



Sportslig plan

SPORTSLIG PLAN FOR FLINT HÅNDBALL

Sportslig plan

Dokumentkontroll

Funksjon	Styret	Rev. nr.	1.0
Eier	Sportslig Leder	Dokument nr.	1.0 – Sportslig plan
Godkjent av	Styret Flint Håndball	Dato	10.02.2021

Siste Oppdateringer

Versjon	Dato	Forfatter	Endringer (Se også endringslogg siste side)
0.1	11.01.2021	HH/OM/TE/EB	Dokument opprettet
0.2	18.01.2021	HH/OM/TE/EB	For gjennomgang av Styre
0.3	28.01.2021	HH/OM/TE/EB	For gjennomgang av SU/UU/BU
1.0	10.02.2021	HH/OM/TE/EB	Første utgave



Innholdsfortegnelse

1	Innledning	1
1.1	Hensikt	1
1.2	Hvem planen gjelder for	1
1.3	Hvordan planen er blitt utarbeidet	1
1.4	Hvordan planen revideres	1
2	Flint Håndballs formål, verdier og visjon	2
2.1	Formål	2
2.2	Verdier	2
2.3	Visjon	3
3	Sportslig ambisjoner	4
3.1	Målsettinger	4
3.2	Sportslig strategi	5
4	Retningslinjer og ansvar	6
4.1	Retningslinjer og ansvar for trenere	6
4.1.1	Trenerens hovedoppgave	6
4.1.2	Planlegging	7
4.1.3	Kamp og trening	7
4.1.4	Laguttak til kamp	7
4.1.5	Påvirke treningstider	8
4.1.6	Fravær	8
4.1.7	Retningslinjer og ansvar for spillere	8
4.2	Retningslinjer og ansvar for lagledere	8
4.3	Retningslinjer og ansvar for forelder	9
4.4	Retningslinjer og ansvar for dommerkoordinator, dommere og dommerutviklere	9
5	Organisering	11
5.1	Barnehåndball (6-12 år)	12
5.2	Ungdomshåndball (13-18 år)	13
5.3	Overgang til seniorhåndball (15-18 år)	15
5.4	Seniorhåndball	16
5.5	Kamper og seriespill	17



1 Innledning

1.1 Hensikt

Den sportslige planen er klubbens styringsverktøy for trenere og lagledere. Den sportslige planen skal sikre at alle klubbens aktiviteter er basert på samme utgangspunkt.

Overordnet kan vi si at den sportslig planen skal danne grunnlag for kontinuitet, bygge trygghet og kompetanse, forebygge konflikter og være et praktisk verktøy for alle ledere og trenere i klubben. Planen skal bidra til best mulig opplevelse og utviklingsarena for spillere i Flint Tønsberg Håndball på alle nivåer.

1.2 Hvem planen gjelder for

Planen skal være godt forankret hos alle i klubben, og skal praktiseres i all daglig aktivitet. Den skal gjennomføres som en naturlig del i klubbens fora for trenere og ledere.

1.3 Hvordan planen er blitt utarbeidet

Planen er utarbeidet av en arbeidsgruppe fra klubbens styre bestående av representanter fra Senior Utvalget (SU), Ungdomsutvalget (UU) og Barneutvalget (BU). Planen har vært på høring hos hovedtrener for Damelaget før den er lagt ut for kommentarer blant alle trenere og lagledere i klubben.

Den sportslige planen bygger på en skisse til en Sportslig plan for perioden 2018-2023, utviklet av den gang sportslig leder, hovedtrener, assistenttrener damelaget, samt trenere fra klubbens barne- og ungdomsutvalg.

1.4 Hvordan planen revideres

Planen er gjeldende i 5 år, men skal evalueres og eventuelt justeres ved sesongslutt i gyldighetsperioden.

Den sportslige planen er utarbeidet av en arbeidsgruppe bestående av representanter fra UU/SU/Styret og er gjennomgått av klubbens styre. Endringer skal godkjennes av styret.

Den sportslige planen er til enhver tid oppdatert på Flint Håndballs hjemmesider.



2 Flint Håndballs formål, verdier og visjon

2.1 Formål

Flint Håndball skal tilby barn, ungdom og voksne i nedslagsfeltet Søndre Slagen et sted hvor de kan:

- ha tilhørighet i et positivt miljø
- føle sosial samhörighet til medspillere og klubben
- få venner og dyrke vennskap
- få fysisk fostring gjennom håndball
- få et trygt sted å være – Flint- og Slagenhallen.

Dette er uttrykt som: **FLINT FOR ALLE**

2.2 Verdier

Verdiene vi ønsker å skape for hele klubben er uttrykt gjennom **SAMHOLD – STOLTHET – GLEDE.**

«SAMHOLD»

Flint Tønsberg Håndball skal jobbe for at alle på laget føler positiv tilhørighet til klubb og lag.

«STOLTHET»

Flint Tønsberg Håndball skal jobbe for at barn og ungdom får tro på seg selv til å jobbe mot sine sportslige mål og føle stolthet ved å spille for klubben.

«GLEDE»

Flint Tønsberg Håndball skal være et godt sted å være for alle hvor idretts glede står i fokus. Håndball gir samhold, trivsel og glede.

Alt utviklingsarbeid i klubbens skal baseres NHF sine Fair Play regler, Flint Tønsberg Håndballs egne etiske verdier og klubbens faglige innhold.

Håndballens FAIR PLAY regler ligger i bunn for våre verdier:

Respekt for dommeren:

Vi skal øke forståelsen for dommerens funksjon og rolle. Vi skal gi dommeren enda bedre forutsetninger for å håndtere sin rolle, og vi skal slå ned på holdninger og handlinger som ikke fremmer respekt og Fair Play.

Respekt på banen:

Vi skal arbeide for at spillere, lagledere og kampfunksjonærer får økt innsikt og respekt for hverandre. Videre skal vi arbeide med tiltak som øker den enkeltes håndballkunnskap, og arbeide aktivt med holdningsskapende virksomhet.

Respekt i hallen:

Vår målsetting er at publikum, foreldre og foresatte skal vise respekt for håndballspillet og spillers aktører. Vi skal sørge for at de har respekt for hele rammeverket som representerer kampavviklingen; fra selve arenaen til alle de som aktivt jobber og bidrar ved arrangementsgjennomføring.

Se Norge Håndballforbunds (NHF) [Fair Play regler](#) for mer informasjon.

