

ORGANISASJONSPLAN FOR TRANBY TURN



Innholdsfortegnelse

.....	1
Innholdsfortegnelse	2
Grunnlagsopplysninger for idrettslaget.....	3
Historikk	3
Idrettslagets formål	3
Visjon og verdigrunnlag	4
Idretten er for alle.....	4
Våre verdier.....	4
Virksomhetsideen.....	5
<i>Hovedmål – delmål - virkemidler.....</i>	<i>5</i>
<i>Handlingsplan.....</i>	<i>6</i>
Idrettslagets Organisasjon	7
<i>Årsmøtet</i>	<i>8</i>
<i>Styrets funksjon og sammensetning.....</i>	<i>8</i>
Medlemmer	9
Treningstilbud.....	9
Anlegg.....	10
Arrangement	10
Kalender	13
Informasjon	13
<i>Regnskap</i>	<i>14</i>
<i>Medlemskontingent</i>	<i>14</i>
<i>Reklame og samarbeidspartnere</i>	<i>14</i>
<i>Kiosk</i>	<i>14</i>
<i>Lønn og honorar</i>	<i>14</i>
Økonomisk utroskap/varslingsplikt	15
Klubbdrakter/profilering	15
Defileringsdress:	16
Turndrakter i konkurranse:	16
Treningsskjorte og genser	16
Regler for Tranby Turn.....	17
<i>Retningslinjer for foreldre/foresatt</i>	<i>17</i>
<i>Retningslinjer for utøvere</i>	<i>17</i>
<i>Retningslinjer for trenere.....</i>	<i>17</i>
<i>Politiattest.....</i>	<i>18</i>

Grunnlagsopplysninger for idrettslaget

Navn: Tranby Turn
Stiftet: 1.9.1971
Idrett: Gymnastikk og Turn
Postadresse: Pb 16, 3421 Lierskogen
Anleggsadresse: Hegghallen
Telefon: 909 21 246

E-postadresse: post@tranbyturn.no
Internettadresse: www.tranbyturn.no
Facebook: <http://www.facebook.com/#!/groups/415017858518752/>

Bankkonto: 0538.06.71834
Bankforbindelse: DNB
Organisasjonsnummer i Brønnøysundregisteret: 971 313 749
Tatt opp som medlem i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite/NIF: 1.9.1971
Registrert tilknytning til Buskerud idrettskrets
Registrert tilknytning til Lier idrettsråd
Registrert tilknytning til Norges Gymnastikk og Turnforbund
Registrert tilknytning til Buskerud Gymnastikk og turnkrets
Klubbnummer i NIFs medlemsregister: GR06260019001

Årsmøtemåned: Februar/mars

Historikk

Tranby Turn (TTL) ble stiftet i 1971, og er drevet av foreldre i god dugnadsånd. Foreningen har ca. 500 medlemmer. Våren 2018 fikk vi på plass et prøveprosjekt med Gymlek for 3-5 åringer på lørdager. Det har kommet på plass takket være engasjerte hovedtrenere og fleksibilitet med halltid fra Lier Kommune og Lier Idrettsråd.

Vi tilbyr derfor nå trening for gutter og jenter fra det året de fyller 3 år. Vi driver både med bredde og toppidrett, og har et tilbud om konkurranseturn innen Troppsgymnastikk.

Turnforeningen har et styre bestående av 5-7 personer som følger opp partier, trenere, og holder foreningen i gang på fritiden. Styrets viktigste oppgave er å legge forholdene til rette for at trenerne kan gjøre en best mulig jobb. Det er ingen fast ansatte til å lede det daglige arbeidet i foreningen.

I tillegg til de faste treningene deltar vi på ulike konkurranser og oppvisninger. Det arrangeres årlig Gymnastikkfestival for alle barn fra 6-18 år. Vi deltar også i SALTO-konkurranser, som er lagkonkurranser med vekt på å være et breddetilbud. Konkurranseturnerne våre representerer idrettslaget på en flott måte både på krets- og nasjonalt nivå.

Idrettslagets formål

Tranby Turn skal være en åpen og demokratisk organisasjon der formålet er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF)

Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrat, lojalitet og likeverd. Alle idrettslige aktiviteter skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

Idrettslaget er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer.

Visjon og verdigrunnlag

Vi ønsker å være bygdas drivende kraft innenfor kroppsbeherskelse og turn. TTL har en lang historie og har bidratt til kropps kontroll til tusenvis av Liunger. Noen gymnaster har til og med vunnet internasjonale medaljer.

Det viktigste for oss er å tilby et inkluderende miljø med fokus på bredde og individuell mestring. Vi vet at gymnaster som trives og opplever trygghet, får treningsglede og utvikler sitt potensiale. Derfor ser vi ingen motsetning i vår bredde satsning og våre ambisjoner om også kunne hevde oss nasjonalt i konkurranser.

