røde kortet. Ved to gule kort i samme kamp som gir rødt kort, teller kun det røde kortet.

Seriekamper

- Soningen etter tre gule kort foregår på høyeste lag i den årsklassen spilleren har pådratt seg gule kort, med mindre annen underretning foreligger fra kretsens side.
- Spilleren kan delta i obligatoriske kamper i andre klasser før soningen har funnet sted.
- Eksempel: Hvis en spiller har pådratt seg 3 gule kort og må sone i gutteklassen, kan han spille juniorkamp før soning har funnet sted.
- Gule kort sones i den årsklassen spilleren har fått 3 advarsler, dvs. eksempelvis:
 - 2 advarsler i junior + 2 i gutte = fortsatt spilleklar*
 - 3 advarsler i junior = 1 kamp (kan spille på guttelag før han står over på juniorlaget)*

LAGLEDER PLIKTER Å FØRE STATISTIKK OG HOLDE OVERSIKT OVER HVER SPILLERS PÅDRATTE GULE KORT; RØDE KORT; KARANTENER SAMT OVER NÅR OG I HVILKE KAMPER KARANTENER SONES



BANEFORDELING/VINTERDRIFT

Alle lag

Banefordelingen gjøres hovedsakelig to ganger i året, men må justeres i løpet av sesongen.

1 desember – 31 mars: VINTERDRIFT

Å holde fotballbaner spilleklare i vintermånedene er ressurskrevende. Alle lag som ønsker å trene fast i denne perioden må være med og dekke kostnadene. Ungdomslagene betaler en høyere treningsavgift som dekker deres vintertreninger og blir fordelt tid først. Eventuelt ledige treningstider vil kunne leies ut til senior- og barnelag mot at disse lagene betaler en egen vinteravgift og slik er med å spleiser på vinterdriften.

1 april – 1 desember

Rammene for treningstidene baseres på kampprogrammet; hva er ledige tider etter at kretsen har plassert kamper på alle Oslos baner, og hvor mange uker er det ledig? Deretter må vi finne ut av hvilke lag som har kamper på hvilke ukedager. Hvert av de ca 50 lagene må da få tilordnet mulige tidsrom, slik at det ikke kolliderer med lagets egne kamper.

Fra 1 april settes det opp treningstider basert på lagenes alder, ønsker og kamper.

Det er IKKE anledning til å flytte kamper inn i andre lags treningstid.



VEIEN VIDERE

HUSK: Lagleder er ansvarlig for å skrive årsrapport innen 1 februar påfølgende år.

Medlemsregistrering: I 2011 skal medlemsregister ajourholdes og oppdateres. Fra og med 1.1.2012 skal alle nye medlemmer og alle utmeldinger registreres via frigg.no og KUN der. Medlemsregisterets hovedfunksjon vis a vis lagledere vil da være som et kommunikasjonsmedium, der lagleder kan legge inn informasjon om alle medlemmer, samt sende epost og SMS og hente informasjon om betalingsstatus. Spillere som IKKE er registrert i medlemsregisteret vil fra og med 1.1.2012 ikke være spilleberettigede.

Dette er altså starten på et praktisk rettet dokument. Vi vil gjerne ha innspill til hva som bør endres eller spørsmål som man ønsker svar på her.

Alle lag