MEDLEMSHÅNDBOK

FOR

KRISTIANSAND KYOKUSHIN KARATE

Utarbeidet 1. september 2026

Informasjon

Navn:	Kristiansand Kyokushin Karate (Juridisk navn: Lauvåsen Karateklubb)
Stiftet:	7. juni 2026
Idretter:	Karate
Postadresse:	Epleveien 8a, 4635 Kristiansand
E-postadresse:	post@krskarate.no
Internettadresse:	www.krskarate.no
Organisasjonsnummer:	838 236 022
Bankforbindelse:	Spareskillingsbanken
Bankkonto:	3060.294.0469
Medlem av:	Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Tilknyttet:	Norges Kampsportforbund, Agder Idrettskrets og Idrettsrådet i Kristiansand
Organisasjonskode NIF:	KL42040017

Innholdsfortegnelse

Informasjon 2
Innledning 5
Klubbens historie 6
Verdier 6
Visjon 6
Virksomhetsidé 6
Hovedmål 7
Delmål og virkemidler 7
Organisasjon 8
Organisasjonsplan 8
Årsmøtet 8
Styret 8
Styrets arbeid 10
Utvalg/komiteer 11
Kontrollutvalg 11
Valgkomité 11
Ansatte 11
Klubbens lov 12
Medlemskap 12
Medlemskontingent 13
Treningsavgifter 13
Støttemedlemskap 13
Startkontingenter og deltakeravgifter 13
Klubbens aktivitetstilbud 13
Barne- og ungdomsidrett 14
Barneidrett 14
Ungdomsidrett 14
Aktivitetsplan og terminliste 15
Retningslinjer 15
Utøver 15

Forelder/foresatt 15
Trener 16
Hovedtrener 17
Trener 17
Lagleder og reiseleder 18
Dommer 18
Alkohol 19
Mobbing og krenkende atferd 19
Seksuell trakassering og overgrep 20
Reiser i regi av klubben 21
Klubbdrift 23
Årshjul 23
Kurs og utdanning 24
Dugnad og frivillig arbeid 24
Politiattest 24
Klubbens antidopingarbeid 25
Kommunikasjon 25
Arbeidsgiveransvar 25
Sikkerhetsarbeid (HMS) 26
Økonomi 26
Forsikringer 27
Maler og eksempler 27

Innledning

Medlemshåndboken samler klubbens viktigste regler, rutiner og ansvarsområder. Nye medlemmer og foresatte bør starte med delene om medlemskap, aktivitetstilbud og retningslinjer. Trenere, tillitsvalgte og andre ansvarlige bør også lese delene om organisasjon, klubbdrift, sikkerhet og økonomi. Oppdaterte priser, treningstider, påmeldinger og arrangementer finnes på klubbens hjemmeside og i Spond.

Styret skal gjennomgå medlemshåndboken minst én gang i året og ellers ved behov. Kontaktopplysninger, priser, betalingsrutiner, roller, fullmakter, lenker, forsikringer og regelverkshenvisninger skal kontrolleres. Endringer behandles og protokollføres av styret, mens bestemmelser som krever årsmøtevedtak, må behandles av årsmøtet. Dokumentet skal vise dato og styrevedtak for siste gjennomgang.

Medlemshåndboken er tilgjengelig på klubbens hjemmeside: Medlemsinfo | Kristiansand Kyokushin Karate.

Klubbens historie

Kristiansand Kyokushin Karate ble stiftet 7. juni 2026 av Gerth Scerri og Geir Egil Nessa. Klubben bygger på tradisjonene fra Shinkyokushinkai Karate og skal gi barn, ungdom og voksne et inkluderende miljø for fysisk og mental utvikling. Treningen skal fremme disiplin, utholdenhet, respekt, mestring og fellesskap.

Verdier

Kristiansand Kyokushin Karate bygger sin aktivitet på norsk idretts felles verdier og veivalg: ærlig, leken, ambisiøs og inkluderende. Klubbens arbeid skal også preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Ut fra fellesverdiene i norsk idrett, har Kristiansand Kyokushin Karate tydeliggjort hva som skal prege oss og klubben vår.

Kristiansand Kyokushin Karates verdier: ***styrke, respekt og fellesskap***

Med ***styrke*** menes:

> at vi utvikler fysisk og mental styrke gjennom målrettet trening, utholdenhet og mot til å møte utfordringer. Alle skal få oppleve fremgang og mestring i sitt eget tempo.

Med ***respekt*** menes:

> at vi møter hverandre med høflighet, omtanke og åpenhet. Vi respekterer instruktører, medutøvere, regler og karatens tradisjoner.

Med ***fellesskap*** menes:

> at vi skaper et trygt og inkluderende klubbmiljø der alle blir sett, føler tilhørighet og bidrar til hverandres utvikling.

Visjon

Kristiansand Kyokushin Karates visjon er: **idrettsglede for alle**

Visjonen gir retning for klubbens prioriteringer, aktivitet og utvikling.

Virksomhetsidé

Kristiansand Kyokushin Karates virksomhetsidé er: ***Vi gjør karate tilgjengelig for alle og utvikler hele mennesket gjennom fysisk trening, mental styrke, respekt og fellesskap.***

Virksomhetsideen beskriver klubbens kjerneoppgave og er utgangspunkt for prioriteringer, tilbudsutvikling og kommunikasjon.

Visjonen, verdiene og virksomhetsideen er retningsgivende for alle medlemmer, tillitsvalgte, trenere og støtteapparat. De danner utgangspunktet for det vi skal skape sammen, hvordan vi skal fremstå, og hvilke oppgaver vi skal fokusere på.

Hovedmål

Hovedmålet til Kristiansand Kyokushin Karate er å skape et trygt og inkluderende karatemiljø der barn, ungdom og voksne utvikler fysisk og mental styrke, viser respekt og opplever varig fellesskap.

Hovedmålet beskriver hva klubben skal oppnå, hvilken posisjon den skal ha i omgivelsene, og hvilken retning utviklingen skal ta på lang sikt.

Delmål og virkemidler

1. **Trygt og inkluderende karatemiljø**
    a. Ha tydelige regler for trygg trening, respektfull opptreden og nulltoleranse for mobbing og trakassering.
    b. Sikre at treningen tilpasses alder, nivå, funksjonsevne og individuelle behov.
    c. Følge opp nye medlemmer aktivt, slik at alle blir sett og raskt opplever tilhørighet.
    d. Sørge for at økonomi så langt som mulig ikke hindrer deltakelse.
2. **Fysisk og mental styrke**
    a. Tilby strukturert og variert trening med tydelig progresjon for barn, ungdom og voksne.
    b. Sette individuelle mål og gi jevnlige, konstruktive tilbakemeldinger som fremmer mestring.
    c. Utvikle trenernes karatefaglige og pedagogiske kompetanse gjennom kurs, trenerforum og erfaringsdeling.
    d. Legge til rette for både breddeaktivitet, graderinger og konkurranse for dem som ønsker det.
3. **Respekt i praksis**
    a. La klubbens verdier prege trening, konkurranser, møter og all kommunikasjon.
    b. Lære utøverne å vise respekt for instruktører, medutøvere, motstandere, dommere, regler og karatens tradisjoner.
    c. Sikre at trenere, ledere, foresatte og utøvere er gode rollemodeller og følger klubbens retningslinjer.
4. **Varig fellesskap og klubbtilhørighet**
    a. Skape sosiale møteplasser og aktiviteter på tvers av alder, nivå og treningsgrupper.
    b. Involvere medlemmer og foresatte i klubbens utvikling, arrangementer og frivillige arbeid.
    c. Kommunisere tydelig og jevnlig gjennom klubbens etablerte kanaler.
    d. Arbeide aktivt med rekruttering og medlemsoppfølging for å beholde medlemmer over tid.