I verdigrunnlag ligger også at klubben ikke aksepterer:

- Bruk av alkohol, snus/tobakk og andre rusmidler i sportslige sammenhenger. Dette gjelder spillere, trener, lagledere og andre voksne som er med spillere på arrangementer.
- Upassende oppførsel/seksuell trakassering. Tilfeller vil bli håndtert i hht idrettens regler.
- Rasisme på eller utenfor banen. Tilfeller vil bli håndtert i hht idrettens regler.
- Mobbing/utenforskap på eller utenfor banen. Det er viktig å jobbe forebyggende i lagene fra starten av og oppover i aldersklassene for å skape gode og trygge miljøer.

2.3 Visjon

Det optimale sportslige tilbudet til alle slik at flest mulig er med og spiller håndball hele veien fra barn til seniornivå. Man ønsker å utvikle kreative og tenkende lagspillere, med gode idrettsholdninger og ekstreme håndballferdigheter. Samtidig skal man ha en klubb som jobber for håndballglede og godt samhold på alle nivåer, med mål om å holde barn og unge i håndballen så lenge som mulig»

For å nå denne visjonen må det arbeides målrettet med spillerne og stimulere til læring gjennom å gi utfordringer til hvert enkelt individ som er tilpasset den enkeltes ferdighetsnivå, se oversikten under:





3 Sportslig ambisjoner

3.1 Målsettinger

- **6 – 15 år**
 - o Rekruttere minst 30 nye spillere til den yngste årgangen hvert år
 - o Ha nok spillere på hver årgang til å dekke minst ett lag
- **16 år og oppover**
 - o Ha ett etablert lag i eliteserien for damer
 - o Ha ett rekrutt lag i 2 divisjon for damer
 - o Ha et seniortilbud til jenter og gutter i lavere divisjoner for de som ikke ønsker å satse, men fortsatt ønsker å spille håndball.
 - o Våre 16 og 18'års lag skal kvalifisere og delta i nasjonale serier for både gutter og jenter.
- **Dommere**
 - o Vi skal ha minst en dommer per lag påmeldt i seriespillet
 - o Dommere skal rekrutteres fra 16 års alderen og oppover.
- **Trenere**
 - o Vi ønsker å stimulere til trenerutdanning og ha minst en med trenerutdannelse på hvert lag. Trenerutdannelse sponses av klubben

- **Damehåndball**

Flint Tønsberg skal tilby et elitemiljø for unge og etablerte spillere. Som ung spiller er det naturlig å tenke at veien til elitespill går via vårt 2. divisjonslag.

Klubben skal satse tungt på 2 divisjon slik at juniorspillere også kan tilbys en god arena dersom man ikke oppfyller kravene til elitenivået. Dette er viktig for å holde på spillere etter at tiden som junior-spiller er over. 2 divisjonslaget skal ha et godt kvalifisert trenerapparat som samarbeider tett med elite og med junior (J18) og J16 om spillerutvikling og hvem som bør få muligheten til å prøve seg på et høyere nivå.

Klubbens elitelag skal ha en andel på minst 50% av egenproduserte spillere i sin tropp. Det å kombinere egenproduserte spillere med spillere som hentes utenfra skal stabilisere klubbens elitelag blant landets 10 beste seniorlag på damesiden. Det overordnede målet på sikt vil være å nå sluttspillet i eliteserien og være blant de 4 beste lagene i norgesmesterskapet.

- **Herrehåndball**

Flint Tønsberg Håndball skal satse på gutte- og herrehåndballen og opprette de samme ordningene som finnes på jentesiden når årskullene gjør dette mulig. Det er en målsetting at Flint skal etablere et seniorlag på herresiden i sesongen 2022/23. Individet er det viktigste og der klubben ser at vi vil stille med for tynne årganger så skal det søkes samarbeid. Derfor skal klubben være en del av guttesamarbeidet i Tønsberg regionen som ledes av Nøtterøy Elite.

- **Felles**

Flint Tønsberg håndball skal utvikle spillere som er representert på yngre landslag. Klubbens sportslige satsning skal alltid stå i forhold til klubbens økonomiske forutsetninger og til enhver tid gjeldende ressurstilgang i organisasjonen.



Flint Tønsberg Håndball skal hvert år ha som målsetting om å kvalifisere seg til nasjonale seriespill, Lerøy (18) og Bring(16). For guttene kan Lerøy og Bring være inkludert i guttesamarbeidet i regionen.

Flint Tønsberg Håndball skal i løpet de neste 5 årene ha jente- og guttelag i alle årganger.

3.2 Sportslig strategi

En som spiller i Flint Tønsberg Håndball skal primært spille i sitt årskull. Det skal være gode grunner for å begynne på et eldre lag, og dette må diskuteres med lagledelse og BU/UU/SU før oppstart. Dette fordi man vil sikre at man spiller med de man naturlig hører sammen med i skole og fritid, og samtidig for å redusere potensiale for skade/overbelastning. Spesielle grunner for å begynne på et eldre lag kan være at det ikke finnes tilbud på rett aldersnivå.

Flint Tønsberg Håndball skal i løpet av perioden for den sportslige planen (5 år) vurdere å etablere et håndballtilbud til barn året før skolestart, slik at man unngår at flere begynner å spille håndball med de som er eldre. Her kan samarbeid med Flint All Idrett vurderes.

Flint Tønsberg Håndball skal i arbeidet med yngre utøvere (5 til 15 år) sørge for at alle trenere har fokus på å drive utviklingsarbeid i trening og kamp. Etter hvert som utøverne blir seniorspillere (15-16 år) skal fokuset være mer prestasjonsrettet.

Samtrening og/eller hospitering vil bli benyttet for utvikling av spillere og sikre gode treningsgrupper. Samtrening er den anbefalte formen for spillere fra 11 år og nedover.

Hospitering bør kun skje fra 12 år og eldre. Hospitering benyttes etter avtale med de involverte lagene, og skal være rullerende slik at ikke samme spiller/spillere bestandig får tilbud. Det er trenerne på de aktuelle lag som blir enige i hospitering. Samtrening kan også være aktuelt for spiller fra 12 år og oppover.