Idretten er for alle

- Uansett fysiske og psykiske forutsetninger
- Uansett ambisjonsnivå
- Uansett kjønn, alder og legning

Våre verdier

- Vi skal ha det gøy
- Vi skal utvikle ferdigheter og riktige holdninger
- Vi skal være tydelige og si ifra – også om det som er ubehagelig
- Vi skal være inkluderende og ta vare på alle uansett nivå og ferdighet
- Vi tar avstand fra all bruk av dopingmidler

Tranby Turn skal tilrettelegge for ulike aktiviteter innenfor gymnastikk og turn, med særlig fokus på trossgymnastikk. Klubben har en klar visjon for satsing på både bredde og toppidrett. Gjennom gode aktivitetstilbud skal Tranby Turn vise at gymnastikk og turn er en idrett for alle. I gymnastikk og turn legges grunnlag for god helse, trivsel, styrke, utholdenhet, motorisk utvikling og gode idrettsprestasjoner

Klubben skal kjennetegnes ved trivsel og et godt miljø blant utøvere, trenere, frivillige og foresatte. Barn og unge som driver med idrett gjør det fordi de synes det er moro. Sammen med venner får de opplevelser og lærdom for livet.

Satsningsgrad vil variere i ulike sesonger, ut fra utøvernes ønsker, utøvernes ressurser og ut fra klubbens ressurser. Nivået på satsingen, vil ha betydning for oppfølging og plikter fra både klubben og utøvere/foresatte.

Grunnlaget legges i gymnastikk og turn!

Idretts-Norge bygger på frivillighet og dugnadsånd. Dette gjelder også Tranby Turn. Vi ønsker å skape en fellesskapsfølelse blant alle i klubben, slik at både trenere og utøvere føler at man er med på å skape noe sammen. Vi søker hele tiden å bli bedre og skape konstruktive prosesser rundt ting som ikke fungerer like godt. Vi er alle på samme lag!

For øvrig følger Tranby Turn Idrettens verdier, som gjelder for alle idrettslag tilknyttet NIF:

Fellesskap, Glede, Helse, Ærlighet

De danner utgangspunkt for felles:

- levere regler i styret
- levere regler for trener teamet
- foreldrevettregler
- spillere regler blant utøverne

Virksomhetsideen

Gymnastikk og lek er det beste utgangspunktet for aktivitet for barn. Alle barn er forskjellige med ulikt potensiale når det gjelder å mestre aktiviteter og øvelser. For ungdommer er det viktig å få utfordringer i et trygt og inkluderende miljø. Tranby Turn ønsker at barn og unge i vårt nærmiljø skal ha et trygt og godt tilbud i vår forening.

Hovedmål – delmål - virkemidler

Hovedmål 1

Fokus på både bredde og toppsatsning

Delmål:

Treningen skal være åpen for alle uansett nivå og satsningsgrad

Alle får være med på konkurranser og stevner uansett nivå

Fokus på mangfold

Beholde ungdommen

Virkemiddel:

Tilpasset trening (situasjon og aldersfokus)

Hovedmål 2

Tydelig verdigrunnlag og stabil organisering

Delmål:

Skal få trenere, medlemmer og foresatte til å kjenne Tranby Turns verdigrunnlag

Skal få et synlig styre

Skal gjøre styrearbeid ettertraktet og morsomt

Virkemiddel:

Publiserer organisasjonsplan på nettside og andre potensielle informasjonskanaler

Synlige hallvakter (Hva gjør en hallvakt? Hallvakt som miljøagent)

Tydelige oppgaver fordeles i styret

Aktiv webansvarlig

Presentere brukerundersøkelser

Hovedmål 3

Trenere og hjelpetrenerne som er tydelige og aktive

Delmål:

Motiverte og engasjerte hovedtrenere

Motiverte og engasjerte hjelpetrenerne

Aktive og interesserte foresatte

Beholde og anskaffe hjelpetrenerne

Virkemiddel:

Tilby kurs og oppfriskning til hovedtrenere

Øke hjelpetrenernes kompetanse ved kurs og veiledning

Neste generasjon trenere (hva ligger i rollen, belønning, ansvar, muligheter)

Hovedmål 4

Være kjent for et godt miljø og skape engasjement blant alle aktører i foreningen

Delmål:

Skal rekruttere nye medlemmer

Skal være inkluderende

Skal tilby deltakelse på arrangementer

Jobbe for mindre køtid

Skape et godt miljø for læring

Virkemiddel:

Fokus på sosial aktivitet på trening

Reise på konkurranser lokalt og nasjonal

Sosiale arrangementer utenom trening

Brukerundersøkelser

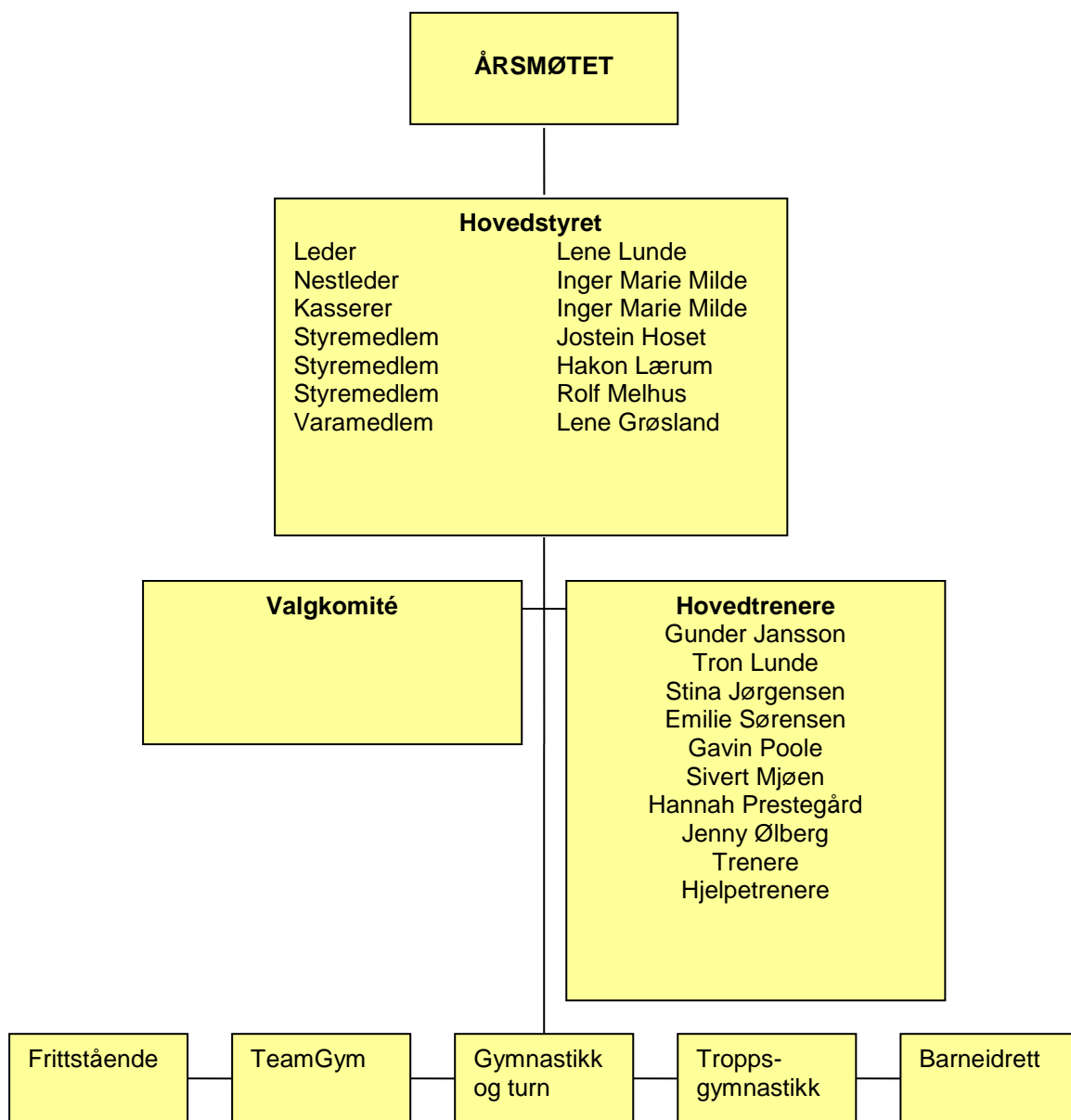
Særøppvisning på gymnastikkfestivalen

Disiplin og lek på trening

Handlingsplan

Hva	Hvordan	Hvem	Tidsfrist	Resultat
Miljø	Opprettholde godt miljø gjennom sosiale aktiviteter	--	Kontinuerlig	
Utvikling av trenere	Kurs	--	Kontinuerlig	
Org. plan	Oppdatering og vedlikehold	Lene	31.12.19	
HMS plan	Oppdatering og vedlikehold	Lene	31.12.19	

Idrettslagets Organisasjon



Årsmøtet

- ✓ Årsmøtet er lagets/klubbens høyeste myndighet.
- ✓ Årsmøtet blir avholdt 1 gang i året i måneden som er fastsatt i loven (innen mars).
- ✓ Protokollen fra årsmøtet sendes til idrettsrådet i kommune, og de særkretser idrettslaget er tilsluttet. Protokollen kan legges ut på idrettslagets nettsider.
- ✓ Innkalling til årsmøtet skal skje 1. måned før årsmøtet avholdes.
- ✓ Innkalling annonseres på nettet eller i avisen, eller sendes/legges ut til medlemmene.
- ✓ Innkomne forslag skal være styret i hende 2 uker før årsmøtet og sakspapirene skal sendes ut 1. uke før.
- ✓ Årsmøtet er for medlemmer i klubben, det vil si de som har betalt medlemskontingenten. Foreldre/foresatte har ikke fullmakt til å stemme for medlemmer under 15 år.
- ✓ Årsmøtet legger grunnlaget for styret sitt arbeid og alle som ønsker å bli med å bestemme hvordan klubben skal drives bør stille på årsmøtet.
- ✓ Årsmøtet skal gjennomføres slik det er fastsatt i lovens årsmøteparagraf §12
- ✓ Styremedlemmer og varamedlemmer velges fortrinnsvis for 2 år av gangen, med individuelle justeringer.
- ✓ Lovnormen sier at vi skal ha 1 leder, 1 nestleder og minimum 2 styremedlemmer og 1 varamedlem, men antallet kan økes ved behov. Ved årsmøtet 2019 er tallet 3 styremedlemmer og 1 varamedlem i forskjellige funksjoner, valgt etter § 15, punk 10 c.

Styrets funksjon og sammensetning

Styrets sammensetning er normalt på fem-syv personer, ved unntak flere. Styrets arbeid og prioriteringer utvikling forankres i årsmøtet og arbeider i tett kontakt med trenerne. Styrets overordnede mål er å ivareta medlemmene i Tranby Turn.

