

KLUBBHÅNDBOK
FRIGG OSLO FK



Innhold

1.	Klubbens visjon og mål	4
1.1.	Visjon	4
1.2.	Mål: «Å gi et tilbud til alle»	4
1.3.	Klubbens verdigrunnlag	4
1.4.	Fair play	4
2.	Klubbens vedtekter	5
3.	Klubbens målgrupper	6
	Klubbens Sportsplan er tilgjengelig på frigg.no	6
4.	Klubbens organisering	7
4.1.	Årsmøtet	7
4.2.	Klubbens organisasjonskart idrett	8
4.3.	Styrets sammensetning og oppgaver	9
	Sammensetning	9
	Leders hovedoppgaver:	9
	Nestleders hovedoppgaver	9
	Kasserers hovedarbeidsoppgaver	9
	Seniorleder fotball hovedarbeidsoppgaver	9
	Ungdomsleder fotball hovedarbeidsoppgaver	9
	Barneleder fotball hovedarbeidsoppgaver	9
4.4.	Komiteer/utvalg og øvrige sentrale funksjoner	10
	Valgkomite (lovpålagt)	10
	Kontrollkomite (lovpålagt)	10
	Cupkomite (oppnevnt)	10
	Anleggskomite (oppnevnt)	10
	Dommerkoordinator (oppnevnt)	10
4.5.	Beskrivelse av øvrige roller/funksjoner	11
	Rollene slik de er beskrevet vil kunne innehas av både frivillige og ansatte. En eller flere personer kan også ha flere roller samtidig.	11
	Daglig leder (øverste adm. leder)	11
5.	Lagets organisering	13
5.1.	Gjennomføring av klubbens hjemmekamper	16
6.	Klubbdrift/rutiner	17
6.1.	Politiattest	17
6.2.	Kontingenter, avgifter, medlemskap	18

6.3. Forsikring	18
Fotball.....	18
Bandy	19
Klubbforsikring	19
6.4. Arbeidsgiveransvar og kontrakter	19
6.5. Bruk av klubbhus og anlegg	19
6.6. Oversikt over hvilke arrangementer klubben har	20
6.7.1 Informasjon om dommere (fotball)	20
6.7.2 Informasjon om dommere (bandy).....	21
6.7. Retningslinjer knyttet til materiell.....	21
<u>6.8</u> Økonomi - plan for økonomistyring.....	23
7. Informasjon/kommunikasjon	24
Trenerforum	24
Foreldremøte	24
Spond.....	24
Foreldreteam.....	24
Frigg.no	24
Fotball.no.....	24
8. Rekrutteringsplan	26
9. Utdanning/Kompetanse	27
10. Årshjul/aktivitetskalender	28
11. Utmerkelser	29

Innledning

Klubbhåndboka er laget av Frigg Oslo Fotballklubb (heretter kalt Frigg) sitt styre og administrasjonen. Håndboka er et styringsdokument og arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøvere, foreldre, styret, komiteer, utvalg, ansatte, trenere og dommere i vår klubb.

Håndboka skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i vår klubb, hvem vi er og hvilke målgrupper vi er til for.

Håndboka skal være et praktisk hjelpemiddel og svare på spørsmålene «hvordan», «hvem» og «når». Den skal gi oversikt over regler og rutiner i Frigg Oslo FK.

Håndboka vil publiseres og være tilgjengelig via frigg.no.

Dette er versjon 2 –ferdigstilt 03.12.2018

1. Klubbens visjon og mål

1.1. Visjon

Frigg Oslo FK har til hensikt å gi et godt sportslig og sosialt tilbud til alle våre medlemmer.

Vi skal differensiere de sportslige utfordringene etter medlemmets ønsker og behov.

Vi skal utvikle gode holdninger og kunnskap til trening.

Vi skal utvikle gode sosiale ferdigheter, vi tar vare på og gjør hverandre bedre.

1.2. Mål: «Å gi et tilbud til alle»

Frigg Oslo FK har som mål å gi et bandy- og fotball-tilbud til alle, både jenter og gutter, uansett nivå og alder. Frigg Oslo FK skal gi et sportslig godt kvalitativt tilbud til alle interesserte i klubbens nedslagsfelt. Frigg Oslo FK skal gi et tilbud til alle, fra lek og lavterskeltilbud 1 gang i uken, til et talentutviklingstilbud med så mange økter pr uke som ønsket.

1.3. Klubbens verdigrunnlag

Friggs grunnverdier bygger på å skape et **målorettet** og **inkluderende** felleskap med **idrettsglede** og **trygghet** for alle.

Et målorettet felleskap innebærer at spillere og trenere skal sette seg individuelle mål, lag og grupper skal sette felles mål og klubben skal også jobbe etter satte mål. På den måten vil Frigg alltid kunne forbedre seg og ha noe å strekke seg etter.

Et inkluderende felleskap betyr at det skal være plass til alle, uansett kjønn, legning, tro, bakgrunn og motivasjon. Frigg skal søke å gi et *bredest* mulig tilbud, samtidig som vi skal gi et *best* mulig tilbud.

Idrettsglede i Frigg betyr at alle som spiller i Frigg skal glede seg til å komme på trening og kamp. Det skal være et sted der man møter nye venner og får gode opplevelser.

Alle medlemmer i Frigg skal føle seg trygge. Trygghet kommer i mange former. Det kan være følelsen av et felleskap, følelsen av mestring, følelsen av å være inkludert og følelsen av å ha noen å snakke med. Vi i Frigg skal sørge for at alle opplever trygghet.

Til sammen utgjør dette Frigg!

1.4. Fair play

Frigg jobber aktivt for å fremme Fair play. En viktig rolle for Frigg er Fair-Play-ansvarlig, som beskrevet under punkt 4 i dette dokumentet.