Flint Tønsberg Håndball skal etterstrebe å etablere et godt samarbeid med breddeklubbene i nærmiljøet. FTH (Styret, Sportslig utvalg eller SU/UU) skal ta initiativ til å møte de andre klubbene i nærområdet (Tønsberg, Færder, Horten og Sandefjord) for å diskutere mulige samarbeidsformer på tvers av klubbene for spillere fra 16 år og oppover. Et slik møte bør skje på våren i forkant av neste sesong. Det er i barne/ungdoms håndballens interesse at yngre spillere utvikler seg i klubbene i sitt nærmiljø. Hvis det er yngre spillere som ønsker overgang til Flint som ikke naturlig tilhører klubbens nedslagsfelt, skal lagleder i samarbeid med BU/UU kontakte spillerens klubb for å diskutere saken før en eventuell overgang godkjennes iht gjelde regler og anbefalinger fra NHF. Alle overganger i alle aldersklasser skal underskrives og godkjennes av Styret.

Flint skal bestrebe seg å ha et godt lag i Bring-serien for jenter. For å nå denne ambisjonen må vi motivere og ønske velkommen spillere fra våre naboklubber fra 15 år oppover for å videreutvikle sitt talent i Flint Tønsberg Håndball. Samtidig er det viktig at alle spillere i klubben skal føle seg verdifulle, uansett hvor langt de er kommet i utviklingen. For sesong 2021/22 vil klubben også ha guttelag gamle nok for Bring-spill. Ambisjonen er å ha Flintlag i gutteklassen i Bring framover. I starten kan dette være via guttesamarbeidet i regionen.

Flint Tønsberg Håndball skal tilrettelegge for at utvalgte utøvere får delta på spillerutvikling i regi av Region Sør, fra fylte 13 -14 år. I tillegg skal klubben sørge for, og etablere, gode treningsgrupper (aldersadekvate og aldersblandede), slik at utøverne til enhver tid kan øve opp gode håndballferdigheter i et godt treningsmiljø.

Flint Tønsberg Håndball bør minst halvårlig holde trenermøter og trenerforum for å koordinere, dele erfaringer og diskutere hvordan man best mulig kan drive utviklingsarbeid på de ulike aldersnivåene.

Flint Tønsberg Håndball skal oppmuntre og tilrettelegge for utvikling av klubbens trenere på alle nivåer, slik at alle treningsøkter gjennomføres med høyest mulig kvalitet, og at treningstilbudet anses som attraktivt. Alle hovedtrenere i BU/UU bør få tilbud om å minimum ta de 4 første modulene på Trener 1 nivå. Hjelpetrener skal kunne få delta på barnetrenerseminarer i regi av Håndballforbundet. Alle hovedtrenere for årsklassene 16-18 skal ha Trener 2 kurs. Trenere på seniornivå (2 divisjon og lavere) skal ha Trener 2 kompetanse. Trenere for elitelaget skal som minimum har trener 3 utdanning og i eliteserien kreves det Trener 4. Deltakelse på trenerkurs må godkjennes av leder for det aktuelle utvalget (BU/UU/SU) før påmelding for at kurs kan dekkes av klubben. Det avsettes årlig midler til trenerutdanning i klubbens budsjetter.

Flint Tønsberg Håndballs trenere, lagledere og utøvere skal ha et bevisst forhold til hvordan man fremstår når man representerer klubben, slik at klubben oppfattes som fair og sympatisk. Dette er viktig i arbeidet med klubbens varemerkebygging og i forhold til klubbens sponsorer.

Flint Tønsberg Håndball skal kontinuerlig jobbe med å utvikle lagspillere, som evner å se at klubben og laget alltid er viktigere en enkeltspiller. Dette skal gjøres ved at trenerne alltid har fokus på å jobbe med å skape en kultur hvor gode idrettsholdninger verdsettes høyt.

4 Retningslinjer og ansvar

Retningslinjene skal sikre en best mulig spillerutvikling på alle lag, på alle nivåer. Alle som deltar i aktivitet for Flint Tønsberg Håndball er forpliktet til å følge disse.

4.1 Retningslinjer og ansvar for trenere

Alle som skal ha treneransvar for lagene i Flint Tønsberg Håndball skal innføres i sitt ansvar. Dette gjøres blant annet via gjennomgang og signering av en kortfattet treneravtale (fra sesong 21/22). Trenere ansatt i klubben signerer arbeidskontrakter. Trenerene bør delta på kurs, møter samt jobbe etter de retningslinjer som er gitt i den sportslige planen.

4.1.1 Trenerens hovedoppgave

Trenerens hovedoppgave er å tilrettelegge slik, at hver enkelt utøver utvikler seg best mulig sportslig og får individuell fremgang. Dette arbeidet skal baseres på det faglige innholdet i Flint Tønsberg Håndball. For lag med flere trenere, skal man påse at det er en klar ansvarsfordeling mellom trenere, og at dette er dokumentert.

Det er viktig å oppmuntre spillerne til å forstå at håndball er et lagspill og at Flint Tønsberg Håndball står for elite, bredde og miljø (vi har plass til alle). Kommunikasjon er viktig og en trener skal sørge for å motivere og se alle i en treningsgruppe gjennom tilbakemeldinger på banen eller etterpå.

Fra 16 år og oppover så skal alle trenere ha spillersamtaler 2 ganger i løpet av sesongen. Her skal man sammen med spilleren bli enig om mål og ambisjoner. Treneren skal også gi tilbakemeldinger om hva spilleren har oppnådd ift tidligere mål. Dette skal være med på å motivere og styre spilleren og trenerens forventninger.

4.1.2 Planlegging

Treneren har ansvaret for å planlegge, tilrettelegge og gjennomføre all aktivitet for sesongen og den enkelte treningskveld. Det er viktig at trenere tar hensyn til treningsbelastning og tenker skadeforebyggende tiltak og rehabilitering for skadde spillere.

Hovedtrener skal melde inn lag til seriespill til klubben. Fra 13 år og oppover har hovedtreneren ansvaret for at det lages en årsplan hvor all aktivitet gjennom sesongen tidfestes. I tillegg skal hovedtrener påse at det også lages månedlige planer som distribueres ut til den enkelte utøver ved hvert månedsskifte. Månedspanen bør inneholde fokusområder for treningene (f.eks kast/mottak, forsvarsarbeid, fair play).

4.1.3 Kamp og trening

Hovedtrener har ansvaret for at det alltid er en trener på trening og kamp. Trener skal møte forberedt og i god tid. Treneren skal alltid stille i sportsantrekk/ treningsutstyr. Treneren må være den siste som forlater hallen på kamp og på trening for å sjekke at alle er med og at det ser ryddig ut etter laget. Treneren må ha som målsetting å stimulere barn til å drive med allsidig trening. Trening i ung alder skal være basert på lek, for deretter og bli mer prestasjonsrettet. Trenerne skal drive utviklingsarbeid med et vidt talentbegrep.