Styret skal

- Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap samt oppgaver beskrevet i §1 NIFs lover, lovnorm for idrettslag. Styret har ansvar for at det finnes retningslinjer for aktiviteten i klubben
- Iverksette bestemmelser og vedtak fattet av årsmøte eller andre overordnede idrettsmyndigheter
- Stå for lagets daglige ledelse, og representere laget utad
- Disponere lagets inntekter (tilskudd, kontingent o.a.) og fordele disse etter plan og godkjent budsjett

Oppnevne komiteer og utvalg etter behov, og utarbeide instruks for disse.

Medlemmer

Medlemskap i Tranby Turn er først gyldig og regnes fra den dag kontingent er betalt. For å ha stemmerett og være valgbar må et medlem ha vært tilsluttet idrettslaget i minst 1 måned og ha betalt kontingent. Medlemskap i Tranby Turn kan opphøre ved utmelding, strykning eller eksklusjon.

Utmelding skal skje skriftlig til post@tranbyturn.no og får virkning når den er mottatt.

En ansatt kan være medlem i klubben men har ikke stemmerett på årsmøtet og kan ikke velges til verv i klubben eller overordnede organisasjonsledd.

Strykning av medlem kan finne sted når medlem skylder kontingent for mer enn ett år. Medlem som strykes kan ikke tas opp igjen før skyldig kontingent er betalt. Hvis medlemmet skylder kontingent etter forfalt to års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra idrettslagets side.

Nye medlemmer skal registreres når de starter opp i Tranby Turn. Registrering foregår på websiden til NGTF via MySoft. Informasjonen legges på nettsiden og Facebook. Er man registrert som medlem har man forpliktet seg til å betale kontingent for semesteret.

Medlemsoversikten oppdateres og registreres i tråd med NIFs regler.

Treningstilbud

Tranby Turn tilbyr trening for barn fra det året de fyller 3 år. I starten handler det om å bli kjent med sin egen kropp. Dette er nyttig uansett hva man vil spesialisere seg på senere i livet.

Vi driver både med bredde og toppidrett, og har et tilbud om konkurransesatsning innen troppsgymnastikk.

Om partiene:

Gymlek Stjerne 3-5 år er parti hvor foresatte er aktivt deltakende med barnet. I samspill med foresatt skal barnet gjennom lek lære seg grunnleggende motoriske ferdigheter som å rulle, krype, gå og løpe over, under og gjennom hinder. Timen legges opp til at barnet får utviklet sin styrke og mestre ferdigheter som balanse og rytme.

Barnepartiene Miniaspirant og Aspirant starter med en oppvarmingsdel med fokus på lek. Hoveddelen er trening med basiselementer fra turn. Barna sirkulerer mellom stasjoner bestående av matte, kasse, trampett. Vi fokuserer også på elementer fra lek, ressurstrening samt koordinasjon.

Rekruttpartiene Basis og Pluss bygger videre på elementer fra Miniaspirant og Aspirant. Det er ikke nødvendig med forkunnskaper for å starte på disse partiene. Treningen blir lagt opp etter ferdigheter. Barna får nye utfordringer og målsettinger fra basisferdigheter som er viktig for å beherske gymnastikk og turnaktiviteter. Treningen inneholder elementer fra frittstående, men har hovedfokus på trampett og tumbling. Sosial aktivitet og egen utvikling vektlegges.

Junior pluss S bygger videre på elementer fra rekrutt Basis og Pluss, men man legger opp til at både nybegynnere og mer erfarne gymnaster kan delta. Sosial aktivitet og egen utvikling vektlegges også.

Konkurranspartiene Rekrutt, Junior og Senior bygger videre på elementer fra basispartiene. Deltagelse på disse partiet forutsetter konkurransedeltagelse i rekrutt-, junior- og seniorklassen. Her møter gymnasten flere utfordringer innen troppsgymnastikk. Samtidig vektlegges sosial aktivitet og egen utvikling.

Målet er at utøverne møter et positivt, trygt, sosialt og motiverende miljø uansett hvilket parti man går på.

Anlegg

Tranby Turn eier ikke egen hall, men søker årlig Lier kommune om tildeling av treningstid i kommunal hall. Treningen foregår i Hegghallen.

Tranby Turn starter opp treningen samme uke som skolen starter eller uken etter i både vår- og høstsemesteret.

Lier kommune har fra 2018 gjort det mulig å søke å avholde trening når det er ferie og skolefri. I hovedsak er det ikke noe trening under høstferie, vinterferie og påskeferie for Stjernepartiene, Miniaspirant, Aspirant, Rekrutt basis/pluss og Junior Pluss.

Alderen tilsier hovedsakelig hvilken gruppe gymnastene plasseres i. Dersom en totalvurdering av sosiale eller praktiske forhold, gruppestørrelser, trenerkapasitet eller lignende skulle tilsa noe annet, kan det gjøres endringer. En slik vurdering gjøres av hovedtrenerne.

Arrangement

I tillegg til de faste treningene deltar vi på ulike konkurranser og oppvisninger. Det arrangeres årlig Gymnastikkfestival for alle barn fra 6-18 år. Vi deltar også i SALTO-konkurranser, som er lagkonkurranser med vekt på å være et breddetilbud. Konkurranseturnerne våre representerer idrettslaget på en flott måte både på krets- og nasjonalt nivå.