For mer informasjon om Fair play og verdiarbeid i regi av NFF se her:

<https://www.fotball.no/fotballens-verdier/fair-play/>

2. Klubbens vedtekter

Klubbens vedtekter er basert på lovnormen for idrettslag som finnes i lovheftet fra NIF. Vedtatt på årsmøtet 22/3-2017 og godkjent av Oslo idrettskrets 22/3-2017.

[Klubbens vedtekter er tilgjengelig på våre nettsider](#)

3. Klubbens målgrupper

Frigg ønsker å gi et fotball- og bandytilbud til jenter og gutter i alderen 6 til 19 år, samt for seniorspillere med ulik motivasjon og ferdigheter i både dame- og herreklassen. Klubben ønsker at alle skal ha en mulighet til å utvikle seg på sitt nivå og i sitt eget tempo, uavhengig av ferdigheter og motivasjon. For å kunne få til et best mulig tilbud for klubbens medlemmer ønsker vi også å ha et tett samarbeid og dialog med klubbene i nabolaget.

Mer informasjon om det sportslige tilbudet i Frigg finnes i sportsplan for fotball og bandy.

[Klubbens Sportsplan er tilgjengelig på frigg.no](https://www.frigg.no)

4. Klubbens organisering

4.1. Årsmøtet

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år i [mars](#) måned.

Innkalling til årsmøtet annonseres på [frigg.no](#).

Årsmøtet legger grunnlaget for styrets og administrasjonens arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan den skal drives, bør delta på årsmøtet.

Årsmøtets oppgaver fremkommer av pkt. 15 i Friggs [vedtekter](#).

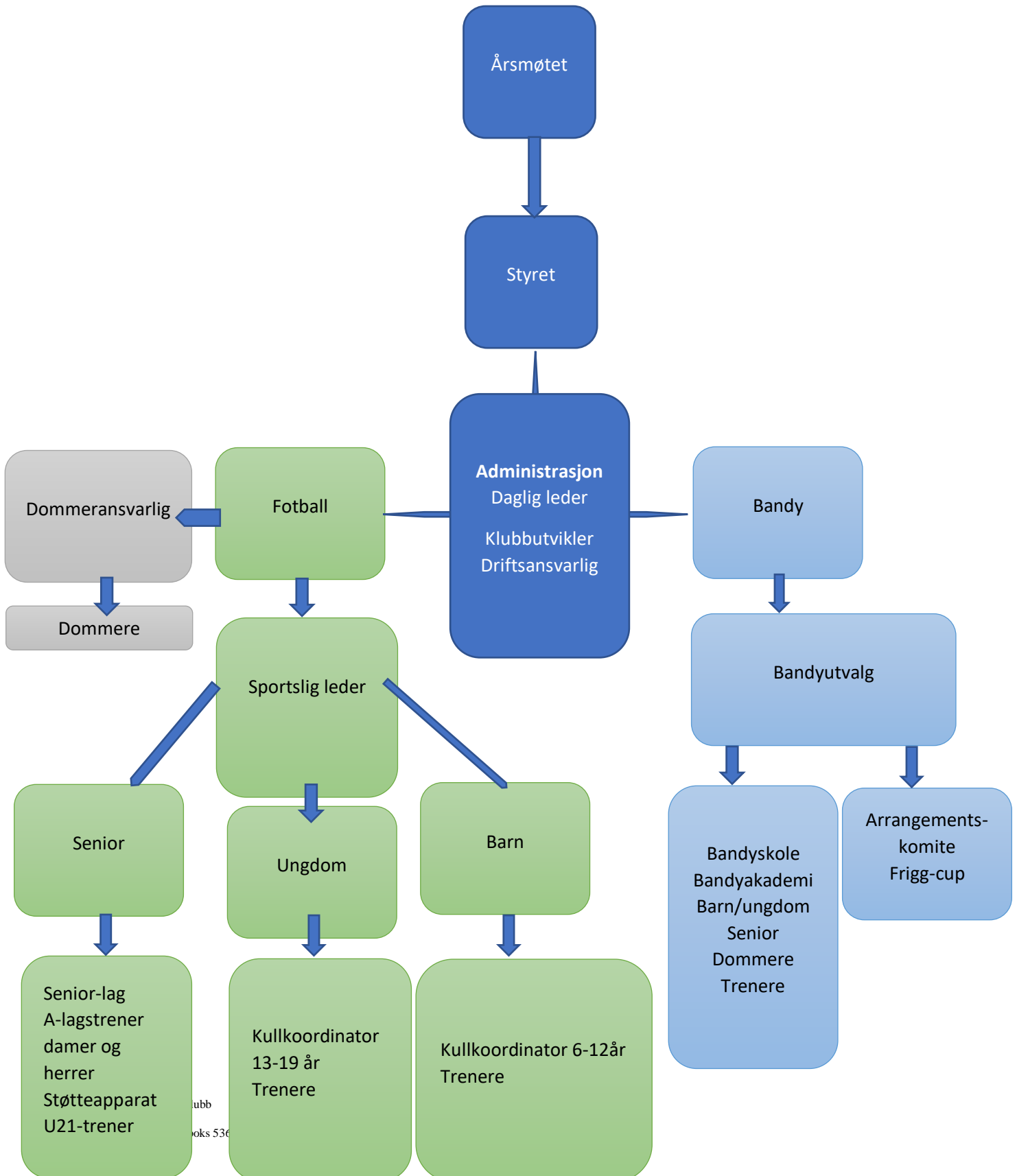
For å ha stemmerett og være valgbar må man ha fylt 15 år, vært medlem av idrettslaget i minst én måned og ha oppfylt medlemsforpliktelsene, jf. § 3 (1). Ingen kan møte eller avgi stemme ved fullmakt, jf. § 16.