Organisasjon

Organisasjonsplan

Organisasjonsplanen finnes i dokumentarkivet på klubbens hjemmeside: Dokumentarkiv | Kristiansand Kyokushin Karate

Årsmøtet

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og skal avholdes hvert år innen utgangen av mars.

Årsmøtets oppgaver og reglene for innkalling er beskrevet i klubbens lov.

For å ha stemmerett og være valgbar må medlemmet ha fylt 15 år, ha vært medlem i klubben i minst én måned og ha betalt medlemskontingenten.

Innkallingen til årsmøtet publiseres i klubbens sosiale medier og sendes til alle medlemmer via Spond.

Årsmøtet legger føringene for klubbens virksomhet og styrets arbeid. Medlemmer som ønsker å påvirke klubbens aktiviteter og drift, oppfordres derfor til å delta.

Årsmøteprotokollen publiseres på klubbens hjemmeside og sendes til relevante overordnede organisasjonsledd når regelverket eller en konkret forespørsel krever det.

Årsmøteprotokollen finnes i dokumentarkivet på klubbens hjemmeside: Dokumentarkiv | Kristiansand Kyokushin Karate

Les mer om gjennomføringen av årsmøtet i § 10 i Lov for Lauvåsen Karateklubb og i de bestemmelsene i NIFs lov som det vises til der.

NIF har maler og veiledning for gjennomføring av årsmøtet: *Årsmøte (idrettsforbundet.no)*.

Styret

Styret er klubbens høyeste myndighet mellom årsmøtene. Styrets sammensetning skal følge klubbens gjeldende lov og NIFs til enhver tid gjeldende lovnorm og terskelbestemmelser. Klubben skal før hvert årsmøte kontrollere hvilke krav som gjelder ut fra medlemstall, omsetning og andre relevante kriterier.

Styret leder og forplikter klubben, representerer den utad og har det overordnede ansvaret for forvaltning og tilsyn med hele virksomheten. Styret kan delegere oppgaver og praktisk gjennomføring, men beholder det kollektive ansvaret for beslutninger, kontroll og oppfølging. Saker som etter klubbens lov § 10 eller NIFs lov § 2-22 bare kan avgjøres av årsmøtet, skal legges frem for årsmøtet.

Oversikt over styrets sammensetning finnes på klubbens hjemmeside: Om klubben | Kristiansand Kyokushin Karate

Styrets ansvar etter klubbens lov:

- Sørge for at klubbens formål ivaretas.
- Sørge for forsvarlig organisering av klubbens virksomhet og økonomistyring.
- Sørge for at beslutninger fattes i samsvar med overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak, klubbens lov og årsmøtets vedtak.
- Registrere nødvendige opplysninger i idrettens medlems- og organisasjonsregister.
- Oppnevne en ansvarlig for politiattestordningen dersom klubben organiserer idrett for mindreårige eller personer med utviklingshemming.
- Oppnevne en ansvarlig for barneidretten dersom klubben organiserer barneidrett.
- Oppnevne representanter til årsmøter og ting i overordnede organisasjonsledd dersom årsmøtet ikke har valgt representanter.
- Avholde styremøte når lederen bestemmer det, eller når minst to styremedlemmer krever det.

Styrets fullmakter etter klubbens lov:

- Oppnevne komiteer og utvalg for løpende eller enkeltstående oppgaver.
- Fastsette mandat eller instruks for komiteer og utvalg som styret oppnevner.

Andre oppgaver og interne rutiner:

- Planlegge og følge opp klubbens samlede drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap.
- Påse at idrettens retningslinjer for klubbens aktivitet følges.
- Ivareta klubbens daglige ledelse og eventuelle arbeidsgiveransvar.
- Oppnevne minst to personer som disponerer klubbens kontoer i fellesskap, og jevnlig vurdere behovet for kriminalitets- eller underslagsforsikring.
- Oppnevne eller engasjere eventuell regnskapsfører.
- Utarbeide styrets årsberetning til årsmøtet.
- Oppdatere medlemshåndboken.

Styret kan fordele ansvarsområder og praktiske oppgaver mellom styremedlemmene og dokumentere fordelingen i en arbeidsplan eller fullmaktsmatrise. Den interne arbeidsdelingen endrer ikke styrets kollektive ansvar etter klubbens lov.

Leder

- Lede klubbens mål- og strategiarbeid.
- Være klubbens ansikt utad og representere klubben i møter og forhandlinger.
- Ivareta klubbens daglige ledelse og koordinere styrets og klubbens samlede aktivitet.
- Innkalle til styremøter, forberede sakene og lede møtene.
- Godkjenne utbetalinger sammen med økonomiansvarlig.
- Påse at valg, adresseendringer, medlemsopplysninger og andre relevante opplysninger meldes til krets, forbund og øvrige overordnede instanser innen gjeldende frister.

Nestleder

- Være stedfortreder for lederen.

- Utføre øvrige definerte oppgaver på samme måte som et ordinært styremedlem.

Andre ansvarsområder som fordeles mellom styremedlemmene

- Ansvarlig for sosiale medier og rekruttering
- Sponsoransvarlig
- Tilskuddsansvarlig
- Politiattestansvarlig
- Barneidrettsansvarlig
- Inkluderingsansvarlig
- Medlemsansvarlig
- Materialforvalter
- Ansvarlig for foreldrekontakter
- NIF-ansvarlig
- Dugnadsansvarlig
- Ansvarlig for fellesarrangementer
- Treneransvarlig
- Spondansvarlig
- Sekretær

For hvert ansvarsområde skal styret utpeke en ansvarlig person eller rolle og avklare oppgaver, fullmakter, rapportering og eventuell stedfortreder. Fordelingen skal dokumenteres i styreprotokoll, arbeidsplan eller fullmaktsmatrise og gjennomgås når styrets sammensetning eller klubbens behov endres.

Styrets arbeid

Styret skal avholde møter når lederen bestemmer det, eller når minst to styremedlemmer krever det, jf. klubbens lov § 11 (6). I tillegg har klubben som mål å gjennomføre minst seks styremøter i løpet av kalenderåret.

Styret er vedtaksført når et flertall av styremedlemmene er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene, med mindre et annet flertallskrav følger av NIFs regelverk. Ved stemmelikhet er møteleders stemme avgjørende. Styrets vedtak er bindende for alle styremedlemmene, også for dem som har stemt imot.

Styremøter kan gjennomføres fysisk, digitalt eller som en kombinasjon av disse. Det skal føres protokoll fra hvert møte, og styrets vedtak skal fremgå av protokollen.

Ved starten av hvert styremøte bør styret avklare om noen kan være inhabile i sakene som skal behandles. Et styremedlem skal i god tid opplyse om forhold som kan medføre inhabilitet. Styret avgjør habilitetsspørsmålet uten at det aktuelle medlemmet deltar i avgjørelsen, og behandlingen skal protokolleres. Reglene om inhabilitet følger av NIFs lov § 2-8 og klubbens lov § 6.

Les mer hos NIF: Forslag til styremøtemaler (idrettsforbundet.no)

Utvalg/komiteer

Årsmøtevalgte organer og styreoppnevnte komiteer og utvalg har ulike roller. Kontrollutvalg og valgkomité velges av årsmøtet når klubben er over terskelen fastsatt av Idrettsstyret. Når klubben er under terskelen, er begge organene valgfrie. Styret kan i tillegg oppnevne komiteer og utvalg for løpende eller enkeltstående oppgaver.