Tranby Turn ønsker å gi alle våre gymnaster mulighet til å være med på lokale, regionale og nasjonale konkurranser og arrangementer. Barneidrettsbestemmelsene og alderen tilsier hvilken type konkurranser/ arrangementer man har lov til å være med på.

Barneidrettsbestemmelsene

- Barn i alderen 6-8 kan delta i lokale konkurranser (egen forening, krets)
- Barn kan delta på kretsturnstevner/gymnastikkfestivaler fra 6 år.
- Barn fra 9 år kan delta i egen region
 - Vi er region øst som omfatter Buskerud, Oslo og Akershus, Østfold, Hedmark og Oppland
- Barn fra 11 år kan delta i Nasjonale konkurranser

Gymnastikkfestivalen

Gymnastikkfestivalen er et årlig 2-dagers arrangement. Det foregår et sted i Buskerud i slutten av mai eller begynnelsen av juni. (Tranby Turn arrangerte i 1996). Gymnaster fra Buskerud i alderen 6-18 år deltar. De siste årene har ca. 800 gymnaster meldt seg på, det er lagt opp til at trening og oppvisning foregår utendørs. Kun de færreste arrangører har kapasitet til å flytte innendørs ved dårlig vær. Våre gymnaster er med på felles trampettoppvisning. Det varierer om programmet øves inn på forhånd eller om det trenes inn på stevnet. Det skal de vise ute på gressbanen sammen med ca. 200 andre gymnaster fra andre klubber. Trening på dette oppvisningsprogrammet foregår både lørdag og søndag. Selve oppvisningen er ved festivalens slutt på søndagen.

Hvilke andre aktiviteter foregår?

Hovedaktiviteten er trening og oppvisning av det innøvde programmet. En annen aktivitet på lørdagen er SALTO-konkurransen. De av våre gymnaster som skal være med (gruppene 6-7 år, 8-10 år, 10-12 år og 13+) må melde seg på i forkant. Saltokonkurransen foregår innendørs og tar ca. 4 timer å gjennomføre + trening på forhånd. Noen foreninger stiller også med andre aktiviteter/workshops på som et alternativ til SALTO- konkurransen. Lørdag kveld er det felles grilling av medbrakt grillmat. På kvelden er det også diskotek. Man må melde seg på i forkant for å få billett. Søndagen er forbeholdt trening og oppvisning av det innøvde oppvisningsprogrammet + defilering inn på banen. Mellom trening og oppvisning pleier Tranby Turn å samle alle til en enkel lunsj der vi også deler ut medaljer og gir informasjon.

Gymnastikkfestivalen skal være en hyggelig avslutning på semesteret. Gymnastene får vist hva de kan for familie, venner og andre publikummere. Arrangementet satser like mye på bredde som på spisskompetanse. Våre gymnaster blir forhåpentligvis bedre kjent med hverandre samtidig som de får muligheten til å knytte bekjentskaper med gymnaster fra andre klubber. Ved å se andre trenere og konkurrere får man motivasjon, inspirasjon og lyst til å forsøke seg på nye momenter. Gymnastikkfestivalen er også en felles arena der barn og unge kan hygge seg sammen med dans, ballspill, kortspill, lek, osv. – ting de måtte finne på selv.

SALTO konkurranse

Salto står for Sosialt, Allsidig, Lek, Turn og Oppvisning og krever ikke at man kan ta salto på trampetten! Norges Gymnastikk- og Turnforbund har lagt opp en konkurranseform i matte, hopp og trampett. Dette er apparater som finnes i de aller fleste gymsaler rundt om i landet, og vil derfor være et konkurransetilbud som alle kan delta i. Øvelsesutvalget er lagt opp i form av en stige, og progresjonen er slik at alle skal kunne være med fra 8 årsalderen og oppover uansett hva som måtte ligge til grunn når det gjelder tekniske og fysiske forutsetninger. Konkurransformen er en forenings/lag - konkurranse der det er gjennomsnittskarakteren til laget som avgjør plassering. Arrangør følger [barneidrettsbestemmelsene](#) iht. premiering og rangering.

Konkurranser i Troppsgymnastikk

Her deltar gymnaster fra partiet rekrutt konkurranse og junior/senior konkurranse. På junior og senior konkurranse settes det litt strengere krav til ferdigheter før man kan delta på nasjonale konkurranser som for eksempel, kvalifisering til NM.

[Troppsgymnastikk](#) er delt inn i 2 grener; Nasjonale klasser og TeamGym.

1. Nasjonale klasser består av øvelsene frittstående, trampett og tumbling.

Det er separate konkurranser i hver øvelse (enkeltapparater). Hver tropp kan bestå av 6 til 12 gymnaster - bare jenter, bare gutter eller en mix av begge kjønn. Jenter, gutter eller mix konkurrerer mot hverandre i samme apparat/øvelse. Aldersklassene er inndelt i rekrutt (11-13), junior (13-17) og senior (16+). Det arrangeres lokale, regionale og nasjonale konkurranser i nasjonal klasse.