Alle medlemmer har forslagsrett for årsmøtet. Forslag må være sendt til styret (styreleder@frigg.no) i innen to uker før møtet.

Protokollen fra årsmøtet legges på idrettslagets dokumentarkiv på [frigg.no](#).

Mal for innkalling, årsberetning og protokoll ligger på styrets dokumentarkiv, i dropbox (\Dokumentarkiv\MalerÅrsmøte).

4.2. Klubbens organisasjonskart idrett
Organisasjonskartet revideres av årsmøtet ved behov



4.3. Styrets sammensetning og oppgaver

Sammensetning

Frigg Oslo FK har ett hovedstyre som dekker hele klubben. Det er ikke øvrige adskilte enheter eller styrefunksjoner. Det består av Leder, Nestleder, 7 medlemmer og 2 varamedlemmer.

Lovpålagte oppgaver for styret finnes i klubbens [vedtekter](#) pkt. 18

STYRET OG OPPGAVER

Leders hovedoppgaver:

- Er klubbens ansikt utad og klubbens representant i møter og forhandlinger
- Koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet

Nestleders hovedoppgaver

- Fungerer som leder under styreleders fravær

Kasserers hovedarbeidsoppgaver

- Kasserer har overordnet styring og koordineringsansvar for klubbens økonomi.

Seniorleder fotball hovedarbeidsoppgaver

- Ansvar for oppfølging av klubbens seniorlag på dame- og herresiden.
- Kommunikasjonsledd mellom styret og klubbens senior-trenere og spillere.
- Sammen med administrasjonen, ansvarlig for planlegging og gjennomføring av øverste seniorlag sine kamper.
- Sponsoransvarlig for senioravdelingen

Ungdomsleder fotball hovedarbeidsoppgaver

- Ansvar for oppfølging av klubbens ungdomslag mellom 13 og 19 år.
- Kommunikasjonsledd mellom styret og klubbens ungdomsspillere, foreldre og trenere.

Barneleder fotball hovedarbeidsoppgaver

- Ansvar for oppfølging av klubbens barnelag mellom 6 og 12 år.
- Kommunikasjonsledd mellom styret og klubbens barnelagstrenerne og foreldre.
- Ansvar for oppfølging av cupkomite i anledning Friggs barnecuper

Bandyansvarlig hovedarbeidsoppgaver

- Organisering av bandy-aktiviteten er delegert til bandyutvalg i henhold til organisasjonsplan
- Ansvar for samarbeid mellom bandy og fotball for barn

Jentefotballansvarlig hovedarbeidsoppgaver

- Ansvarlig for oppfølging av fotballtilbudet på kvinnesiden
- Ansvarlig for rekrutteringsplan og tiltak i jentefotballen
- Kommunikasjonsledd mellom styret og klubbens jentelagstrenerne og spillere/foreldre

4.4. Komiteer/utvalg og øvrige sentrale funksjoner

Valgkomite (lovpålagt)

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

Kontrollkomite (lovpålagt)

Kontrollkomiteen skal påse at foretatte disposisjoner i driftsåret er i samsvar med årsmøtets budsjett, vedtak, lov og reglementer, og skal sammen med regnskapsfører gjennomgå foreningens regnskaper etter at disse er revidert av revisor. Innberetning skjer til styret. Årsrapport oversendes årsmøtet.

Cupkomite (oppnevnt)

Cupkomitéen har ansvar for gjennomføring av Friggs to store barnecuper. Den skal settes sammen av foresatte for årgangen som i løpet av året fyller 11 år. Detaljerte oppgaver er lagt ut i egen cupmanual på frigg.no.

Anleggskomite (oppnevnt)

Anleggskomiteens mandat er knyttet til initiering av nyanlegg, oppfølging av byggesaker og rehabilitering av eksisterende anlegg. I tillegg bistår anleggskomiteen administrasjonen rundt oppgaver knyttet til bruk og drift av anlegg.

Dommerkoordinator (oppnevnt)

Dommerkoordinator har ansvar for rekruttering, oppfølging og utdanning av dommere i Frigg.

Bandyutvalg (oppnevnt)

Bandyutvalget har mandat fra styret til å organisere bandyaktiviteter innenfor klubbens rammer og økonomi

Bandycup (oppnevnt)

Organiseres av bandyutvalget primo desember hvert år.

4.5. Beskrivelse av øvrige roller/funksjoner

Rollene slik de er beskrevet vil kunne innehas av både frivillige og ansatte. En eller flere personer kan også ha flere roller samtidig.

Daglig leder (øverste adm. leder)

- Bidra til at styrets beslutninger gjennomføres etter vedtektene og god styrepraksis. Informere styrets medlemmer om klubbens drift og aktiviteter. Sørg for at saker av vesentlig betydning forelegges styret og at styrets beslutninger iverksettes.
- Sørg for at klubbens budsjetter nås, og lede og disponere klubbens ressurser på en bærekraftig måte gjennom god økonomistyring.

Sportslig leder (fotball)

Sportslig leder er øverste ansvarlig for den sportslige delen i Frigg og skal jobbe strategisk og langsiktig med sportslig utvikling i henhold til sportsplan og sørge for at styrets beslutninger blir iverksatt.

Driftsansvarlig:

Driftsansvarlig har ansvar for daglig drift av klubbens lokaler, anlegg og eiendeler.

Fair-play-ansvarlig

Den Fair-play-ansvarlige i klubben skal utvikle, forankre, synliggjøre hva klubben definerer som Fair Play.

FIKS-ansvarlig

FIKS-ansvarlig har ansvar for at klubbens roller og personer er oppdatert i FIKS og at klubben innehar den nødvendige kompetansen som omhandler FIKS.