Når styret oppnevner en komité eller et utvalg, bør styret fastsette et tydelig mandat eller en instruks. Dokumentet bør angi formål, sammensetning, oppgaver, fullmakter, rapportering og funksjonstid. Styreoppnevnte organer arbeider på vegne av styret og innenfor rammene styret har fastsatt.

Kontrollutvalg

Kontrollutvalget er et uavhengig, årsmøtevalgt organ som skal kontrollere at styret utfører oppgavene det er tillagt etter klubbens lov. Utvalget skal ha tilgang til opplysningene og dokumentene det trenger, forelegges forslag til vedtak som skal behandles av årsmøtet og avgi beretning til årsmøtet. Dersom klubben ikke har engasjert revisor, skal kontrollutvalget også foreta regnskapsrevisjon. Årsmøtet kan vedta en instruks og gi utvalget ytterligere oppgaver, så lenge dette ikke begrenser utvalgets lovbestemte ansvar og rettigheter.

Valgkomité

Valgkomiteen er et uavhengig, årsmøtevalgt organ som skal forberede og legge frem forslag til kandidater til de vervene årsmøtet skal velge, med unntak av kandidater til valgkomiteen selv. Komiteen rapporterer til årsmøtet og skal arbeide på et selvstendig og forsvarlig grunnlag.

Valgkomiteen skal:

- Utarbeide en plan og tidsplan for arbeidet i valgperioden.
- Avklare hvilke verv som skal fylles, hvilke kandidater som ønsker gjenvalg, og hvilken kompetanse klubben trenger.
- Gi medlemmene anledning til å foreslå kandidater og ha dialog med aktuelle kandidater om valgbarhet, motivasjon, kapasitet og habilitet.
- Vurdere kandidatene selvstendig og i samsvar med NIFs regler om valgbarhet og kjønnsfordeling.
- Utarbeide en samlet innstilling til de vervene årsmøtet skal velge, med unntak av kandidater til valgkomiteen.
- Gjøre innstillingen tilgjengelig for medlemmene innen fristen som følger av klubbens lov og årsmøteinnkallingen.
- Presentere og begrunne innstillingen på årsmøtet.
- Evaluere eget arbeid etter årsmøtet og dokumentere erfaringer for neste valgperiode.

Ansatte

Klubben har for tiden ingen ansatte. Dersom klubben senere vurderer å ansette personell, skal styret følge kravene og rutinene som er beskrevet under «Arbeidsgiveransvar».

Klubbens lov

Klubben skal ha en lov som er i samsvar med NIFs regelverk og gjeldende lovnorm for idrettslag. Lovnormen angir minstekravene til hva klubbens lov skal inneholde. Klubben kan vedta tillegg, men disse kan ikke være i strid med NIFs regelverk. Ved motstrid går NIFs regelverk foran.

Lovendringer som klubben selv ønsker å gjøre, må behandles på ordinært eller ekstraordinært årsmøte, stå på saklisten og vedtas med minst to tredeler av de avgitte stemmene. Når endringer i NIFs regelverk eller lovnorm gjør det nødvendig å oppdatere klubbens lov, skal styret innarbeide endringene og informere medlemmene. Protokoll fra årsmøtet som viser vedtatte lovendringer, skal sendes til idrettskretsen til orientering.

Klubbens gjeldende lov finnes i dokumentarkivet på hjemmesiden: Dokumentarkiv | Kristiansand Kyokushin Karate

Medlemskap

Innmelding skjer i klubbens skjema i Spond. Klubben registrerer nødvendige medlemsopplysninger, blant annet navn, fødselsdato, adresse, e-post og telefonnummer. For medlemmer under 18 år registreres også kontaktopplysninger til foresatt. Opplysningene behandles i medlemssystemet i samsvar med NIFs krav.

Innmelding skjer via klubbens innmeldingsskjema i Spond: Innmeldingsskjema i Spond.

Medlemmer har tilgang til sin personlige side i Min idrett. Der kan de blant annet kontrollere og oppdatere egne personopplysninger, finne informasjon om medlemskap og lisens og melde seg på aktuelle kurs og arrangementer. Tjenesten må aktiveres av medlemmet før den tas i bruk.

For å bli tatt opp som medlem må søkeren akseptere klubbens og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak og ha gjort opp eventuelle økonomiske forpliktelser til idrettslag og andre organisasjonsledd i NIF. Medlemskapet trer i kraft når søknaden er godkjent og medlemskontingenten er betalt, i samsvar med klubbens lov og gjeldende rutiner.

Stemmerett og valgbarhet forutsetter at medlemmet har fylt 15 år, har vært medlem i minst én måned og har oppfylt sine medlemsforpliktelser.

En arbeidstaker kan være medlem av klubben og har de ordinære medlemsrettighetene som følger av NIFs regelverk. Valgbarheten er likevel begrenset for personer som utfører lønnet arbeid for klubben tilsvarende mer enn 20 prosent stilling, eller mottar mer enn én ganger folketrygdens grunnbeløp i lønn eller andre ytelser fra klubben i løpet av et kalenderår. Slike arbeidstakere er som hovedregel ikke valgbare til styre, råd, utvalg eller komiteer i klubben eller som klubbens representant i overordnede organisasjonsledd.

Utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt av klubben, med de økonomiske konsekvensene som følger av klubbens lov og gjeldende vedtak. Manglende betaling og eventuell fratakelse eller automatisk opphør av medlemskap skal håndteres etter klubbens lov

og NIFs gjeldende saksbehandlingsregler. Saker om fratakelse av medlemskap skal behandles skriftlig og forsvarlig, med rett til å uttale seg og informasjon om videre behandling.

Medlemskontingent

Gjeldende medlemskontingent og praktisk informasjon om medlemskap finnes på klubbens hjemmeside Medlemsinfo | Kristiansand Kyokushin Karate.

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og skal være minst kr 50 per kalenderår. Kontingenten gjelder hvert enkelt medlem og gir samme medlemsrettigheter uavhengig av medlemskategori, forutsatt at øvrige vilkår for stemmerett og valgbarhet er oppfylt.

Treningsavgifter

Medlemmer betaler medlemskontingent og treningsavgift. Årsmøtet fastsetter medlemskontingenten og treningsavgiften, eller gir styret fullmakt til å fastsette treningsavgiften. Gjeldende beløp, frister og betalingsinformasjon finnes på klubbens hjemmeside under medlemsinformasjon.

Forsikringsdekningen følger vilkårene i NIFs barneidrettsforsikring, Norges Kampsportforbunds lisens- og forsikringsordninger og eventuelle forsikringer klubben har tegnet. Medlemmer og foresatte må gjøre seg kjent med hvilke krav som gjelder for den aktuelle aktiviteten.

Støttemedlemskap

Personer som ønsker å støtte klubben uten å delta aktivt, kan registrere seg som støttemedlem. Støttemedlemskap er et ordinært personlig medlemskap og gir de samme medlemsrettighetene som andre medlemskategorier.

Innmelding skjer via klubbens innmeldingsskjema i Spond: Innmeldingsskjema i Spond.

Startkontingenter og deltakeravgifter

Klubben kan etter styrevedtak og innenfor vedtatt budsjett dekke hele eller deler av startkontingenter og deltakeravgifter for medlemmer. Vilkår og omfang fastsettes av styret og kommuniseres før påmelding.