2. TeamGym består av øvelsene frittstående, trampett og tumbling.

Det konkurreres sammenlagt i alle tre øvelsene (3-kamp). Hver tropp kan bestå av 6 til 12 gymnaster - bare jenter, bare gutter eller en mix av begge kjønn. Jenter, gutter eller mix konkurrerer i separate apparater/øvelser. Aldersklassene er inndelt i junior og senior. I tillegg til lokale, regionale og nasjonale konkurranser arrangeres det også nordiske mesterskap og europamesterskap i TeamGym.

Øvelsene

I frittstående utfører gymnastene et program uten håndapparater til musikk. Programmet skal inneholde gymnastiske elementer (for eksempel hopp/sprang, piruetter, sving, balanse, bølger). Det skal også inneholde akrobatiske elementer (for eksempel hjul, håndstående, stift, flikk-flakk, salto). Det skal legges vekt på dynamikk i utførelsen av elementene og programmet skal inneholde formasjonsendringer, forflytninger og tempovekslinger. Frittståendeprogrammet utføres på et teppe som er 14 x 20 meter og 3,5 cm tykt.

I tumbling utfører gymnastene 3 akrobatiske serier til musikk. Seriene skal utføres i strøm (lik avstand mellom hver gymnast). Seriene skal inneholde variasjon i rotasjonsretningene (om tverraksen/salto og lengdeaksen/skru), virtuositet og progresjon i vanskelighet. I en serie skal hver gymnast utføre tre eller flere momenter etter hverandre. Tumbling er en 15 meter lang oppbygd bane med sprett i, hvor utøverne ved bruk av tilløp utfører akrobatiske elementer og lander på matter i enden av banen.

I trampett utfører gymnastene 3 akrobatiske serier til musikk. Seriene skal utføres i strøm (lik avstand mellom hver gymnast). Seriene skal inneholde variasjon i rotasjonsretningene (om tverraksen/salto og lengdeaksen/skru), virtuositet og progresjon i vanskelighet. Trampett er en "minitrampoline" med sprett i, hvor utøverne ved bruk av tilløp og sats utfører akrobatiske elementer i luften før de lander på tykke dynematter.

Generell info om arrangementer

Tidsbruk:

Det er tidkrevende å arrangere konkurranse, så man må belage seg på en helg i hallen. Mye av grunnen er fordi det er mange lag fra Buskerud som melder seg på, slik at det er mange startende tropper. I tillegg er man avhengig av dommere for å avvikle konkurransen. De jobber så raskt de kan, men det kan bli ventetid mellom troppene for at dommerne skal få gjort seg ferdig.

Hva med antrekk?

Tranby Turn har drakter som lånes ut når gymnastene skal konkurrere både på konkurranser og SALTO konkurranser. Draktene leveres tilbake etter endt konkurranse. På gymnastikkfestivalene pleier antrekket å være sort underdel og rød eller hvit t-skjorte. Under defileringer ønsker vi at alle stiller i Tranby Turns defileringsdresser

Får alle medalje/ deltakerpremie?

Alle påmeldte gymnaster får en stevnemedalje på Gymnastikkfestivalen. I tillegg får man bronse, sølv og gull på henholdsvis stevne nr. 2, 4 og 6. Fra det 7. stevnet og oppover blir gymnasten ropt fram på festivaloppvisningen og overrakt en utmerkelse. På SALTO konkurranser får alle deltagerpremier. På troppskonkurranser er det 1/3 premiering, og premien går til laget (som regel pokal).

Hva med mat?

Det har vært vanlig at gymnastene har med egen mat/ evt. penger på arrangementer der vi ikke overnatter. Unntaket er Gymnastikkfestivalen der det kun er frokost inkludert i arrangementspakkene. Vi gir beskjed om hvilke måltider som er inkludert og/eller arrangeres av Tranby Turn. På arrangementene er det selvfølgelig også salgsboder der man får kjøpt vafles, pølser, brus, is, osv.

Hva med transport til og fra arrangementer?

Dersom ikke avstanden er for stor til der arrangementet foregår, legger vi opp til at foreldre står for transporten selv. Gymnastene slipper da en utgift på mange tusen kroner til transport. Dersom det er behov for felles transport må gymnasten betale ekstra for dette.

Hva med overnatting?

Vi overnatter ikke på lokale konkurranser. Unntaket er på Gymnastikkfestivalen. Vi gir tilbud om overnatting uten foresatte for de som er over 10 år. Vår erfaring tilsier at barna bør ha opparbeidet en viss trygghet, selvstendighet og sosial modenhet før de har utbytte av overnatting på egen hånd. Dersom festivalen arrangeres langt unna, er det et alternativ at foresatte overnatter sammen med barnet, eller at hele familien for eksempel bor i en hytte eller på en campingplass i nærheten. Vi legger også vekt på at det er ro om natten slik at alle stiller opplagte til en ny dag.

Hvordan blir barnas sikkerhet ivaretatt?

Vi i Tranby Turn er opptatt av sikkerhet. Vi legger opp til at alle skal ha et trygt og sikkert arrangement. Vi er alltid voksne til stede, enten i form av styret, trenere, hjelpetrenere eller foreldrehjelpere. Vi ledere har "uniformert" oss i Tranby Turn-tøy og prøver å være synlige for gymnastene våre. På store arrangementer med mange deltakere har vi lister der vi noterer hvem som har kommet og hvem som har reist hjem. Det vil også være forskjell på hvor mye frihet barna får under arrangementet. De minste barna må holde seg rundt vår møteplass/ base, mens de litt eldre får lov til å gå mer rundt i området.