Kvalitetsklubbansvarlig

Kvalitetsklubbansvarlig skal sørge for at klubben følger opp de standarder som er krav til Kvalitetsklubb og at dette etterleves i praksis

Rekrutteringsansvarlig:

Rekrutteringsansvarlig rolle i Frigg er å ivareta nye spillere og foreldre til klubben, samt rekruttere spillere til de yngste årskullene fra nærliggende skoler og barnehager i fotball og bandy.

Tidspunkt for oppstart av nye årganger - fotball:

- Vår: 1. uke i mai
- Høst: 2. uke etter skolestart

Tidspunkt for oppstart av nye årganger – bandy:

- November/desember hvert år

Treneransvarlig

Treneransvarlig har ansvar for oppfølgingen av trenerne i klubben, både faglig og praktisk, og skal sørge for at sportsplan legges til grunn for all aktivitet som gjennomføres i regi av Frigg.

Kullkoordinator:

Kullkoordinator har overordnet ansvar for alle spillere og trenere på årskullet, og er ansvarlig for planlegging av årsplan og treningsområder i henhold til klubbens sportsplan.

Trener:

Ansvarlig for planlegging og gjennomføring av treninger og kamper for egen treningsgruppe på SUPER-, EKSTRA-, eller BASIS-nivå

Trener-assistent:

Bistå kullkoordinator eller trener med gjennomføring av trening eller kamp

5. Lagets organisering

Et lag har behov for flere støttefunksjoner i tillegg til det sportslige. Ansvarsbeskrivelser for de ulike rollene:

a. Grunnleggende om organisering (årskullmodell – alder – jente/guttetotball)

Beskrivelse: Klubben drives basert på at det viktigste er å gi et sportslig utviklingstilbud. Barne- og ungdomsfotballen skal først og fremst drives for å kunne gi alle et tilpasset tilbud. Ungdomsfotballen skal fokusere på lag- og spillerutvikling. Barnefotballen skal fokusere på enkeltspilleres mestring og trivsel, ikke på «lagmaskin» og resultatmål.

Ressurser:

- Klubben definerer rammer for ressursbruken etter sportslige kriterier.
- Ressurser fordeles fra barnefotball og oppover etter en sportslig målsetting.
- Hovedtyngden ligger på sportslig tilbud i gruppen 6-19 år.

Seniorfotball:

Seniorfotballen er en viktig arena for både spillere som ønsker å utvikle seg og de som er med mest for det sosiale. Frigg skal derfor ha et godt tilbud både i topp og i bredden. For å kunne være en utviklingsklubb må Frigg ha et kompetitivt seniorlag innenfor klubbens økonomiske ressurser, på dame- og herresiden. Unge spillere i klubben skal se på seniorfotballen som en arena de kan videreutvikle seg på.

Ungdom:

Organiseringen av ungdomsfotballen skal bygge videre på Frigg sine prinsipper om at alle skal med. Alderen 13-19 år er dessverre preget av mye frafall. Frigg skal jobbe aktivt for at alle spillere skal ha et tilbud uansett nivå og interesse. Klubben har en målsetting om å utvikle lag som kan hevde seg i ungdomstrinnene. Det viktigste er allikevel utviklingen til hver enkelt spiller.

Barnefotball:

Barnefotballen skal være en arena for idrettsglede, utvikling og trygghet. Frigg skal ha et mål om at alle spillerne går til og fra trening med et smil om munnen. Gjennom et differensiert tilbud skal Frigg sørge for spillerutvikling på alle interesse-nivåer.

b. Trener/kullkoordinator

Alle årganger skal ha en kullkoordinator. Kullkoordinator har ansvaret for det sportslige opplegget for kullet i samråd med klubben og sportslig leder. For mer informasjon om trenerrollen se punkt 4.5 i klubbhåndboken

c. Lagleder (bandy & fotball)

Alle lag er avhengig å ha en dedikert lagleder for at laget skal fungere optimalt. Det som er så fint med lagleder-rollen er at alle kan gjøre den, og krever ingen forkunnskap. Allikevel er laglederen en av de viktigste støtterollene rundt et idrettslag. Under er det beskrevet hvilke oppgaver en lagleder har ved kamper.

Lagleder i barnefotballen

- **Ved hjemmekamp:**
 - o I forkant:
 - Ordne dommer. Dommer i barnefotballen er foreldre.
 - Informere alle som skal spille om hvem som skal spille, hvor de skal møte, når de skal møte og motstander.
 - o Kampdag:
 - Organiser klargjøring av bane (jage hobbyspillere, flytte mål, markere bane). Spør om hjelp fra trener hvis det er noe de lurte på. F.eks. banestørrelse.
 - Anvis til publikumside. Det er motsatt side av der innbytter og trener står.
 - Hør om det er noe kampleder/trener trenger hjelp til.
- **Ved bortekamp:**
 - o I forkant:
 - Informere alle som skal spille om hvem som skal spille, hvor de skal møte, når de skal møte og motstander.
 - Sørg for at alle spillere har transport til kampen.
 - o Kampdag:
 - Anvis til publikumside. Det er motsatt side av der innbytter og trener står.
 - Hør om det er noe kampleder/trener trenger hjelp til.
 - Sørg for at alle kommer seg hjem fra kampen.

Lagleder i ungdomsfotballen

- **Ved hjemmekamp:**
 - o I forkant:
 - Kontakt dommer senest siste hverdag før kamp for å sjekke at han/hun kommer.
 - Få bekreftelse om at spillere som er tatt ut stiller til kampen.
 - o Kampdag:
 - Få kamprapport fra trener. Sjekk om det er endringer, ved endringer oppdatert manuelt. Sjekk om draktnummer stemmer overens med spillernes nummer.
 - Ønsk motstanderlag og dommer velkommen. Vis de hvor garderoben er hvis de ønsker det.