Klubbens aktivitetstilbud

Før første trening skal medlemmet eller foresatte kontrollere tid og oppmøtested i Spond eller på klubbens hjemmeside. Ta kontakt med klubben på forhånd dersom utøveren trenger tilrettelegging eller informasjon om bekledning og utstyr. Ved første oppmøte får nye utøvere en kort introduksjon til treningslokalet, sikkerhetsreglene og dojoetiketten.

Gradering er en vurdering av om utøveren oppfyller gjeldende krav for neste grad. Hovedtreneren, eller en trener med delegert ansvar, informerer om krav, påmelding, tidspunkt, kostnader og nødvendig utstyr. Treneren vurderer om utøveren er faglig forberedt før påmelding. Regelmessig oppmøte er viktig, men gir ikke automatisk rett til gradering.

Oppdatert informasjon om klubbens treningstilbud, timeplan, målgrupper og påmelding finnes på klubbens hjemmeside www.krskarate.no

Barne- og ungdomsidrett

Alle som har et trenerverv i klubbens barne- og ungdomsidrett, skal gjennomføre den aldersrelevante Trenerattesten. Trenerattesten er en digital løsning som gjennomføres via Min idrett: Trenerattest (idrettsforbundet.no).

Klubben skal legge til rette for et trygt, variert og inkluderende tilbud som gir barn og ungdom idrettsglede, utvikling, medvirkning og lyst til å delta over tid.

Barneidrett

Barneidrett er idrettsaktivitet for barn til og med det året de fyller 12 år. Alle trenere, ledere og andre med ansvar for tilbudet skal kjenne og følge Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett. Aktiviteten skal tilpasses barnas alder, utvikling og modningsnivå. Klubben skal oppnevne en barneidrettsansvarlig, jf. klubbens lov § 11 (3) bokstav f.

Klubben skal særlig sikre at:

- aktiviteten skjer på barnas premisser og er tilpasset alder, fysisk utvikling og modningsnivå
- barna deltar i et trygt og inkluderende miljø, fritt for press og utnyttelse
- barna opplever vennskap, trivsel, variasjon og mestring
- barna får si sin mening og medvirke i planlegging og gjennomføring av egen aktivitet
- barna selv kan velge hvor mye de vil trene, og om de vil delta i konkurranser
- økonomi eller foresattes mulighet til å bidra ikke hindrer deltakelse
- konkurranser, reiser, rangering og premiering gjennomføres i samsvar med Bestemmelser om barneidrett og Norges Kampsportforbunds regelverk

Les mer hos NIF: Bestemmelser om barneidrett (idrettsforbundet.no)

Ungdomsidrett

Alle trenere, ledere og andre som tilrettelegger aktivitet for ungdom, skal kjenne og følge NIFs retningslinjer for ungdomsidrett. Klubben skal tilby et trygt, variert og inkluderende miljø og legge til rette for at ungdom kan utvikle seg som utøvere, trenere, dommere, ledere og frivillige.

- ungdom selv kan bestemme nivå, omfang og om de vil delta i konkurranser
- ungdom medvirker i planlegging og gjennomføring av egen aktivitet og i fastsettelsen av egne sportslige mål
- tilbudet omfatter både dem som ønsker konkurranse og dem som ønsker et rent trenings- og sosialt tilbud
- miljøet er trygt, inkluderende og fritt for rus og mobbing
- ungdom får tilbud om relevante trener-, leder- og dommerkurs ut fra kvalifikasjoner og interesse

- ungdom får reell mulighet til å påvirke klubbens aktivitet og organisasjon, blant annet gjennom stemmerett fra fylte 15 år når øvrige vilkår er oppfylt
- kostnader holdes på et nivå som gjør deltakelse mulig for flest mulig

Les mer hos NIF: Retningslinjer for ungdomsidrett

Aktivitetsplan og terminliste

Klubbens oppdaterte aktivitetsplan publiseres i Spond og omfatter blant annet treninger, samlinger, graderinger, konkurranser og andre arrangementer: Spond.

Medlemmer og foresatte har selv ansvar for å følge med på informasjon om påmeldingsfrister, oppmøtetider og endringer i Spond.

Eksterne stevner og samlinger kan også være publisert i Norges Kampsportforbunds arrangementskalender, Norges Kyokushin Organisasjons terminliste og på Smoothcomp. Informasjonen i Spond gjelder for klubbens deltakelse og påmelding.

Klubbens hjemmeside, www.krskarate.no, gir generell informasjon om treningstilbudet og medlemskap.

Retningslinjer

Utøver

Utøvere skal kjenne og følge:

- klubbens verdier, visjon og virksomhetsidé
- treningstilbud, aktivitetsplan og påmeldingsrutiner
- regler om medlemskap, kontingent og forsikring
- regler for trygg trening, dojoetikette, graderinger og konkurranser
- forventninger om respektfull opptreden, inkludering og antidoping
- klubbens ordninger for dugnad og frivillig arbeid

Utøvere skal møte presise og forberedt, bruke påkrevd utstyr og følge trenerens instrukser og sikkerhetsreglene. De skal vise respekt for medutøvere, motstandere, trenere, dommere og arrangører og bidra til at alle føler seg inkludert. Fravær, skade eller behov for tilrettelegging bør meldes til treneren så tidlig som mulig. Ved gradering og konkurranse skal utøveren følge reglene fra NKF, NKO og arrangøren og opptre i tråd med klubbens verdier.

Forelder/foresatt

Foreldre og foresatte skal kjenne og følge:

- klubbens verdier, visjon og virksomhetsidé
- treningstilbud, aktivitetsplan og kommunikasjonskanaler
- regler om medlemskap, kontingent og forsikring
- Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett

- klubbens politiattestordning og rutiner for trygge idrettsmiljøer
- ordninger for dugnad og frivillig arbeid
- klubbens forventninger til foresattes opptreden på trening, gradering, samlinger og konkurranser

Foreldre og foresatte skal bidra til et trygt og inkluderende miljø rundt barna. Hold kontaktopplysningene oppdatert, følg med på informasjon i Spond, og overhold påmeldings- og betalingsfrister. Gi treneren nødvendige opplysninger om helse, allergier eller behov for tilrettelegging. Ta spørsmål og bekymringer opp saklig med treneren eller klubbens ansvarlige. Personlige eller fortrolige forhold skal ikke deles i åpne gruppekanaler.

Foresattes holdninger og handlinger påvirker barnas opplevelse av idretten. Støtten skal ta utgangspunkt i barnets egne ønsker, idrettsglede, vennskap, mestring og utvikling – ikke i resultatpress.

Anbefalinger om hvordan være en god idrettsforelder:

1. La barnet selv velge om og hvor mye det vil delta, og lytt til barnets synspunkter.
2. Legg vekt på trivsel, innsats, læring og vennskap fremfor resultater.
3. Husk at barn på samme alder kan ha ulik fysisk, sosial og mental utvikling.
4. Gi ros for innsats, utvikling og respektfull opptreden.
5. Vis respekt for alle utøvere, trenere, dommere, arrangører og andre foresatte.
6. Støtt treneren og unngå tekniske instrukser fra sidelinjen under trening og konkurranse.
7. Følg arrangørens regler og bidra til en trygg, rolig og positiv ramme rundt aktiviteten.
8. Ta spørsmål eller bekymringer opp direkte og saklig med treneren eller klubbens ansvarlige.
9. Bidra innenfor egne muligheter til klubbens fellesskap og frivillige arbeid.