Treneren skal føre frammøtestatistikk på alle spillere fra 13 år og oppover.

Det kan med fordel avtales at trenere trener hverandres lag en gang iblant. Dette kan gi inspirasjon og andre nyttige trenings-impulser både til trenere og spillere.

4.1.4 Laguttak til kamp

Hovedtreneren har ansvaret for laguttak til kamper, og skal på de yngste lagene sørge for rotasjon av spillere som må stå over kamper. Trenerne må sørge for at spillerne roterer på plassene på trening og kamper, fordi det er viktig for lagfølelsen og for spillerne. For lag i barneidretten (til og med 12 år) skal man sette opp jevne lag i kampsituasjoner. Spissing av lag skal unngås. Trenerne bør tilstrebe at spillerne får mest mulig likt tilbud fram til SU-nivå.

Treneren skal ta initiativ til å avtale og diskutere ulike turneringer med resten av lagorganisasjonen. Det skal være minimum 2 voksne pr lag ved overnatting med laget, og antall voksne må tilpasses alder og størrelse på gruppene som skal overnatte. Ved turneringer med overnatting, skal kun spillere og trenere/ ledere/ foreldre av samme kjønn sove i samme rom.



4.1.5 Påvirke treningstider

Trener/lagleder skal gi innspill til kamp- og treningstider i forkant av sesongen til banefordelingsansvarlig i klubben, og gi beskjed på klubbens Trener og Lagleder Facebook-grupper dersom oppsatt treningstid ikke skal benyttes slik at andre kan bruke treningstiden.

4.1.6 Fravær

Trenere skal informere relevant Utvalg (BU/UU/SU) om mulig langvarig (1 måned+) fravær i god tid. Trenere ansatt i klubben, skal avtale fravær med Styret i henhold til retningslinjene i den enkelte treners kontrakt. Betalte trenere skal helst ha underskrevet trenerkontrakt innen 1.mai. Det er viktig at trenere/lagledere involverer foreldrene i rammene rundt laget og etablere og vedlikeholde lagorganisasjonen.

Hovedtrener er i utgangspunktet hovedkontaktpunkt inn mot SU/BU/UU.

4.1.7 Retningslinjer og ansvar for spillere

Det forventes at spillerne stiller på trening – ved eventuelt fravær skal trener/lagleder ha beskjed i god tid før treningen starter. Det skal legges til rette for at spillere kan delta i flere fritidsaktiviteter, og det oppfordres til at dette diskuteres med trener.

Alle spillere skal være klar til å begynne treningen til oppsatt klokkeslett. Under trening skal mobiltelefonen alltid være avslått / lydløs.

Spillerne skal ved skade likevel møte på trening, for alternative øvelser, dersom ikke annet avtales med trener. Spillerne skal under trening og kamp vise respekt for trenere, medspillere og motspillere – husk Fair Play! Spillerne skal til enhver tid vise positive holdninger til idrett, og være et godt forbilde for yngre spillere. Spillerene har et ansvar for at det utvikles god lagånd ved å inkludere alle på trening og i kamp. Spillerne oppfordres til å stille på ulike dugnader som er i regi av klubben eller laget. Spillere på kontrakt skal møte forpliktelser spesifisert i kontrakten.

4.2 Retningslinjer og ansvar for lagledere

Lagleder har hovedansvaret for det organisatoriske for laget. Laglederens oppgave er å samordne forholdet mellom spillere, trenere og BU / UU / SU / styret, slik at forholdet praktisk legges best mulig til rette før og under håndballsesongen.

En lagleder anbefales å organisere noen av oppgavene til andre personer. F.eks. en økonomiansvarlig og en dugnadsansvarlig.

Lagledere har ansvaret for følgende:

- Etablere og vedlikeholde laglister i KlubbAdmin slik at disse til en hver tid er oppdatert med nødvendig informasjon for alle spillere på sitt lag, se [bruksanvisning](#) for å melde inn nye spillere. (LINK kommer)
- Kommunisere med årgangen (Facebook og andre løsninger kan benyttes).
- Være materialforvalter (inn- og utlevering av drakter, baller og treningsutstyr)
- Sørge for at lagets medisinsveske inneholder de nødvendige artiklene som er nødvendig; Plaster, sårbehandling, kompress, isposer, tape og støttebandasje.
- Lagkasse og økonomi
- Sørge for at det blir satt opp dommere i kamper i barnehåndballen
- Organisere egne dugnader til finansiering av årgangens aktiviteter
- Sørge for at dugnader og aktiviteter pålagt av klubben blir planlagt og gjennomført
- Gjennomføre foreldremøter minst 1 gang i året og jevnlig informerer foresatte om ulike aktiviteter, slik at god informasjonsflyt sikres i laget. Ved eventuelle konflikter i laget, skal laglederen være lagets kontakt mot BU/UU /SU/ styret.
- Etablere kjørelistor om nødvendig
- Ansvarlig for drakter, inkl. vasking og rapportering av tapt utstyr
- Påse at alle personer med roller i årgangen har gyldige politiattester i samarbeid med klubbens ansvarlige.
- Sørge for at prinsipper og retningslinjer angående Fair Play er forstått og etterleves
- Innrapportere nivå og antall lag årgangen skal stille til seriespill og aktivitetsturneringer. Alle lagledere må stille på lagledermøter som arrangeres av klubben.
- Følge med på informasjon fra BU / UU / SU / Styret kommunisert via [hjemmesiden til Flint](#), Facebook og/eller e-poster.
- Lagleder skal skrive en årsrapport for laget før Flint håndballs årsmøte (medio mars). Bør inneholde sportslige og sosiale høydepunkter. Årsrapporten leveres til leder BU/ UU / SU.

4.3 Retningslinjer og ansvar for forelder

Hvert enkelt lag (årgang, gutter og jenter) har et foreldremøte pr. år for å informere om hvilke planer som er lagt for kommende sesong. Innhold på møtet må tilrettelegges ut fra alder og hva som ligger i sportsplanen for laget. Det er viktig at foreldre blir gjort kjent med hvilke forventninger som ligger på dem i forhold til deltagelse på kamper, dugnader etc.

Det er viktig at foreldre utviser respekt ovenfor lagets ledelse og støtter disse på en positiv måte. Som foreldre så gjelder det å se hele laget og heie på alle. Det forventes også at foreldre opptre på en måte som er forenlig med idrettens prinsipper og retningslinjer. Fair Play prinsippet er den viktigste føringen vi skal følge både på og utenfor banen.