- Gi kamprapport til motstanders lagleder for deres oppdateringer, deretter gis den til dommeren
 - Organiser klargjøring av bane (jage hobbyspillere, flytte mål, markere bane). Spør om hjelp fra trener hvis det er noe de lurere på. F.eks. banestørrelse.
 - Anvis til publikumside. Det er motsatt side av der innbytter og trener står
 - Oppdater gjerne Facebooksiden/informasjonskanalen til kullet med status underveis i kampen, evt. deleger oppgaven. Kun hvordan det går med laget, ikke nevne enkeltspillere med navn.
 - Etter kamp:
 - Signer kamprapport sammen med motstanders lagleder og dommer
- **Ved bortekamp:**
- I forkant:
 - Ordne felles transport fra klubbhuset. Det er smart å alltid ha fellesavreise til bortekamper, det gjør det enklere å vite at alle har transport til kampen.
 - Være sikker på at det er nok biler slik at alle det er plass til alle spillere og trener. Få en bekreftelse at spillere stiller ved avtalt oppmøtetid på klubbhuset.
 - Kampdag:
 - Møte lagleder for hjemmelaget, han skal ha kamprapport.
 - Sjekk med trener om det er endringer i troppene, oppdater i så fall manuelt. Sjekk draktnummer, ingen kan være like.
 - Gi laglederkort/kamprapport tilbake til hjemmelagets lagleder (evt dommer).
 - Oppdater gjerne Facebooksiden vår med status underveis i kampen, evt. deleger oppgaven.
 - Etter kamp,
 - Signer laglederkort/kamprapport sammen med hjemmelagets lagleder og dommer
 - Sørg for at alle spillerne har transport hjem

d. Økonomiansvarlig

Økonomiansvarlig for årgangen følger de rutiner som er beskrevet i klubbens økonomihåndbok, som er tilgjengelig på frigg.no

e. Foreldrekontakt

En foreldrekontakt er linken mellom kullkoordinator og foreldrene. Foreldrekontakten fungerer som leder for laglederne på kullet. I en årgang er foreldrekontakten kanskje den viktigste personen for å koordinere det utenom-sportslige. Oppgavene til foreldrekontakten er:

- Informere lagleder om hva som forventes av en lagleder.
- Leder for foreldreteam.
- Holde laglederteam møte når det er nødvendig.
- Ha jevnlig dialog med kullkoordinator.
- Avholde foreldremøter når nødvendig i samarbeid med kullkoordinator/klubben.

5.1. Gjennomføring av klubbens hjemmekamper

Å spille kamp er et høydepunkt for både store og små. Derfor ønsker Frigg at rammene skal ligge til rette for at kampen gir gode opplevelser for alle involverte – spillere, dommere, foreldre og andre tilskuere. Klubben skal sette sin ære i at motstanderen skal ha en god opplevelse av å komme til Frigg. Følgende tiltak skal gjøres av kampvert og/eller lagleder/trener for at kampen blir en god opplevelse:

- Før kampen:
 - Påse at banen er tilstrekkelig tilrettelagt og mål er på plass
 - Ønske motstanderlag og dommer velkommen
 - Ha kunnskap om hvor klubbens hjertestarter og førstehjelpskrin ligger
- Under kampen:
 - Støtte dommeren og påse at reaksjoner mot dommeren er innen rimelighetens grenser
 - Påse at tilskuere oppholder seg to meter unna sidelinjen og at det holdes en positiv tone gjennom kampen
- Etter kampen:
 - Takke begge lag og dommer for kampen
 - Rydde banen for utstyr

6. Klubbdrift/rutiner

6.1. Politiattest

Styret er pliktig til å avkreve politiattest fra alle som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Med mindreårige menes barn og unge under 18 år.

Klubben må ha klare rutiner for kontroll med politiattester for alle relevante verv.

Det innebærer:

- Styret oppnevner en politiattestansvarlig.
- Rutiner for kontroll med politiattester er implementert.
- Status på at samtlige relevante verv i klubben har levert attest.

Klubben skal bekrefte at alle med relevante verv har levert gyldig politiattest

Ansvarlige for politiattest

Stilling og navn	Eventuelt område
Nestleder Cecilie Moe	Hele klubben (styrets ansvarlige)
Daglig leder Nils Henrik Solum	Hele klubben
Klubbutvikler Helge Helguson Neumann	Hele klubben
Bandyutvalgsmedlem Kjell A Moe	Bandy

Link: Informasjon om politiattestordningen www.idrett.no/politiattest

1. Politattestansvarlige skal registreres i FIKS og Sportsadmin
2. De har da ansvar for at alle som faller inn under ordningen viser politiattest og at levert attest blir registrert.
3. Det er derfor opprettet et personalregister med oversikt over alle aktive ansatte/frivillige som faller inn under ordningen. Denne listen oppbevares og oppdateres på følgende sted:
OneDrive - FRIGG OSLO
FOTBALLKLUBB\Shared\Personal\Current\Hovedliste_aktivt_personale
4. Fremgangsmåte er følgende: Alle nye som kommer inn i klubben får tilsendt en epost med;
 - a. Vedlegg til opplasting
 - b. Beskrivelse av fremgangsmåte

Begge deler er tilgjengelige på
OneDrive - FRIGG OSLO FOTBALLKLUBB\Shared\Administrativt\Politiattest

6.2. Kontingenter, avgifter, medlemskap

Klubben benytter KlubbAdmin som er et elektronisk medlemssystem. Vi sender elektroniske betalingskrav til medlemmene gjennom Superinvite, noe som gir enklere oversikt over utsendelser og rimeligere innkreving av kontingenter.

På klubbens hjemmeside ligger en oversikt over hva medlemskontingenten og treningsavgiften koster og når på året den sendes ut til medlemmene.

Alle medlemmer har en egen sin personlige idrettsside på Min Idrett <http://minidrett.nif.no/> Denne må hvert enkelt medlem aktivere for den kan brukes. Her kan du som medlem, utøver, tillitsvalgt eller administrativt ansatt melde deg på arrangementer og kurs, samt endre dine personopplysninger.

a. Medlemskontigent

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales ved påmelding for hvert år. Kontingenten skal betales for hvert enkelt medlem. Klubben har kun én type medlemskontigent. Alle skal registreres med navn, fødselsdato, adresse og e-post, da revisor skal kontrollere medlemslister mot regnskap.

b. Øvrige avgifter

Treningsavgiftene fastsettes av styret og gruppene (fotball og bandy) på bakgrunn av faktiske kostnader med aktiviteter. Oversikt finnes på klubbens hjemmeside.

Andre avgifter kan som egenandeler i forbindelse med deltakelse på fotballskole, cuper, kurs, ekstra treningsaktiviteter gjennom akademiet, bandyaktiviteter og annet bestemmes og sendes ut for hvert enkelt arrangement. Slike avgifter trenger ikke årsmøtevedtak.

6.3. Forsikring

Fotball

Fotballforsikringen inkluderer fotballspillere i alle aldre.

For spillere under 12 år er det et krav om at spillerne er registrert som medlem av en fotballgruppe / fotballklubb tilknyttet Norges Fotballforbund. Spillerne vil dermed også være dekket ved utøvelse av organisert aktivitet i øvrige idrettslag som er medlem av Norges Idrettsforbund.

Dette betyr at alle fotballspillere, uavhengig av alder og nivå, har samme dekning under grunnforsikringen.

Spillere som har fylt 12 år må være registrert i FIKS som aktive med lagsforsikring inneværende sesong for å være dekket av forsikringsordningen. Friggs administrasjon registrerer alle spillere som er i sitt 12. leveår i FIKS.

Ved skade skal spiller eller foresatte selv ta direkte kontakt med forsikringsselskap via web eller skadetelefonen. Detaljer om praktisk fremgangsmåte og forutsetninger for fotballforsikring [finnes på http://www.fotball.no/nff/fotballforsikring](http://www.fotball.no/nff/fotballforsikring)

Bandy

Forsikring for utøver i Bandyavdelingen opp til 12 år: Disse er dekket av idrettens barneforsikring. Forutsetning er betalt medlemskontingent i Frigg Oslo FK for de årganger som dette kreves, og ellers registrert i klubbens medlemsregister.

Forsikring for utøver i Bandyavdelingen over 12 år: Spilleberettigelse og lisens (tillatelse til å delta på trening og kamper) krever følgende:

- Betalt medlemskontingent i Frigg Oslo FK.
- Registrert i klubbens medlemsregister.
- Betalt individuell lisens i minidrett for deltagelse i Norges Bandyforbunds aktiviteter.

Lagledere i bandyavdelingen for lag eldre enn 12 år har ansvar for at alle spillere har løst lisens, praktisk gjøres dette i samarbeid med daglig leder før sesongsstart.

Klubbforsikring

Klubben er forsikret i If forsikring:

SP406836.7.2 Inventar og utstyr

SP711731.5.1 Ansvar If klubbforsikring

- Bedriftsansvar
- Produktansvar
- Kriminalitetsforsikring
- Styreansvar

SP711731.5.1 Person If klubbforsikring Alle medlemmer

- Kollektiv ulykke Standard

SP406836.7.2 Person If klubbforsikring Ansatte

- Yrkesskade
- Reise til og fra arbeid

6.4. Arbeidsgiveransvar og kontrakter

Styret har arbeidsgiveransvaret for ansatte. Ansvar for å følge opp daglig leder er delegert til styreleder. Daglig leder har oppfølgingsansvar for de øvrige ansatte.

6.5. Bruk av klubbhus og anlegg

Klubben eier ingen baner, men samarbeider tett med Oslo Kommune/Oslo Idrettskrets/Oslo Fotballkrets/Oslo Bandykrets om bruken av Frogner Stadion, Marienlyst kunstgress, Marienlyst grus, Tørteberg Kunstgress og Tørteberg naturgress. Samlebetegnelsen for de to siste er Friggfeltet. Det er en målsetting at naturgressbanen skal rehabiliteres som en kunstgressbane. I tillegg har klubben som

målsetning å kunne utvikle Marienlyst grus til en kunstgressbane. Klubben savner gode innendørs fotballmuligheter om vinteren. Skolegymsaler brukes av de yngre årganger.

Frigg Oslo FK har som mål å

- Opprettholde gode spilleforhold på alle baner
- Ha gode treningsfasiliteter til alle lagene

Klubbhuset og garderobene i Gydas Vei 14 skal være et sted hvor klubbmiljøet i Frigg skal skapes og utvikles. Klubbhus og garderobeser er forbeholdt trenere og spillere og er åpent i ukedagene på dagtid og under aktivitet på banen. Medlemmer i Frigg og ulike grupperinger i klubben har mulighet til å booke storsalen på klubbhuset på klubbens hjemmeside: http://cms.frigg.no/?page_id=718 Alle lagene som benytter seg av garderobeanlegget har et ansvar for å vedlikeholde lokalene. Det settes opp vaske- og ryddeplan for garderobeser og utstyrsrom før sesongstart. Utstyret på utstyrsrommet er felles for klubbens medlemmer. Det er kun kullkoordinatorene som har tilgang på utstyrsrommet og spillere skal ikke inn i utstyrsrommet. Utstyr skal kun lånes ut ved avtale med klubbens administrasjon.