Hva med påmelding og betaling?

Vi sender ut info om påmelding på mail, Facebook, Spond og nettsiden. Påmelding gjøres på www.tranbyturn.no/reg innen fristen. Betaling skal også gjøres innen påmeldingsfristen med mindre noe annet er opplyst.

Alle som er med på konkurranser må ha konkurranselisens.

Det er en utvidet forsikring for konkurranseutøvere og betales x1/år. Konkurranselisensen inneholder en utvidet ulykkesforsikring, og man er forsikret både under trening, i konkurranser og stevner, samt i og utenfor treningshall og på reise. Les mer om forsikringen [HER](#)

Dugnader

Tranby Turn holder en lav profil når det gjelder dugnader. Likevel er det ikke til å unngå at dugnadsjobbing er en viktig del av inntektskildene til foreningen. Det forventes at foreldre/ foresatte og gymnaster deltar på de faste dugnadene i løpet av året.

Vi har følgende faste arrangementer årlig:

- Baking til vår- og juleoppvisning

Flytende arrangementer:

- Ved arrangering av konkurranser vil foreldre/foresatte og gymnaster bli tildelt oppgaver etter arrangementets størrelse
 - Eksempler: Baking, kioskvakt, utstyr, salg av billetter, vedlikehold og lignende
- Dugnad i forbindelse med konkurranser gymnastene deltar på
 - Gjelder da foreldre/foresatte til gymnastene som deltar på aktuelle konkurranse, samt gymnasten selv.

Det forventes at gymnaster og foreldre/ foresatte deltar på eventuelle andre dugnader som måtte oppstå i løpet av året.

Kalender

Oppdatert kalender finnes på nettsiden.

Administrative oppgaver

Februar/ Mars	Søke kommune om treningstider innen 15.2 Gjennomføre årsmøtet i henhold til idrettslagets lov
Mars	Gjennomføre årlig lovpålagt idrettsregistrering via NIF Momskompensasjon Utbetale lønn etter avtale
Juni	Utbetaling av lønn
Juli	Ferie
August	Oppstart etter skolestart Foreldremøte alle partier
September	Workshop for styret ved behov
Oktober	Planlegging av året Utbetaling av lønn
November	Sponsorarbeid for året etter
Desember	Utbetaling av lønn
Høst	Søke om spillemidler til utstyr
Jevnlig	Sosiale arrangementer for gymnaster
Jevnlig	Grophalltrening

Informasjon

Idrettslaget informerer medlemmene via nettsiden som har adresse: www.tranbyturn.no

I tillegg sendes det ut informasjon på mail, Spond og Facebook siden

Økonomi

- ✓ Hovedstyret er juridisk ansvarlig for lagets økonomi
- ✓ Hovedstyret er ansvarlig for å sette opp budsjett før årsmøtet.
- ✓ Alle innkjøp skal godkjennes av styret.

Regnskap

Foreningens styre fører regnskap i henhold til regnskapsloven. Alle inn og utbetalinger skal gå gjennom klubbens konto, det er ikke lov å sette penger som tilhører klubben medlemmer inn på personlige kontoer. Tranby Turns kontoer disponeres av 2 personer; styreleder og kasserer.

Medlemskontingent

Medlemskontingenten fastsettes på årsmøtet som egen sak. jf. egenbestemmelse i idrettslagets lov.§4 Medlemskontingent skal betales for hvert enkelt medlem.

Innkrevingsrutiner:

MySoft sender ut faktura fra medlemssystemet.

Tranby Turn har delt opp betaling i treningsavgift og medlemskontingent.

Startkontingent individuelt:

Gymnastene dekker selv individuell deltakeravgift på konkurranser og arrangementer.

Deltakeravgift lagidretter:

Tranby Turn dekker deltageravgiften for troppen

Egenandeler:

Gymnastene dekker selv reiseutgifter ved konkurranser og arrangementer. I tillegg dekker gymnaster som deltar på konkurranser NGTFs konkurranselisens selv.

Styremedlemmer og foresatte som hjelper til på treningene betaler ikke kontingent på sine barn.

Reklame og samarbeidspartnere

Alle sponsoravtaler skal godkjennes av styret.

Vi har per 1.1.2019 ingen fast hovedsponsor.

Kiosk

Tranby Turn har kioskdugnad på arrangementer som vår- og juleoppvisning, samt konkurranser som arrangeres i regi av foreningen.

Styret setter opp lister for dugnad. Den som er oppsatt på dugnaden og ikke kan stille, selv har ansvar å finne en annen person.

Lønn og honorar

Styret godkjenner ansettelse av trenere og hjelpetrenerer etter forslag fra hovedtrenerne.

Trenerne får utbetalt kjøregodtgjørelse og diett i forbindelse med konkurranser, og ikke timelønn.

Utbetaling av lønn gjøres max x2/ halvår etter avtale med trenerne.

Hovedtrenerer registrerer hjelpetrenerenes timelister hver uke.

Krav om kjøregodtgjørelse og diett leveres sammen med timeliste hvert halvår.

Ved andre utbetalingsintervall avtales det enkeltvis med den det gjelder.