4.4 Retningslinjer og ansvar for dommerkoordinator, dommere og dommerutviklere

Dommerutvikling i Flint Tønsberg Håndball skal være en synlig og naturlig del av klubbens arbeid. Vi ønsker et godt miljø i klubben for både dommere og dommerutviklere. Utvikling av gode dommere og dommerutviklere er viktig for Flint Tønsberg Håndball.



Flint Tønsberg Håndball skal drive systematisk rekruttering, opplæring, oppfølging og utvikling av dommere, dommere barnehåndball og dommerutviklere. Flint Tønsberg Håndball skal til enhver tid bestrebe å imøtekomme NHF og Region Sør sine krav om dommerkvote i henhold til antall påmeldte lag til seriespill.

Alle dommere og dommerutviklere skal opptre i henhold til klubbens verdier, retningslinjer og mål. Dommere og dommerutviklere, som er ute på dommer- og observatøroppdrag, skal representere klubben på en positiv måte. Flint sine dommere og dommerutviklere skal være en bidragsyter til «Fair Play» og gode holdninger innad i egen klubb.

I Flint Håndball er det ut utpekt en dommerkoordinator. Dommerkoordinators oppgaver inkluderer:

- Ha god kontakt og godt samarbeid med klubbens dommere, klubbens styre og administrasjon, lagledere og trenere samt NHF.
- Hovedansvar for å rekruttere og beholde nok dommere i forhold til antall lag.
- Tilby dommerkurs til de som ønsker det. Følge opp og veilede disse i kamper.
- Har ansvaret for å tilby dem som har ambisjoner og talent, videre oppfølging og etterutdanning i nært samarbeid med kretsen.
- Ansvaret for å påse at dommerne har en naturlig plass i klubbmiljøet på lik linje med spillerne.
- Ansvaret for å påse at dommere får nødvendig utstyr.
- Tilrettelegge treningsmuligheter for dommerne, gjerne sammen med klubbens lag, herunder også deltakelse på treningsleirer.

Alle spillere fra og med 15 år skal oppfordres til å gjennomføre dommeropplæring (Dommer 1) og etter kurs jobbe for klubben som dommere. Alle spillere fra og med 14 år skal oppfordres til å gjennomføre dommeropplæring (Dommer barnehåndball) og etter endt kurs jobbe for klubben som dommere på kamper og turneringer i alderen 6-11 år. Deltakelse på dommerkurs, dommerutviklerkurs og det å dømme kamper gir nyttig håndballfaglig kunnskap for trenere og spillere, og hever det sportslige nivået i klubben.

Gjennom systematisk opplæring og målrettet utvikling skal Flint Tønsberg Håndball ha motiverte dommere og dommerutviklere med god håndballfaglig og pedagogisk kunnskap. Klubben dekker dommerkurs og dommerutviklerkurs som arrangeres av Region Sør for de som ønsker å jobbe for klubben som håndballdommer og dommerutvikler.

Alle klubbens kvotedommere skal være på plass for kommende sesong innen 1. april inneværende år.

Dersom noen av dommerene ønsker å reise sammen på turnering for å dømme, kan dommerkontakt kontaktes.

Flint Tønsberg Håndball skal fremme samarbeid på tvers av lag og dommergruppe. I dette ligger det at dommergruppen og dommerutviklingsgruppen i størst mulig grad skal vise smidighet ovenfor lagene, slik at f.eks møter ikke legges i lagenes treningstid eller at turneringer man skal dømme ikke kolliderer med lagenes turneringer. Lagenes kamper går foran dommeroppdrag. Imidlertid bør dommere her sette opp sperrer i forkant slik at konflikt ikke oppstår.



Lagene skal på sin side også utvise størst mulig samarbeid ovenfor dommergruppa slik som å vise respekt og motivere under kamper der våre dommere dømmer. Dersom dommerkurs kolliderer med treningstiden til laget, så regnes dommerkurs som gyldig fravær. Avvikling av dommerkurs avhenger av at det er lag som kan stille til treningskamp for at dommere skal få praksis. Lagene må være positive til, og stille opp, på dette.

Klubben skal ha minimum én dommerkontakt per 10 dommer 1/dommere barnehåndball. De må også ha nær dialog med dommerutviklerne. Teamet av dommerkontakter kan fordele sine ansvarsområder seg imellom slik det naturlig faller seg inn etter oppgavens karakter. Instruks for dommerkontaktteamet finnes under UU sine instruks. Dommerkontaktene må følge årshjulet for dommerkontakter fra Region Sør. En av klubbens dommerkontakter plikter å stille på obligatoriske dommerkontaktmøte som regionen arrangerer en gang hvert halvår. Dommerkontakt må kunne (få) møte på styremøte, SU-møte og UU-møte når det er behov for dette enten fra klubbens side eller fra dommerkontaktens side.

Dommerkontakter og dommerutviklere må rekrutteres fra alle lag i klubben. Hvert lag skal stille med minst en dommerutvikler med nødvendig kursing.

Dommerne skal få støtte og veiledning gjennom dommerkontakt og støtteapparatet i klubben. Vi skal sørge for at alle dommere og dommerutviklere som er medlem av Flint Håndball Tønsberg skal føle seg velkommen og verdsatt, og for at forholdene legges best mulig til rette for gode prestasjoner.

5 Organisering

Flint Tønsberg Håndball skal ha et sportslig utvalg, som organiserer og koordinerer arbeidet med det sportslige i klubben. Utvalget består av en sportslig leder (klubbens hovedtrener kan fungere som sportslig leder dersom klubben ikke har tilsatt noen), klubbens hovedtrener + 3 sportslige ansvarlig fra henholdsvis Barneutvalget (BU), Ungdomsutvalget (UU) og Seniorutvalget (SU). Det er sportslig leder som har det overordnede ansvaret i utvalget, og som rapporterer til styret.

Det er sportslig utvalg som sørger for at alle lag har trenere, samt at det er sportslig utvalg som fordeler treningstider til lagene før hver sesong.

Det er klubbens hovedtrener som har ansvaret for å koordinere og avholde trenerforum / trenermøte minst 2 ganger i løpet av en sesong. Hovedtrener er klubbens faglige ansvarlige og har ansvaret for at trenerne på de ulike lagene følger klubbens faglige innhold og intensjoner om å utvikle spillere på alle aldersnivåer. Klubbens hovedtrener er den som har spillersamtaler og forhandler spillerkontrakter med klubbens A-lagsspillere.