Seniorlagene har eget utstyr de oppbevarer og benytter seg av.

Bandy lokaliseres vinterstid hovedsakelig på Frogner Stadion.

6.6. Oversikt over hvilke arrangementer klubben har

Fotballskole/bandyskole:

Frigg arrangerer 4 fotballskoler i året:

- Frigg Tine Fotballskole arrangeres første og siste uke i fellesferien (uke 26 og uke 33)
- Frigg Akademiskole arrangeres i uke 32
- Frigg Høstfotballskole arrangeres i høstferien (uke 40)
- Frigg Bandy skole arrangeres hver tirsdag fra og med begynnelsen av november og frem til sesongslutt

Cuper/turneringer:

- Frigg Vårcup arrangeres over en helg i starten av mai
- Frigg 3er-cup arrangeres som en del av Frigg Vår- og Høst-cup. I tillegg arrangerer klubben egen 3er-cup som en del av OBOS miniliga
- Frigg Høstcup arrangeres over en helg i oktober
- Frigg 9er-cup arrangeres over en helg i mai og oktober
- Frigg Bandy cup avholdes i starten av desember.

6.7.1 Informasjon om dommere (fotball)

Det er behov for flere dommere, og det er klubbens ansvar å rekruttere dem. Kretsens oppgave er å gi dem utdanning gjennom kurs. Et av NFFs mål er å sikre norsk breddefotball et tilstrekkelig antall dommere ved å rekruttere flest mulig og beholde disse lengst mulig. Samtidig skal dommere med ambisjoner gis utviklingsmuligheter.

Med visse aldersbegrensninger kan alle som ønsker starte som klubb- eller rekrutteringsdommer. Som klubbdommer kan en dømme kamper i egen klubb, mens en som rekrutteringsdommer settes opp som dommer i kamper i kretsen.

Det kan være fornuftig å arrangere årlig klubbdommerkurs i klubben.

Å være dommer kan være en ensom jobb. Det er derfor viktig å skape et godt dommermiljø hvor dommerne føler seg viktige og som en naturlig del av klubbmiljøet. Gi dem utstyr og oppfølging. Det er lurt å dresse opp de nye dommerne med en enkel utstyrs pakke.

Oppfølging og veiledning på feltet vil være viktig for at dommere skal føle større trygghet, samtidig som de får økt sin kompetanse. For rekrutteringsdommere vil kretsene organisere veiledningen, mens det for klubbdommere er klubbens oppgave.

Samlinger med dommerrelaterte tema er med på å skape et dommermiljø. Det kan også være verdifull læring for spillere og trenere.

Dommerkontakten er en rolle i klubben som er viktig for å legge til rette for dommerne i klubben.

Det er flere fordeler med å etablere et stort og godt dommermiljø i klubben.

- Femmer- og sjuerkampene dømmes av skolerte dommere
- Dommerne vil skolere lagene på regelsiden
- Oppgaven med å skaffe dommere til kampene blir lettere
- Lagledere og trenere trenger ikke å dømme, og kan konsentrere seg om å lede laget sitt
- Lagledere og trenere trenger ikke å dømme, og kan konsentrere seg om å lede laget sitt
- Turneringer som klubben arrangerer, dømmes av skolerte og gode dommere i dommerdrakter
- Klubben kan slippe unna gebyrer for manglende antall dommere

Oversikt over klubbens dommere finnes på

<https://www.fotball.no/fotballdata/klubb/personer/?p=d&fiksId=173&a=#personer>

6.7.2 Informasjon om dommere (bandy)

- Klubbdommerkurs gjennomføres årlig
- Klubbdommere motiveres til videreutdanning som dommere
- Målet er til enhver tid å ha 1 forbundsdommer bandy i klubben

Oversikt over klubbens bandydommere finnes på; www.Frigg.no/bandy

6.7. Retningslinjer knyttet til materiell

Klubbens utstyrsleverandør er for tiden Nike og Torshov Sport. Annethvert år får klubbens spillere mellom 6 og 19 år et draktsett bestående av drakt, shorts og strømper. Utstyret er dekket gjennom treningsavgift og er spillerens eiendom og ansvar.

Der det er behov for bortedrakter i henhold til krav i seniorfotballen vil dette være tilgjengelig. For yngre lag er ikke bortedrakt tilgjengelig og det spilles med vester for å skille lag med samme farger.

Fotballutstyr

Senior herrer og U21 har eget utstyr som kun de disponerer og oppbevarer selv. Damelaget har også

eget utstyr som de disponerer og oppbevarer selv.

Barne- og ungdomslagene har et felles utstysrom. Der finner man alt nødvendig til trening og kamp. Der er det baller i alle størrelser, vester, kjebler i forskjellige former, stige og små mål. Utstysrommet har en kodeboks på utsiden som inneholder en nøkkel til rommet. Det er kun kullkoordinatorer som skal kunne koden og det er de som har ansvar for å låse opp og igjen. Spillere har ikke lov til å oppholde seg på utstysrommet. Det er kullkoordinator som har ansvaret for at utstysrommet er ryddig, og at alt utstyr man bruker på trening blir tatt med tilbake igjen.

Innkjøp av nytt utstyr skjer hovedsakelig to ganger i året. Den ene er ved 1.mars. Da kjøper man inn utstyr for kommende sesong. Den andre er 1.november, da kjøper man inn utstys som trengs om vinteren. Det er mulig å fylle på før fotballskolen i uke 33 da behovet for ekstra fotballer er stort. Vi har stort svinn på baller, derfor har vi en opptelling av ballen hver måned for å få bedre kontroll på hvor mange vi har i de ulike størrelsene, og eventuelt hvor mange vi har mistet i den perioden.

