



# REGLER FOR ASKER INNEBANDYKLUBB

## 1. DRAKTER

Asker IBK's farger er røde trøyer med sorte shorts og sorte strømper. Reservedrakter er sorte og disse brukes sammen med den sorte shorts og sorte strømpene. Drakter skal være i henhold til gjeldene utstyrsavtaler og fra leverandører innenfor felles avtale for klubben.

### Reklame og logo på drakter

All reklame som skaffes, enten ved direkte sponning, eller ved sponning av helt draktsett, skal godkjennes av styret.

All bruk av Asker IBK sin logo til profilering og treningstøy skal godkjennes av klubben.

## 2. RETNINGSLINJER

### Retningslinjer for foreldre / foresatte

- Respekter klubbens arbeid. Det er frivillig å være medlem av Asker Innebandyklubb, men er du med følger du våre regler.
- Bidra med å rigge opp vant etc. i forbindelse med kamper og treninger.
- Møt opp på treninger og kamper, barna ønsker det.
- Gi oppmuntring til alle spillerne under kampene.
- Hjelp barnet ditt til å tåle både seire og tap.
- Respekter lagledernes bruk av spillerne.
- Støtt dommerne, ikke kritiser dommeravgjørelser.
- Lær barna folkeskikk. Gå foran med et godt eksempel.
- Motiver barna til å være positive på trening.
- Vis god sportsånd og respekt for andre.
- Ved uenighet snakker du med den det gjelder – ikke om.
- Engasjer deg, men husk at det er barna som spiller – ikke du.
- Husk at det viktigste av alt er at barna trives og har det gøy.

### Retningslinjer for spillere

- Respekter hverandre.
- Respekter trenere og lagledere.
- Møt på trening for å lære, ikke bare være der.
- Hjelp hverandre, både på trening og i kamp.
- Vær ærlig overfor trener og lagkamerater.
- Bidra med å rigge opp vant etc. i forbindelse med kamper og treninger.
- Vær stolt av din egen innsats.
- Følg klubbens regler.
- **MOBBING ER IKKE AKSEPTERT**

## Retningslinjer for trenere / lagledere

- Vær et godt forbilde, du er veileder, inspirator og motivator.
- Møt presis og godt forberedt til trening og kamper.
- Vær bevisst på at du gir alle oppmerksomhet.
- Enhver spiller skal få mulighet til å utvikle sine ferdigheter.
- Samarbeid med andre trenere, lagledere og foreldre.

## Mobbing

Mobbing har blitt et problem i det norske samfunnet både på sms, internett og e-post. Dette er noe Asker Innebandyklubb ikke aksepterer. Ved mistanke om mobbing vil de involverte parter bli innkalt til møte med trener, lagleder, sportslig leder og leder. Ved evt. gjentatt mobbing vil spiller bli vurdert ekskludert fra klubben. [www.nullmobbing.no](http://www.nullmobbing.no)

## Seksuell trakassering

Idretten tiltrekker seg dessverre personer som ikke kommer til oss pga idretten vi utfører, men for å finne lette offer for sine egne laster. Asker Innebandyklubb vil forholde seg til dette ved hjelp av idrettsstyrets retningslinjer.

## Alkohol

- Barn og unge som deltar i aldersbestemte klasser (under 18 år) skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trenere, ledere og utøvere skal fremstå som gode forbilder for barn og unge og ikke nyte alkohol i samvær med utøvere i denne alder.
- Tribunekulturen skal være trygg, familievennlig og alkoholfri. På tribunen skal det derfor ikke nytes alkohol.

## Doping

Alle idrettsutøvere i Norge må følge Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komités bestemmelser om doping. De finner vi i NIFs lov, kapittel 12.

Som utøver er man forpliktet til å forholde seg til ovennevnte regelverk, og tilhørende retningslinjer som finnes på Antidoping Norges hjemmeside

I Asker innebandy er alle i støtteapparatet (trenere, lagledere, styret etc) medlemmer av idrettslaget og forpliktet gjennom medlemskapet til å følge NIFs lov og dopingbestemmelser.

Alle lag i klubben fra U15 og oppover skal ha gjennomført Ren Utøver. Anbefales også for U14.

<http://www.antidoping.no>  
renutover.no

### 3. FORSIKRING OG LISENS

Spillere tom 11 år er forsikret gjennom Norges Idrettsforbunds (NIF) barneforsikring. Forutsatt at medlemsavgift er betalt.

Fra det året spilleren fyller 12 år skal spilleren løse individuell lisens.

Denne kommer på egen faktura direkte fra forbundet til hver enkelt spiller. Medlemsavgift til klubben må være betalt.