Trener

Alle trenere skal ha en skriftlig avtale med klubben og representere klubben i trenervervet. Trenere som arbeider med barn og ungdom, skal ha gjennomført den aldersrelevante Trenerattesten. Trenere med oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming, skal fremvise politiattest etter NIFs ordning. Alle trenere skal bidra til et trygt, inkluderende og faglig forsvarlig tilbud og kjenne:

- klubbens verdier, visjon, virksomhetsidé og sportslige plan
- aktivitetstilbud, gruppeinndeling og sikkerhetsrutiner
- regler om medlemskap, forsikring og skadehåndtering
- NIFs regler for barne- og ungdomsidrett, politiattest, antidoping og varsling
- NKFs konkurranseregler og krav til startberettigelse for de aktivitetene klubben deltar i
- NKOs tekniske retningslinjer, graderingsbestemmelser og dojoetikette for Shinkyokushin
- klubbens forventninger til trenerrollen og tilgjengelige kompetansetiltak
- vilkår for eventuelt honorar, utstyr, bekledning og kursstøtte

Hovedtrener

Hovedtreneren har det overordnede faglige ansvaret for treningsaktiviteten innenfor styrets planer, budsjett og fullmakter. Rollen omfatter koordinering av trenergruppen og oppfølging av trening, graderinger og konkurranseforberedelser i samsvar med klubbens verdier og regler fra NIF, NKF og NKO. Økonomiske forpliktelser, ansettelser, disiplinære reaksjoner og endringer i vedtatte tilbud behandles av styret eller etter særskilt fullmakt.

Oppgaver

- Utarbeide og følge opp klubbens sportslige plan i samarbeid med styret og trenergruppen.
- Rapportere jevnlig til styret om sportslig aktivitet, utviklingsbehov og avvik.
- Bidra til aktivitetsplan, terminliste, gruppeinndeling og trenerbemanning.
- Planlegge og lede trenermøter og faglig erfaringsdeling.
- Foreslå trenere for styret og påse at trenerne har skriftlig avtale, nødvendig kompetanse, Trenerattest og politiattest der dette kreves.
- Fordele ansvar for treningsgruppene og følge opp trenernes arbeid og utvikling.
- Koordinere gradering, konkurranseforberedelser og sportslig støtteapparat i samsvar med NKFs og NKOs regelverk.
- Sørge for relevant informasjon til utøvere og foresatte.
- Rapportere til styret etter konkurranser, samlinger og treningsleirer når det er relevant.
- Bidra til klubbens årsberetning med en oppsummering av den sportslige aktiviteten.

Trener

Treneren har ansvar for planlegging, gjennomføring og oppfølging av den tildelte treningsgruppen og rapporterer til hovedtreneren. Aktiviteten skal tilpasses utøvernes alder, nivå og behov og gjennomføres i samsvar med klubbens sportslige plan og gjeldende regler.

Oppgaver

- Fastsette sportslige og sosiale mål for treningsgruppen i samsvar med klubbens sportslige plan.
- Planlegge og lede treningene, eventuelt i samarbeid med andre trenere og hjelpetrenere.
- Gjennomføre Trenerattesten og fremvise politiattest når oppgaven omfattes av NIFs krav.
- Holde seg faglig oppdatert og delta i klubbens trenerforum og relevante kurs.
- Møte forberedt og i god tid til trening, gradering, samling og konkurranse.
- Ha tydelig og respektfull dialog med utøvere og foresatte.
- Lede og følge opp utøvere under graderinger, samlinger og konkurranser innenfor egen kompetanse og fullmakt.
- Følge NIFs barne- og ungdomsregler, NKFs konkurranseregler og NKOs tekniske og graderingsmessige bestemmelser.
- Påse at egen og utøvernes opptreden er i samsvar med klubbens verdier, dojoetikette og retningslinjer.

- Følge med på informasjon fra klubben og representere klubben på en god måte.

Treneravtale og klubbdokumenter finnes i dokumentarkivet på klubbens hjemmeside: Dokumentarkiv | Kristiansand Kyokushin Karate

Les mer hos NIF om trenerutdanning og Trenerattesten.

Lagleder og reiseleder

Laglederen eller reiselederen har ansvar for de praktiske og administrative oppgavene rundt en treningsgruppe, samling eller konkurranse. Treneren har ansvar for den sportslige gjennomføringen og oppfølgingen av utøverne i aktiviteten. Før aktiviteten starter, skal klubben avklare hvem som har ansvar for informasjon, påmelding, transport, overnatting, deltakernes trygghet, sportslige beslutninger og rapportering av hendelser.

Lagleder og reiseleder bør være kjent med

- klubbens verdier, aktiviteter og kommunikasjonsrutiner
- regler om medlemskap, forsikring og påmelding
- politiattestordningen og kravene til trygge idrettsmiljøer
- NKFs og NKOs regler og praktiske krav for den aktuelle aktiviteten
- klubbens retningslinjer for foresatte, reiser og representasjon
- vilkår for utstyr, bekledning, utgiftsdekning og kurs

Oppgaver

- Ha oppdaterte deltaker- og kontaktlister og nødvendig informasjon om foresatte.
- Formidle praktisk informasjon til utøvere, trenere og foresatte.
- Bistå med påmelding til stevner, samlinger og graderinger etter avklaring med trener og klubb.
- Koordinere transport, overnatting, måltider og oppmøtetider ved reiser.
- Kontrollere at nødvendige forsikringer, samtykker og reisedokumenter er på plass.
- Sørge for at nødvendig førstehjelpsutstyr og praktisk materiell er tilgjengelig.
- Bistå treneren og arrangøren uten å overta sportslige eller dommerfaglige oppgaver.
- Følge klubbens retningslinjer for økonomi og dokumentere eventuelle utlegg.
- Rapportere hendelser, avvik og praktiske erfaringer til klubbens ansvarlige.

Dommer

Klubben er avhengig av kvalifiserte dommere for å kunne gjennomføre og delta i konkurranseaktivitet. Dommere skal opptre uavhengig, upartisk og respektfullt og følge det konkurranseregelverket som gjelder for den aktuelle grenen. NKF fastsetter konkurranseregler, regler om startberettigelse og krav til dommerfunksjoner for forbundets arrangementer.

Dommere skal kjenne:

- klubbens verdier og forventninger til representasjon

- gjeldende konkurranse-, sikkerhets- og protestregler
- krav til dommerkurs, praksis og autorisasjon på aktuelt nivå
- regler om habilitet, upartiskhet og etisk opptreden
- relevante medlems- og forsikringskrav
- klubbens vilkår for utstyr, bekledning og kurs

Alkohol

Kristiansand Kyokushin Karate skal være en trygg og inkluderende klubb og har tydelige retningslinjer for alkohol.

Barn og unge under 18 år skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trenere, ledere, reiseledere, foresatte og andre ansvarspersoner skal være edru når de har ansvar for barn og unge, og skal ikke drikke alkohol i samvær med mindreårige deltakere.

Klubben skal informere medlemmer og foresatte om at alkohol kan svekke vurderingsevne, prestasjon, restitusjon og sikkerhet og øke risikoen for uønskede hendelser.

Det skal ikke nytes alkohol under trening, graderinger, konkurranser eller andre aktiviteter for barn og unge. Tribuner og publikumsområder skal være trygge, familievennlige og alkoholfrie i tilknytning til konkurranseaktivitet. Ansvarlige på reiser i klubbens regi skal alltid være edru.

Klubben skal ha en restriktiv holdning til samarbeid med virksomheter som har en vesentlig del av sin virksomhet knyttet til salg av alkoholholdige produkter.

Norsk alkohollovgivning gjelder for alle som deltar på idrettsarrangementer i Norge, også internasjonale deltakere, ledere og arrangører.

Markedsføring og profilering av alkoholholdig drikk skal følge alkoholloven og tilhørende forskrifter. Klubben skal ikke inngå eller gjennomføre avtaler som innebærer ulovlig alkoholreklame.

Les mer i NIFs retningslinjer om alkohol og hos Av-og-til, som tilbyr råd og verktøy for alkoholretningslinjer i idrettslag.

Mobbing og krenkende atferd

Kristiansand Kyokushin Karate har nulltoleranse for mobbing, trakassering og annen krenkende atferd på trening, graderinger, konkurranser, samlinger, reiser, i garderober og i digitale kanaler. Ved akutt fare for liv eller helse skal nødetatene kontaktes. Andre kritikkverdige forhold meldes til styreleder eller klubbens varslingskontakt. Dersom saken gjelder disse personene, eller intern varsling ikke oppleves trygg, kan NIFs eller Norges Kampsportforbunds varslingskanal brukes.

Trenere og ledere skal forebygge mobbing og reagere straks når de ser, mistenker eller får kjennskap til krenkende handlinger. Alle som opplever eller observerer slike forhold, skal kunne si fra og bli møtt på en trygg, respektfull og seriøs måte.

Mobbing består normalt av gjentatte negative handlinger fra én eller flere personer mot en annen og kan utvikle seg til systematiske krenkelser over tid. Den kan være fysisk, verbal, psykisk eller digital. Også enkeltstående tilfeller av trakassering, diskriminering, trusler eller andre krenkelser skal tas på alvor. Klubben skal lytte til den som er utsatt, ivareta tryggheten og behandle saken forsvarlig og uten unødig opphold.

Når mobbing eller annen krenkende atferd oppdages eller meldes, skal klubben følge disse rådene:

1. Stans handlingene og ivareta tryggheten til den som er utsatt.
2. Snakk med den som er utsatt, lytt uten å bagatellisere, avklar hva personen trenger, og noter relevante opplysninger på en forsvarlig måte.
3. Når saken gjelder et barn, involver foresatte så tidlig som mulig, med mindre hensynet til barnets sikkerhet tilsier en annen fremgangsmåte.
4. Snakk separat med den eller dem som står bak handlingene. Gjør det tydelig at atferden er uakseptabel og skal opphøre umiddelbart, og avtal konkrete tiltak og tidspunkt for oppfølging.
5. Følg opp alle involverte til krenkelsene har opphørt og et trygt miljø er gjenopprettet. Vurder også forebyggende tiltak i gruppen.
6. Informer styret og be om råd når det er nødvendig. Kritikkverdige forhold kan varsles til klubben eller gjennom varslingskanalene til Norges Kampsportforbund eller NIF. Ved fare for liv eller helse skal nødetatene kontaktes.

Les mer hos NIF om mobbing, NIF om varsling og Norges Kampsportforbund om varsling av kritikkverdige forhold.

Seksuell trakassering og overgrep

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

Kristiansand Kyokushin Karate har nulltoleranse for diskriminering, trakassering og hets på grunnlag av blant annet kjønn, etnisk bakgrunn, livssyn, seksuell orientering og funksjonsnedsettelse. Klubben skal fremme toleranse, forståelse og respekt for menneskers likeverd.

Alle i idretten skal bidra til å skape trygge miljøer for barn, unge og voksne. Voksne skal respektere utøvernes personlige grenser og aldri overskride grensene for akseptabel atferd.

Med seksuell trakassering menes uønsket seksuell oppmerksomhet som oppleves som plagsom eller krenkende av den som rammes.

Med seksuelle overgrep menes å lure eller påtvinge et annet menneske seksualitet som det ikke ønsker, eller er utviklingsmessig i stand til å gi sitt samtykke til.

Følgende retningslinjer gjelder i hele norsk idrett:

1. Behandle alle med respekt, og avstå fra alle former for kommunikasjon, handling eller behandling som kan oppleves som krenkende.
2. Unngå berøringer som kan oppleves som uønsket.

3. Unngå alle former for verbal intimitet som kan oppleves som seksuelt ladet.
4. Unngå uttrykk, vitser og meninger som omhandler utøveres kjønn eller seksuelle orientering på en negativ måte.
5. Tilstrebe å ha begge kjønn representert i støtteapparatet.
6. Unngå kontakt med utøvere i private rom uten at det er flere til stede eller det er avtalt med foresatte eller idrettsledelsen.
7. Vise respekt for utøverens, trenerens og lederens privatliv.
8. Unngå doble relasjoner. Dersom et gjensidig forhold etableres, bør situasjonen tas opp og avklares åpent i miljøet.
9. Ikke tilby noen form for motytelse med sikte på å kreve eller forvente seksuelle tjenester i retur.
10. Gripe inn og varsle dersom man opplever brudd på disse retningslinjene.

Støtteapparatet, herunder trenere, ledere, tillitsvalgte, funksjonærer, dommere og foresatte, har hovedansvaret for å gjøre retningslinjene kjent og sikre at de følges i klubben og idrettsmiljøet.

For mer informasjon om bakgrunn, fakta, forebygging og oppfølging vises det til informasjon om temaet seksuell trakassering og seksuelle overgrep i idretten på Seksuell trakassering og overgrep (idrettsforbundet.no)

Reiser i regi av klubben

Alle som representerer Kristiansand Kyokushin Karate på reiser, skal følge klubbens verdier, lov, retningslinjer og vedtak samt relevante regler fra NIF, NKF, NKO og arrangøren. Retningslinjene gjelder ved konkurranser, treningssamlinger, graderinger og andre aktiviteter der klubben organiserer reisen eller opptrer som samlet delegasjon.

Klubbreiser skal være trygge, inkluderende og godt planlagt. Reiseopplegget skal ivareta mat, drikke, søvn, restitusjon og sosiale forhold. Treneren har ansvar for den sportslige gjennomføringen, mens reiselederen koordinerer reisen og ivaretar deltakernes trygghet utenfor aktiviteten. Ansvarsdelingen skal avklares før avreise.

Styret, eller den styret har gitt fullmakt, skal oppnevne en hovedansvarlig reiseleder før hver reise. Reiselederen har nødvendig myndighet fra avreise til alle deltakerne er levert eller reisen er avsluttet. Ved flere reiseledere skal ansvarsfordelingen være skriftlig avklart. Personer med oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming, skal ha fremvist politiattest i samsvar med NIFs og NKFs ordning.

1. **Planlegging:** Før avreise skal reiselederen ha reiseplan, deltaker- og kontaktliste, transport- og overnattingsopplysninger, oppmøte- og hentetider, budsjett, forsikringsinformasjon, nødvendige samtykker og en plan for håndtering av avvik og nødsituasjoner.
2. **Barn og ungdom:** Reiseopplegget skal være tilpasset deltakernes alder, modenhet og behov og følge Idrettens barnerettigheter, Bestemmelser om barneidrett og NKFs tilpasninger. For konkurranser gjelder de alders- og geografibegrensningene som følger av disse bestemmelsene.