Sportslig utvalg skal bidra til at klubbens sportslige målsettinger nås.

Klubben skal jobbe langsiktig med sin skolering av spillere, hvor det skal være en god progresjon i innholdet / aktiviteten, som skal gå fra lekpreget til mer prestasjonsrettet.

Klubben ønsker å ha godt kvalifiserte trenere på alle lag. Opp til J/G-15 vil trenerne i hovedsak være fra representanter fra foreldregruppa. Fra og med J/G- 15 bør det ansettes hovedtrener av sportslig utvalg.

5.1 Barnehåndball (6-12 år)

Barnehåndballen ligger under ansvarsområdet til BU.

Fra J/G-6 -12, bør man sikre størst mulig aktivitet på trening og kamp for samtlige spillere. Trenerne skal ha med seg utviklingsperspektivet i alt arbeid som gjøres. Dette gjelder særlig med tanke på avvikling av kamper. Tilrettelegging for utvikling av hver enkelt spiller kan noen ganger være viktigere enn selve resultatet. Disponeringen av spillere i kampsituasjoner skal gjenspeile dette.

Dette betyr at idrettsholdninger skal vektlegges fremfor håndballferdigheter.

Flint Tønsberg Håndball oppfordrer barn i denne alderen til å drive med flere idretter, da vi ser det som en stor fordel at utøverne våre har en allsidig idrettserfaring. Vi ser at utøvere med en god og allsidig fysikk, kombinert med gode koordinative egenskaper, har gode forutsetninger for å lykkes i vår idrett.

Denne gruppen deltar på turneringer for 4`er og 5`er spill. 11 årsklassen deltar i aktivitetsserie.

Hver høst starter klubben opp nye årganger. Ansvaret for å få ut informasjon om oppstart, samt rekruttere trenere til dette ligger hos BU / UU. Det vil for disse årgangene i hovedsak være foresatte som vil komme til å være trenere. Det anbefales en trenertetthet på 1 til 5 for de yngste håndballspillerene (6-9 år). Det anbefales en trenertetthet på 1 til 8 for de eldre i barnehåndballen.

På trening:

For disse aldersgruppene skal det i stor grad være lekpregede aktiviteter som skal være innholdet i treningene. Treningsmengden for disse aldersgruppene og innholdet i treningsøktene er regulert i klubbens faglige innhold.

Vi ønsker å skape et miljø, hvor våre utøvere skal føle seg trygge og ivaretatt, og utvikle seg som håndballspillere gjennom lek og sosiale aktiviteter sammen med andre.

I kamp:

På dette nivået er det viktig at alle får tilnærmet lik spilletid, slik at vi beholder flest mulig lengst mulig. Utviklingsperspektivet skal gjennomsyre all aktivitet på dette nivået, også i forbindelse med kamp. Topping av lag skal ikke forekomme.

Det vil for denne gruppen være NHF sine retningslinjer for barnehåndball i tillegg til denne sportslige planen, som vil være gjeldene for hvordan lag og kamper skal driftes. I tillegg skal trenere følge føringer som nedtegnet i klubbens faglige innhold.

BU har ansvar for rekruttering til barnehåndballen.

5.2 Ungdomshåndball (13-18 år)

Ungdomshåndballen ligger under UU og SU.

Overordnede mål for ungdomshåndball:

Flint Tønsberg Håndball har en klar målsetting om å være en ledende klubb i Tønsbergregionen, på utvikling av spillere. Det vil derfor være viktig at klubben har godt kvalifiserte og kompetente trenere, som evner å jobbe målrettet og systematisk, med et vidt talentbegrep, over tid. Klubben skal gjennom sitt arbeid være synlige i både media, og i nærmiljøet. Det er viktig at man med denne gruppen balanserer prestasjonspreget aktivitet og aktivitet som fremmer utvikling for hver enkelt utøver, slik at vi beholder flest mulig spillere lengst mulig.

I den grad det lar seg kombinere, og så lenge det lar seg gjøre, oppfordrer vi fortsatt til at det drives allsidig trening, gjerne at utøvere driver med andre idretter kombinert med håndball.

Treningsmengde og innhold styres av klubbens faglige innhold, men det er viktig at trenere er bevisst på og tar hensyn til utøvernes totale belastning, trening, skole og fritid. For noen utøvere, som deltar på flere lag, og deltar i ulike spillerutviklingsgrupper i regi av NHF, yngre landslag, er det viktig at trenerne sørger for at utøverne får nok tid til trening og restitusjon, og ikke bare spiller kamper.

Differensiering:

Utøvere skal primært delta på det laget de hører hjemme. Fra J/G – 15 til J/G 18 kan enkeltspillere få anledning til å delta på lag i høyere aldersklasser, dersom sportslig utvalg/styret finner at dette er til det beste for spillerens utvikling. Dette gjelder både i forhold til trening og kampaktivitet. Dette er i hovedsak spillere som holder høyt håndballfaglig ferdighetsnivå (regionale- og nasjonale landslag) og har gode og sunne holdninger (NHF og Flint Tønsberg sitt verdigrunnlag). Ved små årganger kan det være aktuelt med å delta på et nivå opp, men da er det viktig at det rulleres slik at belastning på enkeltspillere blir akseptabelt.

Dersom det er aktuelt og la en spiller delta på lag i høyere aldersklasser skal følgende etterleves:

- Det skal være en forsiktig progresjon i utøverens totale belastning (kamp/trening). Ansvaret for dette ligger på de involverte trenerne og sportslig utvalg/styret.
- Involverte trenere skal derfor samarbeide for å ivareta utøveren og sørge for at utøveren utvikler seg best mulig.
- Deltakelse på dette eldre laget skal i utgangspunktet aldri gå på bekostning av eget lag. Unntaket kan være i tilfeller hvor klubbens målsettinger om prestasjon kan tilsa noe annet, eller i de tilfellene hvor NHF (yngre landslag) anbefaler spill og trening på et høyere nivå. Deltakelse i Bring/Lerøy eller utøvere som spiller på yngre landslag kan være slike eksempler.

Ferdigheter NB! Det er sportslig utvalg/styret som i slike tvilstilfeller avgjør på hvilket nivå en utøver skal delta.