### 4. REGLER FOR REISER

#### Formål:

- Å gjøre reise og opphold ved kamper, turneringer og treningsleirer til en trygg, god og minnerik opplevelse for alle aktive og ledere
- Skape trygghet for foresatte som overlater barn og unge i klubbens varetekt
- Gi trygghet for våre ledere om hva som forventes av dem

#### Omfang og forutsetninger:

- Disse regler gjelder for alle reiser i forbindelse med kamper, turneringer og treningsleirer med overnatting, der aktive under myndighetsalder deltar
- Reiser som omfattes av disse regler er å betrakte som alkoholfri sone for aktive og ledere fra avreise til hjemkomst
- På alle reiser i regi av klubben skal det utpekes en ansvarlig hovedleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst
- Der hvor flere lag deltar skal hvert lag ha med seg minimum 2 ledere inkl. trener / lagleder. Minimum 1 av lederne skal være av samme kjønn som lagets deltakere.

#### Hovedleder:

- Avholder informasjonsmøte for deltakerne og deres foresatte før avreise, eller på annen måte å sørge for at tilstrekkelig informasjon blir gitt
- Sørger for at oppdatert deltakerliste med telefonnummer på alle deltakerne forefinnes
- Har overordnet ansvar for at reisen foregår etter de retningslinjer klubben har bestemt

## 5. POLITIATTEST

Politiattest skal avkreves av personer som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Med mindreårige menes barn og unge under 18 år.

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

### Hvem skal vi ha attest fra?

- Trenerne, lagledere og foreldre som er med på turneringer som ledere. De som ofte kjører andre sine barn.

### Hvordan få attest?

- Vi gir beskjed til dem som må ha politiattest. Ansvarlig for politiattester skal sende inn søknad til politiet. Søknaden må undertegnes av søkeren og klubbens representant. Du vil få den tilsendt fra politiet. Når politiattest er godkjent må den fremvises for klubbens ansvarlige for politiattester. Opplysningene vil bli lagret i klubbens arkiv. Du skal selv behold attesten etterpå.

## 6. FAIR PLAY

Som spiller har du et ansvar for at du oppfører deg i den rette Fair Play-ånd. Det er kanskje enkelt å si, men hva betyr det?

### Fair Play betyr at du som spiller må:

- ta godt vare på dine medspillere å inkludere nye lagkamerater
- unngå stygt spill
- skape trygghet og god lagånd på banen

### Fair Play-ånden skal vokse fram ved:

- trene og spille kamper med godt humør
- behandle motstanderne med respekt
- hjelpe skadet spiller uansett lag
- takke motstanderen og dommerne etter kampen
- ikke å kjeft på andre spillere eller dommerne

### For trenere og ledere

Som trener og leder har du ansvar for at spillet utøves i den rette Fair Play-ånd. Du skal sørge for at spillerne har god kjennskap til regler og retningslinjer, og at disse blir fulgt. Du kan invitere spillere til temamøter, der situasjoner tas opp til vurdering og bevisstgjøring.

Det er ditt ansvar som trener eller leder at spillerne forstår:

- betydningen av dommernes situasjon og funksjon
- at dommerne må ta hurtige valg – og dermed umulig kan være feilfrie
- betydningen av ikke å overreagere på dommeravgjørelser
- at det er dommernes avgjørelse som teller, og at det er bortkastet å pådra seg straff for kjeftbruk
- betydningen av å følge regelverket - det tjener alle parter, og dermed også spillet

## For foresatte og foreldre

Foresatte og foreldre er en viktig ressurs. Det er fint om også dere bidrar til trivsel og fair play. Ta ansvaret og tenk over følgende:

- din interesse og oppfølging betyr mye for barn og unge
- likeverd, aksept og inkludering bør gjelde alle
- verdsett opplevelse, god oppførsel og lagånd høyt
- respekter trenerens bruk av spillere – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- dommerne prøver også å gjøre sitt beste – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- resultatet må ikke bli for viktig - den enkelte spillers mestring har også stor betydning
- gi oppmuntring til alle spillerne - ikke bare dine kjente
- stimuler til deltakelse - uten noen form for press
- ta gjerne initiativ til å bidra på foreldremøter for å avklare holdninger og ambisjoner

## 7. DUGNAD

Med dugnad menes arbeid som utføres hvor godtgjørelsen går til et felles gode.

Asker IBK er avhengig av dugnadsinnsats for å kunne drifte klubben på en best mulig måte og få holdt treningsavgiften på et lavt nivå. Derfor er det viktig at alle bidrar i dugnadsarbeidet.

Dugnad i Asker IBK kan deles inn i to hovedgrupper; klubbdugnad og lagdugnad.

### Lagdugnad:

Dugnad som utføres til inntekt for lagkassa til det enkelte lag. Denne kassa brukes normalt til dekking av kostnader i forbindelse med cuper og turer og sosiale tiltak for laget.

### Klubbdugnad:

Med klubbdugnad menes dugnadsarbeid som utføres av klubbens medlemmer, eller medlemmets foresatte, til å dekke deler av klubbens driftskostnader. Disse kostnadene omfatter bl.a halleie, dommerutgifter, drakter, forsikringer etc.

Dugnader vi trenger hjelp til er:

Minirunder, Aktivitetsrunder og andre større arrangement i klubbens regi.

Vi har i tillegg en salgsdugnad (toalettpapir) i året (høsten) hvor hver familie blir bedt om å delta.