3. **Følge og ansvar:** Klubben fastsetter følgende interne trygghetskrav for reiser med mindreårige: Barn under 10 år skal ha følge av foresatt eller en annen voksen som foresatte skriftlig har gitt ansvar, ved reiser med overnatting. Ved utenlandsreiser skal barn under 12 år ha med foresatt. For førstegangsreisende på 12–13 år vurderer klubben sammen med foresatte om foresatt skal delta. Kravene skal praktiseres i samsvar med Idrettens barnerettigheter, Bestemmelser om barneidrett og gjeldende regler fra NKF. Klubben kan stille strengere krav når hensynet til trygghet tilsier det.
4. **Bemanning og tilsyn:** Antall ansvarlige voksne skal tilpasses gruppens størrelse, alder, behov, reisemål og aktivitet. Ingen voksen skal ha eneansvar for flere deltakere enn det som er forsvarlig. Foresatte som deltar, skal bistå etter avtale med reiselederen.
5. **Kontakt og oversikt:** Reiselederen skal til enhver tid ha forsvarlig oversikt over deltakerne, etablere møteplasser og kontrollrutiner og sørge for at alle vet hvem de skal kontakte. Deltakerne skal få nødvendig informasjon om program, bosted, måltider, transport, sikkerhet og lokale regler.
6. **Transport og overnatting:** Transport, romfordeling og tilsyn skal organiseres slik at barn og unge er trygge og deres privatliv ivaretas. Voksne skal ikke dele rom med mindreårige de ikke er foresatt for, med mindre særlige forhold gjør det nødvendig og dette er avklart med foresatte og klubbens ledelse. Én voksen skal så langt som mulig ikke være alene med én mindreårig i private eller avskjermede rom.
7. **Mat, søvn og restitusjon:** Reiselederen skal i samråd med treneren planlegge måltider, tilgang til drikke, leggetider og ro. Det skal tas hensyn til allergier, matbehov, konkurransetider og individuelle behov som er meldt på forhånd.
8. **Helse og medisiner:** Foresatte eller myndige deltakere skal før avreise gi klubben de opplysningene om allergier, sykdom, tilretteleggingsbehov og medisiner som er nødvendige for en trygg gjennomføring. Det skal avtales skriftlig hvem som har ansvar for oppbevaring av medisiner, og hvilken bistand klubbens ansvarlige eventuelt skal gi. Reiselederen skal ha egnet førstehjelpsutstyr og kjenne lokale rutiner for medisinsk hjelp. Legemidler skal ikke deles ut uten forhåndsavtale eller annet forsvarlig grunnlag. Helseopplysninger skal bare være tilgjengelige for personer som trenger dem for å ivareta deltakeren.
9. **Sportslig gjennomføring:** Treneren har ansvar for oppmøte til innveiing, øvelser, kamper, graderinger og andre sportslige aktiviteter. Reiselederen håndterer praktiske og sosiale forhold og skal ikke overta trener- eller dommerfaglige oppgaver.
10. **Atferd og trygghet:** Alle skal opptre respektfullt og følge klubbens regler om mobbing, krenkende atferd, varsling, antidoping og alkohol. Trenere, reiseledere og andre ansvarspersoner skal være edru under hele reisen. Bruk av ulovlige rusmidler er forbudt.
11. **Hendelser og varsling:** Reiselederen skal straks ivareta sikkerheten, kontakte nødetatene ved behov og varsle styreleder eller klubbens utpekte kontaktperson om alvorlige ulykker, savnede deltakere, dødsfall, mistanke om vold eller andre alvorlige krenkelser, økonomiske misligheter og vesentlige brudd på klubbens regler. Kritikkverdige forhold skal håndteres etter klubbens og idrettens varslingsrutiner.
12. **Bilder og publisering:** Bilder, film og reiserapporter kan bare publiseres i samsvar med klubbens kommunikasjonsrutiner og gjeldende samtykker. Et barns ønske om ikke å bli fotografert eller publisert skal respekteres.

13. **Økonomi:** Innkjøp og utlegg skal være forhåndsavklart og følge klubbens budsjett og fullmakter. Krav om refusjon leveres til økonomiansvarlig senest én uke etter hjemkomst med kvitteringer og nødvendig dokumentasjon.
14. **Hjemkomst og etterarbeid:** Reiselederen skal sikre at mindreårige blir hentet på avtalt sted av riktig person. Hendelser, avvik og forbedringspunkter rapporteres til styret eller den styret har utpekt, og personopplysninger oppbevares og slettes i samsvar med klubbens rutiner.

Klubbdrift

Denne delen beskriver klubbens drift og oppfølging. Styret har det overordnede ansvaret for at virksomheten følger klubbens lov, årsmøtevedtak og regelverket fra NIF og NKF. Oppgaver kan delegeres, men styrets samlede ansvar består.

Årshjul



Årshjulet skal vise klubbens faste oppgaver, frister, ansvarlige roller og dokumentasjonskrav. Det skal minst omfatte årsmøte, rapportering, økonomioppfølging, forsikringer, politiattester, aktivitet, rekruttering, kompetansetiltak og årlig revisjon av medlemshåndboken. Styret gjennomgår årshjulet ved årets start, oppdaterer det ved endringer og sørger for at det er tilgjengelig for ansvarlige roller.

Kurs og utdanning

Klubben skal arbeide planmessig med kompetanseutvikling for trenere, ledere, dommere og andre tillitsvalgte og frivillige. Behov vurderes ut fra klubbens aktivitet, rollekrav og utviklingsmål. Aktuelle tiltak kan være Trenerattesten, trener-, leder- og dommerutdanning, faglige samlinger, e-læring og veiledning i regi av NIF, idrettskretsen, NKF eller NKO. Deltakelse og eventuell kostnadsdekning skal avklares på forhånd med styret eller den styret har gitt fullmakt.

Dugnad og frivillig arbeid

Dugnad og frivillig innsats bidrar til klubbens aktivitet, økonomi og fellesskap. Klubben kan invitere medlemmer og foresatte til oppgaver med tydelig informasjon om innhold, tidspunkt og kontaktperson. Det er frivillig å delta, og ingen kan få gebyr eller andre reaksjoner dersom de ikke deltar. Eventuelle ordninger for frivillig arbeid, inntektsgivende aktiviteter eller alternativer til dugnad skal være behandlet av styret og kommunisert tydelig.

Les mer i NIFs retningslinjer for dugnad.

Politiattest

Kristiansand Kyokushin Karate skal kreve fremvisning av politiattest uten merknader fra alle personer over 15 år som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming. Kravet gjelder uavhengig av om personen er ansatt, tillitsvalgt eller frivillig, og kan blant annet omfatte trenere, hjelpeinstruktører, lagledere, reiseledere og andre støttefunksjoner. Styret skal oppnevne en politiattestansvarlig og en vara og sørge for at ordningen følges.

1. Politiattestordningen skal bidra til å forebygge at personer som er uegnet til slike oppgaver, får et tillits- eller ansvarsforhold overfor barn, unge eller personer med utviklingshemming.
2. Ingen kan tiltre eller fortsette i en oppgave som omfattes av ordningen før politiattesten er fremvist og kontrollert etter NIFs rutiner. Klubben skal bare registrere at attesten er fremvist, datoen for fremvisningen og nødvendig status. Selve attesten skal ikke oppbevares av klubben.
3. Dersom attesten har merknader som omfattes av politiattestordningen, skal saken behandles fortrolig og i samsvar med NIFs gjeldende veiledning. Personen kan ikke settes til eller fortsette i en oppgave som omfattes av attestkravet.

Politiattestansvarlig skal identifisere hvilke roller som omfattes, bekrefte formålet med søknaden, følge opp fremvisning og føre nødvendig oversikt i Idrettens politiattesttjeneste eller

annen løsning godkjent av NIF. Den enkelte søker beholder attesten. Les mer hos NIF om politiattest i idretten og hos Norges Kampsportforbund om politiattest.