Det anbefales at årgangene i disse aldergruppene har noen faste fellestreninger i løpet av sesongen, helst ukentlig. Dette for at utøverne på dette nivået skal bli bedre kjent og styrke samholdet, samt utvikle sportslige ferdigheter i et godt og velorganisert treningsmiljø.

Laguttak og spilletid skal avgjøres av følgende faktorer i prioritert rekkefølge:

1. Treningsoppmøte (uten gyldig fravær som f.eks sykdom, skade eller deltakelse i annen idrett etter avtale med trener)
2. Treningsinnsats
3. Holdninger
4. Ferdigheter

Miljø:

Flint Tønsberg Håndball ønsker å bli en klubb hvor begge kjønn er godt representert i alle årganger. Vi ønsker å bli en klubb hvor våre ungdommer føler seg sett og ivaretatt, et sted hvor de ønsker å være. Vi ønsker at både foresatte og utøvere skal bli best mulig kjent med hverandre og oppleve et sterkt fellesskap. Det oppfordrer til at UU/SU forsøker å samordne cup-deltakelse for sine lag.

Involvering:

Flint Tønsberg Håndball ønsker at våre utøvere skal bli og gode til å strukturere sin hverdag. For at de skal ha nok overskudd og tid til å trene nok, er det viktig at de tidlig lærer å planlegge sin aktivitet i forhold til skole, fritid og trening. Trenerne på dette nivået må sørge for å ha gode årsplaner og terminplaner, som tidlig distribueres til utøverne. I tillegg er det viktig at utøverne er delaktig i planleggingen i forhold til å komme med innspill om type innhold og aktivitet, samt kunne melde fra om perioder med mye skolearbeid eller annet, som kræsjer med fellestreninger. Trenerne bør etter endt sesong oppsummere sesongen, samt i samspill med utøverne sette neste sesongs målsetting. Treneren skal ved oppstart av hver sesong, sammen med utøverne, utarbeide lagets kjøreregler, bygge relasjoner, og legge til rette for et forutsigbarhet og trygt miljø.

Klubben ønsker at utøvere i denne aldersgruppen er delaktig i arbeidet med de aller yngste, i form av faddervirksomhet, gjestetrener osv. Ansvaret for å organisere dette ligger på UU/SU. I tillegg ønsker klubben at disse kan være med på å arrangere håndballskoler i samarbeid med klubbens seniorlag.

På trening:

Trenerne på de respektive lag sørger for at aktivitet og mål for treningsøktene er kommunisert til utøverne i god tid før trening, slik at utøverne kommer best mulig forberedt til trening. Treneren har ansvaret for å planlegge og gjennomføre treningen i henhold til retningslinjer for trenerne.

Det er viktig at treningene for disse er strukturert med en god progresjon, og at utøverne har en forståelse av hvorfor de gjør de ulike øvelsene. Det bør ligge noen øvelser inne i hver økt som er skadeforebyggende, det være seg i oppvarmingen eller i selve hoveddelen av økta. Det er viktig at det balanseres godt i forhold til trening og kampaktivitet, slik at utøverne får tid til trening og restitusjon. En utøver bør ikke ha mer en maks to kamper i løpet av en uke. Det er viktig at utøvere ikke mister gleden med å drive aktivitet fordi total belastningen blir for høy. Håndball skal være gøy!

I kamp:

På dette nivået vil det være økende konkurranse oppover aldersklassene om få spille mest mulig. Trenerne bør, likevel, tilstrebe at spillerene får mest mulig likt tilbud fram til SU-nivå. Konkurranse kan være sunt og utviklende, men det blir ekstremt viktig å jobbe med spillegruppen i forhold holdninger, forventninger og ambisjoner.

Selv om det for det enkelte lag og dens trener handler om at man skal prestere best mulig i kampaktiviteten er det viktig at det ikke blir de samme utøverne som står på banen kamp etter kamp. Alle må få en sjanse til å bidra til lagets fellesskapet. Det blir viktig for trenere og utøvere å eventuelt definere hvilke cuper / serier / kamper som er utviklingsarena, og hvilke som er prestasjonsarena. Det er viktig å ha god kommunikasjon med spillere og foresatte om slike prioriteringer. Ved overnattingcup'er anbefales det å ha jevne lag opp til SU-nivå.

Klubben definerer Bring og Lerøy (nasjonale serier) som prestasjonsarenaer, og her spiller de beste utøverne fra 15 -18 for å vinne. Dette kan bety at enkelte utøvere vil få mye mer spilletid enn andre i disse kampene. Dette gjelder for både gutter og jenter.

Utøvere fra Flint Tønsberg Håndball skal være imøtekommende og hyggelige i møte med andre utøvere, trenere og dommere. Klubben ønsker at alle er gode representanter for klubben. Klubben ønsker mest mulig positiv omtale, slik at Flint Tønsberg Håndball blir attraktive for sponsorer, og trenere og utøvere fra andre klubber som vil ønske seg til vår klubb.

Kompetanse:

Det er forventet at hovedtrenere på disse nivåene har håndballerfaring og en bred trenerkompetanse.

All aktivitet og utvikling styres av klubbens faglige innhold, ref «Faglig innhold Flint Tønsberg Håndball».

5.3 Overgang til seniorhåndball (15-18 år)

Overgangen mellom UU og SU har vist seg å være en utfordring for mange og frafallet av spillere kan være stort for denne aldersgruppen. Noen av årsakene til dette kan kanskje være overgangen fra ungdomsskole til videregående skole med større krav til lekselesing og karakter. Utøverne bytter skole og kanskje vennekrets og må forholde seg til nye trenere og mer prestasjonsrettet idrett.

Flint Tønsberg Håndball ønsker at så mange spillere som mulig blir med fra ungdomsgruppen (UU; det vil si til og med G/J-15) over til seniorgruppen (SU; fra og med G/J-16). Det skal være et tilbud til alle som er interessert i å fortsette å spille håndball.

Spillere som i 16-18 års alder holder høyt nasjonalt nivå (yngre landslag), eller som hovedtrener mener er god nok, bør få muligheten til å hospitere med klubbens seniorlag. Det er klubbens hovedtrener og sportslig utvalg som avgjør om eventuelt utøvere som har fylt 16-år skal spille seniorhåndball.

Spillere som skal opp og hospitere med klubbens seniorlag, skal få en av de mest rutinerte og beste spillerne som sin mentor / fadder. Det er seniorlagets ansvar å ta vare på og inkludere nye unge spillere.

5.4 Seniorhåndball

SU sin hovedmålsetting er å tilrettelegge og drive prestasjonsrettet aktivitet. Alle lag i SU skal ha trenere som ansettes av sportslig leder og sportslig ansvarlig i SU. SU skal jobbe for å utvikle egne spillere som på sikt er gode nok til å spille på elitenivå, i samsvar med klubbens målsetting og profil. Selv om SU primært skal ivareta den prestasjonsrettede satsingen, har SU et ansvar for å ha et breddetilbud. Dette vil være D-3/4. (Hvis det er grunnlag for dette.)

Sportslig innebærer dette å videreutvikle spillere med gode holdninger og ferdigheter. Alle utøverne skal være innforstått med klubbens verdier og NHFs "Fair Play", inneha høy treningsmoral, samt bidra til å videreutvikle en god og sunn trenings- og vinnerkultur.

SU skal bestrebe og videreutvikle gode lagspillere som evner å se at de er en del av noe som er større enn seg selv. Ved uenigheter eller konflikter mellom enkeltspillere, lagledere, trenere eller i situasjoner et individ i organisasjonen handler på tvers av klubbens verdier og målsettinger, skal det aldri være tvil om hva som er viktigst for Flint Tønsberg.

I prioritert rekkefølge kommer hensynet til; **1) klubben, 2) laget, og til sist 3) individet.**

Utøverne skal på dette nivået være kjent med at prestasjon = spilletid.

SU skal i prioritert rekkefølge drifte lag på følgende nivå:

- Elite
- 2. divisjon damer
- J/G BRING / J/G LERØY
- Junior og J/G16 serien
- D&H / Bredde senior

Det er sportslig utvalg som avgjør hvor en utøver primært skal spille og hvilken stall eller treningsgruppe den tilhører. SU skal særlig bidra til at utøvere på høyt nasjonalt nivå (yngre landslag) sikres en god sportslig utvikling. Yngre utøvere, som kan delta på flere lag som driftes av SU, skal i hovedsak alltid delta (kamp / trening) på det høyeste nivået de er gode for. Sportslig utvalg og trenerteamet skal ta hensyn til og prioritere deltakelse på ulike lag utfra utøverens totale belastning (kamp/trening). Ansvar for dette ligger på de involverte trenerne og sportslig utvalg. En utøver som f. eks står sentralt og spiller mye på det øverste nivået i klubben, skal ikke delta på yngre lag hvis dette går på bekostning av deltakelse på det øverste nivået, eller gir spilleren en for høy totalbelastning.

I tilfeller hvor en spiller kan delta på flere lag og disse lagene har kampavvikling samtidig, er det klubbens målsettinger, og prioriteringer i forhold til driftingen av de ulike lagene, som er styrende for hvor utøveren skal delta. Utøveren skal i utgangspunktet alltid delta på det høyeste nivået den er god for.



Unntaket kan være hvis utøveren ikke står sentralt i dette laget, da skal hensynet til hvor utøveren har størst sportslige utvikling veie tungt. Dette gjelder i hovedsak utøvere som kan delta i både Bring- og Lerøyserien.

NB! Det er klubbens hovedtrener og resten av sportslig utvalg som i tvilstilfeller avgjør på hvilket nivå en utøver skal delta.

Flint Tønsberg Håndball ønsker å være en del av norsk topphåndball. Klubben ønsker å prestere best mulig med spillere som er utviklet i egen klubb. Lagets trener er også klubbens hovedtrener og har en del sportslige oppgaver knyttet til dette, som ikke er spesifikt opp mot A-laget. I tillegg til å arrangere trenerforum og håndballskole er hovedtrenerens oppgaver mer detaljert beskrevet i retningslinjer for trenere.

Det forventes at klubbens hovedtrener er synlig i klubbens daglige virke og at vedkommende jobber med å systematisere og iverksette klubbens faglige innhold på de ulike nivåene i klubben.

Seniorspillerne i klubben har en sentral rolle i det å være klubbens ansikt utad. Flint Tønsberg Håndball ønsker utøvere som er stolte av klubben sin og som kan representere denne på en positiv måte. Lagets utøvere er forbilder for de yngre i klubben, og må ta et fadderansvar nedover i rekkene. Dette for å skape et godt klubbmiljø, gi noe tilbake til de yngre lagene, skape blest om seniorlaget og fremstå med et positivt klubbengasjement.

På dette nivået er det forventet at oppmøte på trening, innsats og holdninger er implementert i utøverne. Det som avgjør spilletid er ene og alene prestasjon. Det er lagets trenerapparat som vurderer om en utøver er god nok for spill på A-laget eller ikke.

Treningsmengde, forventninger til ulike ferdigheter og valg formasjoner og spillesystem er regulert i klubbens faglige innhold, ref. «Faglig innhold Flint Tønsberg Håndball».

5.5 Kamper og seriespill

Sportslig leder eller den klubben velger er ansvarlig for at lag meldes opp i serier og cup'er i regi av regionen. Frister for påmeldinger er gitt på NHF Sør sine hjemmesider, men typiske datoer er som følger:

- 1. mai er påmeldingsfrist for Regionserien
- 1. juni er fristen for å trekke lag gebyrfritt
- 1. juni er frist for å justere nivå på påmeldingen
- 20. august er påmeldingsfrist for Region Sør Cup
- Lag kan etteranmeldes fram til 20. august.
- Påmeldingsfrist for nye lag til vårsesongen er 15. november

For at klubbene skal få godkjent påmelding av lag må det registreres

- Lagleder for hvert enkelt lag
- Dommerkontakt



Sammensatte lag

Søknad for sammensatte lag bør foreligge sammen med påmeldingen, men vil bli behandlet fram til 20. august. Søknad om sammensatte lag legges inn i Turneringsadmin (TA) og signeres av leder i klubbene.

Antilag

Det kan meldes opp ett antilags-forhold på guttesiden og ett antilags-forhold på jentesiden pr. klubb i NHF Region Sør. Det er ikke mulig å melde antilag for trener mot lag.

Dispensasjoner

Dispensasjonssøknader ser vi helst kommer sammen med påmeldingen. Dog vil alle søknader som kommer inntil 14 dager før første terminfestede kamp for laget søknaden gjelder for, bli behandlet. Skjema for søknad om dispensasjon fra aldersbestemmelsene finner du her.

Digital kamprapport

Alle kamper i regionens serietilbud skal føres digitalt. I 11- og 12-årsklassen føres det LIVE-enkel, mens fra 13-senior føres det LIVE- standard.