6.8 Økonomi - plan for økonomistyring

Frigg har en egen økonomihåndbok som dekker blant annet rutiner for:

- Budsjett
- Regnskap
- Økonomistyring og kontanthandtering
- Bruk av bankkonto og lagkasse

Den er tilgjengelig på frigg.no

7. Informasjon/kommunikasjon

Trenerforum

Trenerforum blir holdt ukentlig. Det er hovedsakelig for kullkoordinatorene, men alle trener i klubben er hjertelig velkommen. Disse forumene blir brukt til å diskutere dagligdags utfordringer, gjennomgang av uka som kommer og gode sportslig diskusjoner. Trenerforumene samler trenerne, og gir dem muligheten til å diskutere sammen på tvers av årganger og dele om ulike erfaringer.

Foreldremøte

Foreldremøter holdes en gang i året per årskull før sesongen starter for å presentere planen for kommende sesong.

Spond

Spond bruker vi som kommunikasjon verktøy til treninger, påmelding til cuper og påmelding for de som ønsker å trene mer. Spond kan brukes via nettet, app, e-post og sms. Dette er opp til hvert enkelt medlem hva de foretrekker.

Foreldreteam

Det anbefales årgangene å sette på plass et foreldreteam som tar seg av det utenomsportslige rundt årgangen. Dette teamet kan da ta seg av kommunikasjon med foreldre, organisere transport til bortekamper og planlegge turneringer og treningsleiere.

Frigg.no

Klubbens hjemmeside er den offisielle kommunikasjonskanalen for Frigg. Denne brukes til å informere medlemmene om aktiviteten i klubben. Her finnes også informasjon om medlemskap, de ulike tilbudene i klubben, cuper, baner, klubbhus, og annen relevant informasjon om klubben. Hjemmesiden er under kontinuerlig forbedring og oppdateres jevnlig.

Fotball.no

På fotball.no finnes informasjon om kamper, dommere, spillere og baner. Frigg har en egen klubbside på Frigg.no som dere finner her: <https://www.fotball.no/fotballdata/klubb/hjem/?fiksId=173>

Bandyforbundet.no

På bandyforbundet.no finnes informasjon om kamper, dommere, spillere og baner. Frigg har en egen klubbside på Frigg.no som dere finner her: <https://www.fotball.no/fotballdata/klubb/hjem/?fiksId=173>

Sosiale medier

Mange lag bruker egne sider på Facebook for å distribuere informasjon og bilder fra ulike arrangementer. I tillegg hender det at Frigg fremkommer i andre sosiale medier som Instagram og Twitter. Dette er kun tilleggstjenester og det er ikke noe krav om å være medlem av hverken Facebook eller andre sosiale medier for å få tilgang til informasjon fra klubben. Alle sider på sosiale medier tilknyttet Frigg skal ha minimum et medlem fra administrasjonen med tilgang på

administrasjonsrettigheter for gruppen. All bruk av sosiale mediere av Frigg-medlemmer skal følge retningslinjene som ligger på [Frigg.no](https://www.frigg.no).

Mail

Viktig informasjon angående aktiviteter i klubben sendes også ut pr mail.

8. Rekrutteringsplan

Klubben har en rekrutteringsansvarlig som skal ivareta nye spillere og foreldre til klubben, samt rekruttere spillere til de yngste årskullene fra nærliggende skoler og barnehager.

Rekrutteringsarbeidet er kanskje en av de viktigste aktivitetene en klubb utfører. For å sikre kontinuitet i arbeidet, og unngå at årganger faller bort, er det vesentlig at klubbene har en beskrivelse av hvordan de rekrutterer nye spillere.

Klubben har vedtatt en rekrutteringsplan frem til 2022 som er tilgjengelig på frigg.no.

9. Utdanning/Kompetanse

Norsk fotballs enorme aktivitetsomfang skaper behov for svært mange frivillige og ansatte som bekler ulike funksjoner. Jo bedre kvalifiserte disse er, desto bedre fotballaktivitet vil klubben kunne tilby barn og ungdom, gutter som jenter. Kriteriene for utdanning/kompetanse på nivå 1 i kvalitetsklubbssystemet gir følgende føringer:

Styret

Lederkompetanse er avgjørende for god styring av klubben. NFFs lederutdanningsstige sikrer fotballspesifikk lederkompetanse til håndtering av utfordringer i styrevervet. En kvalitetsklubb har satt utdanning av styret i system.

Trenere

Trenerkompetanse er ett av NFFs viktigste satsingsområder. Dyktige trenere er avgjørende for kvaliteten på aktivitetene. En kvalitetsklubb har satt utdanning av trenere i system.

Klubbens arbeid med kompetanseheving

Frigg ønsker relevant kompetanse i alle ledd av organisasjonen. Klubben har følgende kompetansemål for de ulike rollene iht kvalitetsklubb-kravene:

- Styreleder & styremedlemmer – minimum FLK1
- Administrasjon – minimum FLK1
- Sportslig leder – UEFA B-lisens, NFF trenerveilederkurs
- Kullkoordinator – minimum UEFA C-lisens, helst B-lisens
- Trenere – UEFA C-lisens
- Trenerassistenter – barnefotballkvelden
- Foreldrekontakt & lagleder – intern kursing

10. Årshjul/aktivitetskalender

For å sikre ryddighet og oversikt har klubben utarbeidet sitt eget årshjul. Årshjulet er tilgjengelig på frigg.no

11. Utmerkelser

Klubben utnevner æresmedlemmer. Det er i skrivende stund (2018) seks æresmedlemmer i klubben. Disse er da livsvarige medlemmer fritatt for kontingentkrav knyttet til medlemskap:

- Tor Andresen
- Erling Børstein
- Pål Terje Evensen
- Arne Viggo Johannesen
- Per Pettersen
- Svein Weltz