Klubbens antidopingarbeid

Kristiansand Kyokushin Karate og klubbens medlemmer er underlagt NIFs antidopingregelverk. Klubben har nulltoleranse for doping og skal arbeide systematisk for en ren, trygg og helsefremmende idrett. Utøvere, trenere, ledere og støttepersonell har ansvar for å kjenne og følge gjeldende regler, herunder dopinglisten og bestemmelsene om medisinsk fritak. Klubben skal følge opp tiltakene i Antidoping Norges program Rent Idrettslag og sørge for resertifisering når dette kreves. NKF oppfordrer alle medlemsklubber til å være Rent Idrettslag og alle utøvere til å gjennomføre e-læringsprogrammet Ren Utøver.

Informasjon og verktøy finnes hos Antidoping Norge om Rent Idrettslag og hos Norges Kampsportforbund om antidoping. Ved aktivitet i NKO-regi skal også NKOs vedtekter, verdier og relevante arrangementsbestemmelser følges.

Kommunikasjon

Klubbens kommunikasjon skal være tydelig, korrekt, tilgjengelig og i samsvar med klubbens verdier. Styret har det overordnede ansvaret for at medlemmer, foresatte, tillitsvalgte og andre berørte får nødvendig informasjon til rett tid. Personopplysninger, bilder og fortrolige opplysninger skal behandles i samsvar med gjeldende regler og klubbens rutiner.

Klubben bruker nettsiden til offentlig og varig informasjon og Spond til treninger, påmeldinger, arrangementer, frister og praktiske endringer. Medlemmer og foresatte skal holde kontaktopplysningene oppdatert, følge informasjonen for sine grupper og svare innen oppgitte frister. Personlige eller fortrolige forhold skal tas direkte med treneren eller klubbens ansvarlige, ikke deles i åpne kanaler.

Ansvar for publisering og kanalforvaltning skal være avklart av styret. Henvendelser og kritikkverdige forhold som ikke egner seg i åpne kanaler, skal sendes direkte til klubbens ansvarlige eller håndteres gjennom klubbens varslingsrutiner. Se også NIFs veiledning om klubbhåndbok.

Arbeidsgiveransvar

Kristiansand Kyokushin Karate har for tiden ingen ansatte. Dersom klubben inngår et arbeidsforhold, har styret arbeidsgiveransvaret og skal sørge for skriftlig arbeidsavtale, forsvarlig organisering, lønns- og rapporteringsrutiner, nødvendig forsikring, systematisk HMS-arbeid og etterlevelse av arbeidsmiljøloven og annet relevant regelverk. Avtaler med trenere eller andre oppdragstakere skal være skriftlige og tydelig angi rolle, oppgaver, fullmakter, godtgjørelse og om forholdet er et arbeids- eller oppdragsforhold. NKFs Klubbpakka kan brukes som støtte for avtaler og arbeidsgiverrutiner.

Sikkerhetsarbeid (HMS)

Styret har det overordnede ansvaret for at klubbens aktiviteter gjennomføres forsvarlig. Sikkerhetsarbeidet skal omfatte treninger, graderinger, konkurranser, arrangementer, dugnader, reiser og bruk av lokaler og utstyr. Klubben skal kartlegge risiko, fastsette forebyggende tiltak, gi nødvendig opplæring og sørge for tydelige rutiner for førstehjelp, brann, evakuering, skader, ulykker og andre avvik. Ansvarlige skal kjenne rutinene og vite hvem som skal varsles. Hendelser og nestenulykker skal registreres, følges opp og brukes til forbedring. Ved aktiviteter i regi av NKF eller NKO skal også arrangørens sikkerhets- og konkurransebestemmelser følges.

Økonomi

Styret har det overordnede og kollektive ansvaret for at klubbens midler forvaltes forsvarlig, brukes i samsvar med formålet, budsjettet og årsmøtets vedtak, og følges opp gjennom tydelige rutiner for budsjett, regnskap, betaling og intern kontroll.

Styret kan delegere praktiske økonomioppgaver til økonomiansvarlig, kasserer, regnskapsfører eller andre som har fått skriftlig fullmakt. Delegeringen endrer ikke styrets ansvar. Ingen skal alene kunne registrere, godkjenne og utbetale samme transaksjon.

Styrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi:

- Fastsette en skriftlig fullmaktsmatrise og tydelig rolle- og ansvarsdeling for attestasjon, godkjenning, betaling, bokføring og kontroll.
- Utarbeide forslag til et realistisk budsjett som legges frem for årsmøtet, og følge opp vesentlige avvik gjennom året.
- Sørge for at regnskapet føres fortløpende, dokumenteres og avstemmes, og at styret mottar periodiske økonomirapporter.
- Sørge for at alle klubbens inn- og utbetalinger går gjennom bankkonto i klubbens navn.
- Oppnevne minst to personer som disponerer klubbens bankkonto i fellesskap, slik at ingen kan overføre eller ta ut penger alene.
- Vurdere klubbens forsikringsbehov jevnlig og kontrollere at eventuell kriminalitets- eller underslagsdekning er tilstrekkelig. Slik forsikring er ikke lenger et generelt lovkrav for idrettslag.
- Samarbeide med kontrollutvalget når klubben har et årsmøtevalgt kontrollutvalg, og sørge for revisjon og kontroll i samsvar med klubbens lov, NIFs regelverk og klubbens størrelse og omsetning.

Klubben bør ha en styrevedtatt økonomihåndbok som er tilpasset virksomhetens størrelse og risiko. Den bør minst beskrive budsjett, regnskapsføring, inntekter, innbetalinger, utbetalinger, refusjoner, lønn og godtgjørelser, fullmakter, kontroll, rapportering, revisjon og arkivering.

Se NIFs verktøykasse for klubbøkonomi og NIFs mal og veiledning for økonomihåndbok.

Forsikringer

Barn er omfattet av NIFs barneidrettsforsikring til den datoen de fyller 13 år når de er medlem av et idrettslag tilsluttet NIF eller deltar i organisert aktivitet i klubbens regi, innenfor forsikringsvilkårene. Registrerte medlemmer fra 13 år omfattes av Norges Kampsportforbunds gjeldende basisforsikring etter forbundets vilkår. Medlemmer og foresatte skal gjøre seg kjent med dekningsomfang, egenandeler og rutiner for skademelding.

Styret skal minst årlig kontrollere at forsikringsavtalene er gyldige og tilpasset klubbens virksomhet, herunder behov for eiendels-, ansvars-, kriminalitets-, styreansvars- og ulykkesdekning. Det konkrete dekningsomfanget følger alltid gjeldende forsikringsbevis og vilkår. Ved skade skal hendelsen meldes uten ugrunnet opphold gjennom riktig ordning. Se NIFs informasjon om barneidretts- og klubbforsikring og NKFs informasjon om medlemsforsikringer.

Maler og eksempler

Klubben bruker standardiserte maler for å sikre forsvarlig saksbehandling, dokumentasjon og kontinuitet. Styret styrer tilgangen, og personopplysninger og fortrolig informasjon skal bare være tilgjengelig for personer med tjenstlig behov.

Før bruk skal ansvarlig kontrollere at malen er oppdatert og i samsvar med klubbens lov, årsmøtets og styrets vedtak samt gjeldende regler og veiledning fra NIF og NKF. NIFs og NKFs maler er veiledende og må tilpasses klubbens organisering og den aktuelle saken. Ved motstrid gjelder klubbens lov og overordnet regelverk foran en intern mal.

- Innkalling og saksliste til styremøte
- Protokoll fra styremøte
- Innkalling og saksliste til ordinært eller ekstraordinært årsmøte
- Huskeliste og sjekkliste for årsmøtet før, under og etter møtet
- Styrets årsberetning til årsmøtet
- Protokoll fra ordinært eller ekstraordinært årsmøte
- Årshjul med frister, faste oppgaver, ansvar og tidspunkt for oppfølging