Hjelpetrenerer/trenere under 18 år

Ungdom i alderen 13-18 år kan engasjeres som hjelpetrenerer/trenere på de ulike barnepartiene så lenge det ikke går utover skolearbeid eller egne prestasjoner på trening. Det er i hovedsak de eldste gymnastene som har faste avtaler om oppmøte, mens de yngre er vikarer. Ungdommen får godtgjørelse x2/ per halvår og må innhente frikort.

I noen tilfeller deltar barn under 13 år som motivatorer/ inspiratorer på partiene. I de tilfellene får gymnasten gratis treningsavgift og ikke godtgjørelse.

Økonomisk utroskap/varslingsplikt

Tranby Turn har nulltoleranse i forhold til økonomisk utroskap, og politianmelder alle tilfeller av dette.

Klubbdrakter/profilering

Logo



Flagg



Defileringsdress:

Vi har defileringsdress fra Chopar. Alle gymnaster kan kjøpe egen dress.



Turndrakter i konkurranse:

Tranby Turn har turndrakter og bukser fra Chopar som gymnastene låner på konkurranser. De søm ønsker kan kjøpe selv men det er ikke et krav.



Treningsskjorte og genser

Vi har diverse t-skjorter, gensere og andre artikler som bag, drikkeflaske for salg.

Priser og størrelser på alle salgsvarene finnes på nettsiden.

Regler for Tranby Turn

Retningslinjer for foreldre/foresatt

- Respekter klubbens arbeid. Det er frivillig å være medlem av Tranby Turn men er du med følger du våre regler
- Engasjer deg, men husk at det er barna som driver idrett – ikke du
- Respekter treneren, hans/hennes arbeid og anerkjenn ham/henne overfor barna dine
- Lær barna folkeskikk. Gå foran som et godt eksempel
- Lær barna å tåle både medgang og motgang
- Motiver barna til å være positive på trening
- Vis god sportsånd og respekt for andre.
- Ved uenighet snakker du med den det gjelder – ikke om
- Husk at det viktigste av alt er at barna trives og har det gøy!

Retningslinjer for utøvere

- Gode holdninger
- Respektere hverandre
- Lojalitet mot klubb og trenere
- Hjelp hverandre
- Følge klubbens regler
- Stille opp for hverandre
- Ærlig overfor trener og andre utøvere.
- Godt samhold
- Stå sammen
- Stille på treninger og stevner en har forpliktet seg til.
- Vise engasjement
- Gode arbeidsholdninger.
- Stolthet av sin egen innsats.
- Objektivt ansvar for miljø og trivsel.

Retningslinjer for trenere

SOM TRENER I SKAL DU BIDRA TIL:

- Mestring, selvstendighet og tilhørighet for utøveren
- Positive erfaringer med trening og konkurranse
- Å fremme et godt sosialt miljø, lagånd og vennskap
- At utøvere skal kunne drive idrett i andre avdelinger
- Samarbeid og god kommunikasjon med andre trenere, ledere og foreldre
- Vær et godt forbilde
- Møt presis og godt forberedt til hver trening
- Som trener er du veileder, inspirator og motivator
- Bry deg litt ekstra og involver deg i utøverne dine
- Bli kjent med utøvernes individuelle mål og opplevelser av treningen
- Søk å utvikle selvstendig vurderingsevne hos utøveren
- Vis god sportsånd og respekt for andre
- Vær bevisst på at du gir alle utøverne oppmerksomhet
- Enhver utøver eller gruppe skal utfordres til å utvikle sine ferdigheter

INNHOLDET I TRENINGEN SKAL VÆRE PREGET AV:

- En målrettet plan
- Progresjon i opplevelser og ferdigheter
- Stadig nye utfordringer slik at utøveren flytter grenser
- Effektiv organisering
- Saklig og presis informasjon
- Kreative løsninger

- Fleksibilitet ved problemløsning
Som trener er du ansvarlig for god kommunikasjon

Politiattest

Politiattest skal avkreves av personer 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. Personer under 18 år skal også avkreves politiattest. Den nedre grense er 15 år.

Styret i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) vedtok 10. mars 2008 at hele norsk idrett skal kreve politiattest mot seksuelle overgrep mot barn. Ordningen gjelder for alle som skal utføre oppgaver som i vesentlig grad innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Ordningen trer i kraft 1. januar 2009. I Tranby Turn blir ordningen håndtert på følgende måte:

Alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming skal fremskaffe politiattest.

Dette gjøres i samråd med Lene Lunde

e-post: lennils@gmail.com

eller hennes stedfortreder Inger Marie Milde

e-post: inger.milde@gmail.com

Begge representanter har taushetsplikt overfor uvedkommende i forhold til de opplysninger de får kjennskap til.

Politiattesten inneholder kun opplysninger om personen for tiden er siktet/tiltalt eller tidligere ilagt forelegg/dømt for brudd på bestemmelser i straffeloven om seksualforbrytelser overfor barn.

Idrettslaget har ikke anledning til å be personen om å innhente politiattest for andre straffbare forhold.

Innhenting av politiattest er gratis.

Tranby Turn skal ikke lagre attesten, men kun få den framvist til gjennomsyn. Dog lagres opplysninger om hvilke personer som er avkrevd politiattest, at attesten er fremvist og dato for fremvisningen. Selve attesten beholdes av søkeren. Personer som ikke har fremvist politiattest uten merknad, kan ikke settes til oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming.