



Virksomhetsplan for Nittedal IL Friidrettsgruppe 2021

Per 28.02.2021



INNHold:

1. Innledning	3
1.1. Kort om friidrettsgruppa	3
1.2. Styrker og forbedringsområder	4
1.3. Måloppnåelse 2020	4
1.4. Gruppas ikke-idrettslige mål for 2021	5
1.5. Gruppas idrettslige mål 2021	5
2. Handlingsplan 2021	7
3. Organiseringen av Nittedal Friidrettsgruppe i 2021	11

1. Innledning

Denne virksomhetsplanen legger til rette for god planlegging av friidrettsgruppas aktiviteter og sikre at styret i friidrettsgruppa jobber etter felles mål og planer.

Planen gir en kort beskrivelse av friidrettsgruppa, hvordan vi er organisert, samt våre mål og handlingsplan. Handlingsplanen blir fulgt opp på styremøtene i friidrettsgruppa.

Virksomhetsplanen godkjennes av styret, og budsjettet baseres på planen. Budsjett blir godkjent på årlig møte i friidrettsgruppa. Deretter formelt på årsmøte til Nittedal IL

For oppsummering av friidrettsgruppas totale aktiviteter og resultater, inkludert økonomi – se årlig melding 2020.

1.1. Kort om friidrettsgruppa

Nittedal IL ble stiftet i 1916 med klubbfarene rød og blå, og friidrett var en av 2 idretter i klubben. Det første friidrettsstevnet ble avholdt året etter, nærmere bestemt 16. september 1917. Øvelsene var 100m, 400m, lengde, høyde og tresteg. Klubben fikk egen friidrettsbane i 1930, nær dagens tennisanlegg og den ble benyttet helt til klubben fikk Sentralidrettsanlegget på Rotnes i 1976, hvor det ble etablert rødgrusbane der.

I 2011 fikk vi støtte til nytt friidrettsanlegg fra Nittedal kommune. Prosjektstart var våren 2012 og byggingen av anlegget var ferdig i mai 2013. Anlegget har 8 løpebaner opp til 100m og 110 m hekk og for øvrig 6 løpebaner rundt banen. Med god støtte fra Sparebankstiftelsen Jevnaker, Lunner, Gran har vi også fått en mengde nytt utstyr med lengdegrop, kastbur, stavmatte, høydematte, hekker, hindre osv. I løpet av sommeren 2013 fikk vi også på plass et drifts- og arrangementshus. I 2014 kompletterte vi anlegget med en aktivitetsløype på utsiden (balanse- og styrkeløype) med god støtte fra Gjensidigestiftelsen. Til stor overraskelse for NIL og Friidrettsgruppa ble deler av aktivitetsløypa fjernet under byggingen av Ungdomsskolen i 2020. Det ble satt opp mer moderne utstyr på ungdomsskolen, men ikke tilsvarende apparater som de som ble fjernet.

I 2017 fullførte vi byggingen av Arrangementshuset med utvidelse av lageret til det dobbelte og med handikapheis opp til 2 etasje. I 2018 etablerte vi et treningsrom i 1. etasje med blant annet styrkeapparater, i tillegg til et grovkjøkken for bruk under stevner.

Friidrett er både en sommer- og vinteridrett, og vi trener og deltar på stevner også i vinterhalvåret. Med flere innendørshaller for friidrett blir tilbudet om stevner vinterstid bare bedre og bedre. Det er derfor stort behov for å trene innendørs fra oktober til april. Hallkapasiteten i Nittedal kommune er for lav og ballidrett går foran andre typer idretter i de store idrettshallene. Det har også blitt mer utfordrende å få sammenhengende treningstider i Bjertneshallen etter at NIL Innebandy ble etablert. Vi får heller ikke tilstrekkelig med timer, og spesielt for 14+ er det kun utendørstilbud eller å reise til Bislett hvor det er mulighet for å trene på vinterstid. Dette krever noe fra både utøvere og foreldre, og er nok en medvirkende årsak til at vi ikke klarer å rekruttere eldre utøvere. Det gjør det også utfordrende å beholde/motivere utøvere som ikke satser.

Friidrettsgruppa i Nittedal Idrettslag er en allsidig gruppe. Vi satser på bredde, men har også representanter i toppsjiktet i Norge blant ungdom. Gruppa ønsker å ha kompetanse til å favne om mange typer friidrettsøvelser, og være til både for de med ambisjoner eller de som bare ønsker å være med på sunn fysisk aktivitet. Friidrettsgruppa har hatt flere "storhetsperioder" og har i alle år vært kjent for sine spydkastere og langdistanseløpere. De senere årene har vi utviklet flere gode kastere, sprintere og mellomdistanseutøvere på høyt nivå. Gjennom tidene har våre utøvere og ressurspersoner fått mange priser og stipender.

1.2. Styrker og forbedringsområder

Styrker	Forbedringsområder
Godt sosialt miljø	Fortsette med organiserte sosiale aktiviteter, og turer i forbindelse med stevner. Godt sosialt miljø på trening viktigere enn sosiale tilleggsaktiviteter.
God rekruttering blant yngre	Styrke rekrutteringsaktivitetene våre (øke bredden, flere rettet til ungdom over 12 år)
Mange gode sportslige resultater, både innen sprint, mellomdistanse og kast	Fortsette å tilby god bredde i treningstilbudet
Sterke tradisjoner for kast og friidrett i Nittedal Etter hvert bygget opp et lite og godt sprintmiljø. Mellomdistansemiljø i god vekst i godt samspill Ski	Fortsette rekruttering av trenere, samt systematisk utdanne trenere og hjelpetrenerer for å redusere sårbarhet ved fravær
Proff gjennomføring av arrangementer (arrangementsansvarlig, plan i god tid, forutsigbarhet for de som skal stille opp, sjekklister)	Ferdigstille dokumentasjon av stevnegjennomføring, sjekklister ol. «Ole's system – funksjonsbeskrivelse» Forutsigbar dagnads- og funksjonærplan (sikre dagnadsinnsats)
Flott friidrettsanlegg med alle fasiliteter (WS, Kiosk)	Utbedre kiosk. Bedre arrangementsfasilitet (tidtaking). Bruk av fotbaltlolett. Sikre halltid, samt jobbe med å bedre hallkapasitet om vinteren.
Bredde i treningstilbudet	Samarbeid med andre klubber, gjestetrenere
Bra treningstøy og klubbdrakter	
Stabilitet på foreldre, men litt få i komiteer og styret	Øke og få inn nye foreldre i styre og komiteer
Færre enn tidligere. Dommere for å gjennomføre egne stevner	Flere egne dommere, tilby kurs
Administrativ orden, økonomioversikt og struktur	Må redusere kostnader vesentlig. Øke inntekter/finne nye inntektsaktiviteter
Web- og facebooksider med relevant informasjon. Tilstede i Varingen etter alle stevner.	Starte alle artikler med bredde før toppresultater. Bilder av utøvere generelt fra stevner. Prioritere ut fra bruk av websidene. Kvalitetssikre det vi har.

1.3. Måloppnåelse 2020

Mål	Resultat
Deltakere på stevner totalt innendørs 35	37 utøvere - mål oppnådd
Deltakere på stevner totalt utendørs 140	160 utøvere – mål oppnådd
2-3 medaljer i NM senior/junior	1 medalje - mål ikke oppnådd
6-7 medaljer i UM	9 medaljer - mål oppnådd
4-5 medaljer i Ungdomsleker 13/14 år	6 medaljer – mål oppnådd
25 medaljer i Tyrvinglekene /Veidekkelekene og Tjalve-lekene til sammen	Stevnene ikke arrangert pga Corona
39000 i poengsum etter Tyrvingtabellen (40 resultater for aldersgruppa 13-19 år)	38920 poeng – mål ikke oppnådd, men den tredje beste poengsummen noensinne.

15 kretsmesterskap utendørs totalt	18 kretsmestere – mål oppnådd
Opprykk for damelaget til 1 divisjon i NFIF «lagserie»	Nr 3 – mål oppnådd
Holde seg i 1 divisjon herrer i NFIF «lagserie»	Nr 10 – mål oppnådd
50 deltakere i Romerikselekene og 40 i Tyrvinglekene.	Stevnene ikke arrangert pga Corona
Bli blant de 3 beste lagene i junior herrer Holmenkollstafetten	Stafetten ikke arrangert pga Corona

Ikke-idrettslige mål:

- 20% netto nye utøvere i friidrettsgruppa – ikke oppnådd, pga corona ingen rekrutteringsaktivitet
- 100.000 i nye inntekter – ikke oppnådd, ingen nye initiativer pga corona
- 2 nye styremedlemmer – **mål oppnådd – 3**
- 5 nye komitèmedlemmer – ikke oppnådd - 2
- 4 sosiale eventer – ikke oppnådd pga corona
- 2 treningsaktiviteter utover det vanlige treningstilbudet – Team Nittedal (GIF/NIL) og oppfølging toppidrettslinja Bjertnes – **mål oppnådd**

1.4. Gruppas ikke-idrettslige mål for 2021

Hovedlagets delmål:

- **Organisasjon:** En velfungerende og effektiv organisasjon
- **Ledelse:** Motiverte og aktive ledere
- **Trenere:** Kompetente trenere med evne til å skape treningslyst for alle
- **Aktivitetstilbud:** Et allsidig og mangfoldig aktivitetstilbud for alle
- **Arrangement:** Proffe og effektive arrangement
- **Anlegg:** Anlegg for alle, som skaper treningsglade og aktive medlemmer

Friidrettsgruppa's satsningsområder

- Sikre økonomi til å opprettholde et godt og variert treningstilbud tilpasset bredde og satsning
- Løpende rekruttere nye utøvere og trenere
- Jobbe for et godt sosialt miljø blant utøverne
- Klubb- og konkurransetøy som utøverne vil bruke
- Rekruttere nye styre- og komitèmedlemmer
- Profesjonell gjennomføring av egne stevner og arrangement.
- Forutsigbar dagnads- og funksjonærplan
- Godt samarbeid med NIL hovedlag og øvrige grupper vedrørende hallkapasitet

Mål/kpjer:

- 20% netto nye utøvere i friidrettsgruppa
- 1-2 nye styremedlemmer og 3-4 komitèmedlemmer
- 4 sosiale eventer (sommer og jule-avslutning, og i forbindelse med større stevner)
- 1 ny varig inntektsbringende aktivitet

1.5. Gruppas idrettslige mål 2021

Mål	Resultat
Deltakere på stevner totalt innendørs 35	
Deltakere på stevner totalt utendørs 140	
2-3 medaljer i NM senior/junior	
6-7 medaljer i UM	

4-5 medaljer i Ungdomsleker 13/14 år	
25 medaljer i Tyrvinglekene /Veidekkelekene og Tjalve-lekene til sammen	
39000 i poengsum etter Tyrvingtabellen (40 resultater for aldersgruppa 13-19 år)	
15 kretsmesterskap utendørs totalt	
Holde seg i 1. divisjon i NFIF «lagserie»	
Holde seg i 1. divisjon for herrelaget i NFIF «lagserie»	
50 deltakere i Romerikslekene og 40 i Tyrvinglekene.	
Bli blant de 3 beste lagene i herrer junior i Holmenkollstafetten	

2. Handlingsplan 2021

Handlingsplanen beskriver hvilke tiltak som skal gjennomføres og tidsfrist. Handlingsplanen følges opp som del av styremøtene. Stevner er ikke tatt med, mindre sosiale aktiviteter ikke tatt med.

Tiltaksområde	Tidsfrist for gjennomført	Ansvarlig
JANUAR		
Planlegge årsmøte / fastsette dato / gå gjennom oppdatert dokumentasjon Virksomhetsplan inkl organisering, mål, arrangement, budsjett (første runde), resultat, handlingsplan Innspill roller som må erstattes. Endring treningsavgifter, annet økonomisk.	Styremøte i januar.	Styrets leder
Rekruttering nye styre- og komiteemedlemmer Sende ut mail med informasjon, samt direkte henvendelser	Etter styremøte i januar	Styret
Info fotball om helgearrangement, samt hva vi tar som utgangspunkt for kommende utendørs sesong (treningsstider)	Etter styremøte januar	Styrets leder
Rekrutteringsaktiviteter, treningstilbud nytt med mer – forslag til aktiviteter februar tom juni	31.01	Sportslig utviklingsansvarlig
Trenerkurs vinter/vår	31.01	Sportslig utviklingsansvarlig
Stevneturer og sosiale aktiviteter februar tom juni Kan ha tema om kosthold, forebyggende trening og medisinsk støtte etc.	31.01	Sportslig utviklingsansvarlig
Årsmøte <ul style="list-style-type: none"> • Sende ut mail og legge ut på web informasjon om tidspunkt • Lenke til årsmelding, budsjett, resultat, agenda og virksomhetsplan 	31.01	Admin/kommunikasjonsansvarlig
Gjennomgang av aktuelle støtteordninger <ul style="list-style-type: none"> • legge søknadsdato m/ansvar i handlingsplan 	31.01	Økonomiansvarlig
FEBRUAR		
Søknad timer hall neste sesong (inn til hovedlaget som sammenstiller og sender inn 1.3)	15.2	Sportslig utviklingsansvarlig, sportslig leder
Alle arrangement, aktiviteter og dugnader for 1 halvår besluttet	Til styremøte i februar	Arr.kom, sportslig komite, sportslig utviklingsansvarlig
Budsjett	Til styremøte februar	Styret/økonomiansvarlig
Virksomhetsplan, årsmøtedokument, budsjett, resultat - endelig	Til styremøte/årlig møte	Styret/økonomiansvarlig

Årsmøte <ul style="list-style-type: none"> • Sende ut mail/på web/face og lenke til årsmelding, budsjett, resultat, agenda og virksomhetsplan 	Etter styremøte i februar	Styrets leder
Treningstøy og klubbdrakter <ul style="list-style-type: none"> • Ta stilling til behov for bestilling • Oppdatere lagerstatus • Avklare behov for å sende ut informasjon om kjøp/bestilling 	Innen 28.02	Klubbtoyansvarlig
Planlagt sommercamp, aktivitetstilbud utover vanlig treningstilbud	28.20	Sportslig utviklingsansvarlig, sportslig komitè
Mars		
Behov for nytt utstyr ute - samle inn behov fra trenerne	Innen 30.3	Sportslig utviklingsansvarlig / sportslig komitè
Stevner og stafetter utendørssesongen - prioriterte stevner - hvilke stafetter skal vi delta på - (sikre ansvarlig for planlegging og gjennomføring) - sosialt	Innen 30.3	Sportslig komite
Treningstilbud utendørssesongen <ul style="list-style-type: none"> • Treningstilbud, oppstart ute ++ • Trenerkabal 	Innen 30.3	Sportslig utviklingsansvarlig
Rekrutteringsaktiviteter	Innen 30.03	Sportslig utviklingsansvarlig/sportslig komite/leder
Web og informasjon Oppdatere treningstider for utendørssesongen	Innen 30.3	Webansvarlig
Dugnadsoversikt foreldre frem til juni/september <ul style="list-style-type: none"> • Sammenstilling basert på arrangement, aktiviteter og dugnader • Sende ut oversikt til foreldre og utøvere • Deltagelse skal omhandle alle aktiviteter vi trenger støtte på 	Innen 30.03	Arrangementskomite
Loddsalg vinter/vår planlagt og informert om til foreldre (april/mai)	30.03	Arr.komitè
APRIL		
Fastsatt sommercamp/sommertilbud	I løpet av april	Sportslig utviklingsansvarlig/sportslig komitè
Vårdugnad Lahaugmoen – ikke planlagt med – siste i 2019, skal vi vurdere på nytt?	Etter påske	Arr.komitè
Dommerkurs	Etter påske	Dommeransvarlig
Utdeling av kunstkatalog (avsjekk kunstkomite i mars)	Etter påske	Arr.komitè
Sjekk hjertestarter	30.04	Driftsansvarlig
Sende ut treningsavgift	Innen 30.04	Administrativ ansvarlig / Økonomiansvarlig
Driftsdugnad – vår - rydding, vedlikehold, sandpåfylling	30.04	Driftsansvarlig

Avklare plan for skolemesterskapet	30.04	Sportslig utviklingsansvarlig/ Petter / Anne Edith
Politiattest • Nye trenere, samt de som har gått ut (mer enn tre år siden gyldig attest)	30.04.	Sportslig utviklingsansvarlig
Nøkkelstatus Bjertneshallen - innlevering fra de som slutter, og oversikt de som har (nye nøkler fra 2021)	19.04	Sportslig utviklingsansvarlig
MAI		
Beisedugnad arr.huset	??.05	Driftsansvarlig
Løpsstevne – test før Elitestevne	14.05	Arr.kom
JUNI		
Elitestevne	05. Juni	Styret
Oversikt arrangement, aktiviteter og dugnader for 2. halvår Sende ut til foreldre i etterkant.	Styremøte juni	Arr.kom
Sommeravslutning, jordbær og is	XX.06	Arr.komitè
Skisse plan ut sommersesong Trenerstatus++	Innen 30.06	Sportslig utviklingsansvarlig
Rekrutteringsaktiviteter, treningstilbud nytt med mer – forslag til aktiviteter august/desember	Innen 30.06	Sportslig utviklingsansvarlig
Trenerkurs høst	Innen 30.06	Sportslig utviklingsansvarlig
Aktivitetstilbud, stevneturer og sosiale aktiviteter august tom desember	Innen 30.06	Sportslig utviklingsansvarlig
Web-oppdatering Sjekk alle sider for relevans, evt justering av tekst	Innen 30.06	Webansvarlig
JULI		
FERIE		
August		
Nittedalslekene	21-22 August	Arr.komitè, sportslig komite
Treningstilbud innendørs høst/vinter * halltider * trenerstatus etter sommer og etter høstferie	Innen 30.08	Sportslig utviklingsansvarlig / sportslig komitè
Trenerkurs høst/vinter Sende ut informasjon om aktuelle kurs	August	Sportslig utviklingsansvarlig / sportslig komitè/
September		
Klubbmesterskap	18.09	Arr.kom/sportslig komite
Søke Gjensidigestiftelsen	15.09	Økonomiansvarlig
Treningstilbud innendørs klart med trenere	15.09	Sportslig utviklingsansvarlig
Skolemesterskapet	XX.09	Arr.komitè, sportslig komite
Web og informasjon • Oppdatere treningstider inne • Sende ut mail med informasjon om treningstider og steder	30.09	Sportslig utviklingsansvarlig / Webansvarlig
Avslutningsmarkering utendørs	XX.09	Arr.komite

Nøkkelstatus Bjertneshallen - sikre at nye trenere får nøkler - sikre innlevering fra de som slutter	30.09	Sportslig utviklingsansvarlig
Behov for nytt utstyr innendørs - hente inn behov fra trenerne - gå gjennom utstyrsboden i Bjertneshallen	30.09	Sportslig utviklingsansvarlig
Lodddugnad ferdig planlagt • Infomail mm	30.09	Arr.komite
Sjekk hjertestarter	30.09	Driftsansvarlig
Oktober		
Politiattest • Nye trenere, samt de som har gått ut (mer enn tre år siden gyldig attest)	30.10	Sportslig utviklingsansvarlig
Driftsdugnad (rydde inn for vinteren)	30.10	Driftsansvarlig
Økonomiresultat, første budsjettforslag neste år	30.10	Økonomiansvarlig
NOVEMBER		
Kulturpriser	15.11	Sportslig komite
Utstyrsmidler- søknad	15.11	Sportslig komite/økonomiansvarlig
Fastsette Dommerkurs neste år	30.11	Dommeransvarlig
Oppsummering Sportslig resultat, måloppnåelse, forslag mål neste år	30.11	Leder sportslig komite
Stevner neste år – melde inn Akershus friidrettskrets	30.11	Leder Sportslig komite
Påmeldingsavgift utøvere som har tatt over 6 påmeldinger som vi dekker på treningsavgiften	30.11	Leder sportslig komite / økonomiansvarlig
Grøttest		
Kandidater til Talentstipend og utmerkelser.	18.12	Sportslig komite via styrets leder
Web-oppdatering Sjekk alle sider for relevans, evt justering av tekst	30.12	Webansvarlig
Økonomiresultat, første budsjettforslag neste år	30.12	Økonomiansvarlig
Virksomhetsplan, årsmøtedokument- første versjon	30.12	Styrets leder

3. Organiseringen av Nittedal Friidrettsgruppe i 2021

Styrets organisering skal sikre at vi har gode arbeidsprosesser og at vi styrer etter felles mål.

Organiseringen skal sikre tydelige grensesnitt og ansvarsdeling. Tydelige rollebeskrivelser skal sikre god utøvelse av alle de roller vi har i gruppa.

Styremøtene gjennomføres etter fastlagt plan hver måned bortsett fra juli og desember. Agenda skal sendes ut i forkant. Det skal lages referat og dette skal gjøres tilgjengelig for styredeltakere og andre interessenter.

I styret i friidrettsgruppa er det følgende roller, som kan fordeles på flere eller samles på en, alt ettersom interesse og kunnskap.

- Styrets leder
- Administrativt ansvarlig, medlemmer, web, kommunikasjon
- Økonomiansvarlig
- Driftsansvarlig
- Teknisk ansvarlig
- Sportslig leder
- Sportslig utviklingsansvarlig (ansatt deltid 25% kombinert som trener)
- Markedsansvarlig
- Arrangementsansvarlig
- Dommer- og stevneansvarlig
- Klubbtoyansvarlig
- Utøverrepresentant

Målsettingen er at vi fordeler oppgavene på mange slik at belastningen totalt sett blir lav. Hovedfokus i styret er Friidrettsgruppas aktiviteter.

Friidrettsgruppa har følgende komiteer: Sportslig komitee og Arrangementskomitee

I tillegg er det pt en ansatt på 25% i rollen som Sportslig utviklingsansvarlig, samt at de fleste trenerne er betalte (ungdom). Vi har noen frivillige foreldre som trenere.

Styret er ansvarlig for	Retningslinjer
<ul style="list-style-type: none">• å utvikle friidrettsgruppa i tråd med NIL's lover, og Friidrettsgruppas vedtatte virksomhetsplan som godkjennes på årlig møte• å oppdatere og gjennomføre virksomhetsplanen• å følge opp at friidrettsgruppa fungerer etter hensikten med nødvendige roller og ressurser allokert• økonomien i gruppa, inkl å sikre fakturering av treningsavgift, klubbtoy med mer.• å rapportere inn og bidra i NIL's Hovedlagsmøter• å avholde styremøter etter fastlagt plan• at alle ressurspersoner (trenere og personer med aktiv arbeid ovenfor barn) har politiattest og at disse kjenner idrettens lover og regler• drift og videreutvikling av friidrettsanlegget• å sikre friidretten rett bruk av friidrettsanlegget, iht formål for anlegget• at Nittedal friidrettsgruppes hjemmesider er oppdaterte, tilsvarende facebooksider• oppdatert medlemsregister	<ul style="list-style-type: none">• Styrets leder kaller inn til møte• Agenda sendes ut i forkant av styremøtet til styremedlemmer, samt komiteemedlemmene• Referat sendes i etterkant av styremøte til styremedlemmer.• Referat gjøres tilgjengelig i etterkant av møtet til møtedeltakere og andre interessenter• Det skal avholdes styremøte minimum hver 6. uke, og styremøteplan fastsettes halvårlig• Virksomhetsplanen skal inneholde alle aktivitetsplanene til Friidrettsgruppa, dog ikke detaljering av aktiviteter• Administrativt ansvarlig er nestleder – og stiller som stedfortreder for styrets leder ved behov• Varamedlem skal ha en fast rolle• Utøverrepresentant kalles inn på sak

<p>Roller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Styrets leder • Styremedlem - nestleder, admin, info/kommun. • Økonomiansvarlig • Styremedlem – markedsansvarlig • Styremedlem - sportslig leder • Styremedlem – arrangementsansvarlig • Styremedlem – dommer og stevneansvarlig • Styremedlem – teknisk ansvarlig • Styremedlem - klubbtoy/diverse • Styremedlem - driftsansvarlig 	<p>Valgte representanter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hanne Tangen Nilsen • Terje Owrehagen • Kine Halvorsen • På valg (Ole Engebretsen pt) • På valg (Petter Wessel pt) • Rannveig Øksne • Petter Wessel • Ole Engebretsen • Rolf-Steinar Brekkan • Morten Hansen
<p>Administrasjon, web, kommunikasjon</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stedfortreder for leder ved behov (lede styremøte eller delta i hovedlagsmøter) • Oppfølging av medlemsregister/spoortz – utnyttelse av spoortz, rutiner medlemsregistrering • Sørge for at vi har oppdatert og rett informasjon tilgjengelig på web • Utvikling av web'n, struktur, sider • Oppdatere informasjon på web'n iht årsplan • Sikre at vi har løpende kommunikasjon på facebook og i Varingen 	<p>Retningslinjer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oppdaterte rutiner for inn- og utmelding av medlemmer • Sørge for uttrekk av lister fra Spoortz • Løpende oppdatering av websidene • Minimum halvårlig gjennomgang av sider som har behov for endring
<p>Økonomiansvarlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utfører kontroll av budsjett og følger opp månedlig på resultat (via økonomisystemet Tripletex) • Sørge for å registrere og ut faktura (klubbtoy og etter stevner), samt treningsavgifter. • Følge opp på utestående fordringer, purre 	<p>Retningslinjer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ta ut rapport månedlig til styremøte, følge opp budsjett/forecast • Sikre oppfølging av utestående fordringer • Støtte ved innleggelse av faktura, treningsavgifter mm.
<p>Teknisk ansvarlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forberedelse av verktøy og utstyr, samt tekniske fasiliteter før stevner. • Sikre tekniske fasiliteter under stevnet • Sikre drift/oppetid under året. 	<p>Retningslinjer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sørge for at verktøy (måling, resultat, streaming, arrangementsstøtte) og tekniske installasjoner på anlegget fungerer etter hensikten under stevnet • Tilrettelegge for åpning av dør i første etasje • Sørge for drift av el- og ikt-installasjoner
<p>Driftsansvarlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planlegging og gjennomføring av vår- og høstdugnad (sette banen i stand for sommersesong og rydde inn før vinteren) • Sørge for årlig vask av banen • Planlegge og gjennomføre nødvendige vedlikeholdsoppdrag 	<p>Retningslinjer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planlegge dugnader • Kommunikasjon/informasjon om aktuelle dugnader • Etablere evt rutiner/dokumentasjon • Evt etablere og følge opp dugnadsgruppe
<p>Arrangementskomitè er ansvarlig for å</p> <ul style="list-style-type: none"> • bistå i planlegging og gjennomføring av fastlagte stevner og arrangementer. 	<p>Retningslinjer:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Retningslinjer/sjekklistor for gjennomføring av friidrettsstevner

<ul style="list-style-type: none"> • planlegge med hjelpemannskap til gjennomføring av arrangementet • oppdatere sjekklister og erfaring fra arrangementet • organisere salg av kaker og lignende på alle våre stevner/arrangementer • organisering og gjennomføring av salgsaktiviteter, dugnader og loddsalg • kommunisere i god tid og minimum halvårlig til foreldre hvilke arrangement/dugnader/annet de er satt opp på. • holde oversikt over deltagelse fra foreldre og utøvere. <p>Det skal være minimum 5 medlemmer i komiteen. Det skal gjennomføres minimum 2 møter i året.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Retningslinjer for gjennomføring av andre faste aktiviteter • Sjekklister for deltagelse på dugnader og arrangementer for foreldre • Sjekklister for gjennomføring av loddsalg • Oppdaterte lister over hjelpemannskap hentes fra Spoortz
<p>Roller</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leder av komite, arrangementsansvarlig • Medlem – Kioskansvarlig / Sosialt • Medlem - hjelpemannskap • Medlem - hjelpemannskap • Medlem - hjelpemannskap • Medlem – loddansvarlig 	<p>Representanter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rannveig Øksne • Olaug Råd • Gry Stensrud • Lise Torstensen • Sanne Johansson • Vida Babonaite

<p>Markedsansvarlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ansvarlig for å markeds- og salgsmål med tilhørende aktiviteter • Ansvarlig for å sikre gjennomføring av markeds- og sponsoraktiviteter. • Ansvarlig for å sikre utarbeidelse av søknader om støtte til klubben 	<p>Retningslinjer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planlegge inntektsbringende tiltak og sikre realisering • Etablere kontakt med aktuelle virksomheter for sponsortiltak • Følge opp årlig aktuelle sponsorer • Motivere foreldre til å skaffe sponsorer • Samarbeid hovedlaget om sponsoraktiviteter
--	--

<p>Sportslig leder med støtte fra Sportslig utviklingsansvarlig.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Følge årshjulet og aktiviteter som ligger til sportslig komite/ansvarlig leder • anbefale stevner og arrangement vi skal holde per år, godkjennes i styret • anbefale idrettslige mål for friidrettsgruppa, godkjennes i styret • anbefale mål i samspill med utøverne, dersom utøver ønsker dette • anbefale stevner utøverne skal delta på • planlegge og gjennomføre sportslige aktiviteter med utøvere (stafetter, stevner, treningsleir oa). • beskrive treningstilbud til utøvergruppene, inkludert treningsleir(e) og sosiale tiltak.. • beskrive behov for halltider vinterstid (sikre at styrets leder søker på rette timer) • spille inn behov for treningsmateriell, kursbehov, gjestetrenere mm • anbefale økonomisk støtte for trenere og utøvere, godkjennes i styret • spille inn behov for økonomisk støtte til treningsleir, deltagelse stevner • kravstille til utøvere hva som skal til for å få økonomisk støtte • administrativt ansvarlig for nøkler til trenere og oppmenn • rekruttere trenere/hjelpetrenere etter behov. • utdanne trenere (kurstilbud) • invitere inn gjestetrenere (eksterne, eldre utøvere) • å vedlikeholde gruppas statistikker • oppdatere web og facebook med aktuelt fra stevner, treningstilbud og annet relevant 	<p>Retningslinjer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Møtes minimum 2 ganger årlig. Spesielt viktig før sommersesong og i løpet av • Planlegging og utvikling av treningstilbud, sikre at det er tilstrekkelig trenerkapasitet og riktig kompetanse • Web'n skal oppdateres med aktuelt fra stevner og halvårlig med treningstilbudet (høst/vår) • Sikre informasjon om aktiviteter løpende på Facebook og web • Kontaktpunkt mot trenere og foreldre
<p>Roller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leder • Medlem Sportslig utvikling, treneransvarlig • Medlem, statistikk og stevner • Medlem foreldre • Medlem trener 	<p>Valgte representanter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nyvalg (Petter Wessel pt) • <i>Meike Hesselink</i> • Petter Wessel • Nyvalg • Nyvalg

Roller tilknyttet sportslig komitè og det sportslige tilbudet

<p>Dommeransvarlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sikre tilstrekkelig med dommerkapasitet i klubben • Sikre gjennomføring av dommerkurs • Ansvarlig for at vi stiller med dommere på stevner
<p>Trenere</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utarbeide mål og treningsplaner for sine utøvergrupper • Tydeliggjøre utøvers eget ansvar ifht å fastsette og nå sine personlige mål • Gjennomføre trening • Motivere utøvere til å bli med på stevner • Gi innspill til behov ifht treningstider for sine utøvere
<p>Sportslig leder med støtte fra Sportslig utviklingsansvarlig – generelle oppgaver:</p>

- Utvikle treningstilbud og sikre godt samarbeid på tvers av gruppene i samspill med sportslig utviklingsansvarlig og komiteen
- Bistå sportslig utviklingsansvarlig og trenere med planlegging av sosiale aktiviteter, treningsleir med mer
- Motivere utøvere til å bli med på stevner.
- Bistå med info om påmeldinger til stevner
- Knytte kontakter med foreldrene for å engasjere de i klubbens aktiviteter
- Planlegge rekrutteringsaktiviteter i samspill med sportslig utviklingsansvarlig og komiteen
- Være tilstede på treninga innimellom

Utøvere 15 år og eldre:

- Motivere utøvere til å bli med på UM, NM jr og NM sen. når de er kvalifiserte til det.
- Motivere utøverne til å delta i øvelser som laget trenger ifm NFIF's serier for både menn og kvinner.
- Motivere utøvere til å delta på stevner utenlands
- Bistå trener med planlegging av treningsleir med mer

Sportslig leder med støtte fra Sportslig utviklingsansvarlig

- Bestilling av reise, hotellrom med mer ifht sosiale arrangement, UM, NM jr, treningsleir osv.
- Organisere foreldrekveld for utøvergruppene
- Organisere kvelder for utøvere

Sportslig utviklingsansvarlig (se egen oversikt nedenfor)

- Utvikle treningstilbud og treningsinnhold
- Rekruttere og utvikle trenere i tråd med treningstilbudet
- Være en ressursperson og støttespiller for trenere og hjelpetrenerne.
- Bidra til å bygge klubbkultur både sosialt og sportslig
- Øke antall utøvere som trener friidrett og foreldre som engasjerer seg
- Veilede utøvere og foreldre som ønsker å satse
- Bidra til å utvikle samarbeid på tvers av idretter innen NIL (treningstilbud, treningstider etc)
- Være trener

Oppgaver:

- Utvikle treningstilbud og treningsinnhold
 - Planlegge treningstilbud til utøvergruppene sommer og vinter
 - Ansvarlig for opplegg til treningsleir, samt anbefale tidspunkt for treningsleir
 - Sette opp oversikt over behov for timer i Bjertneshallen/Bjertneslabben
 - Spille inn behov for treningsmateriell, kursbehov, gjestetrenere mm
 - Sikre rett treningsmateriell ute og inne
 - Administrativt ansvarlig for nøkler/tilganger til trenere
 - Samarbeid med de andre gruppene i NIL (evt også Gjelleråsen)
 - Samarbeid med andre friidrettsgrupper i nærområdet (Oslo, Romerike)
- Rekruttere og utvikle trenere i tråd med treningstilbudet, Være en ressursperson og støttespiller for trenere og hjelpetrenerne. Bistå med planlegging, kursing, øvelser
 - Rekruttere trenere/hjelpetrenerne etter behov.
 - Utdanne trenere (kursing/støtte, evt kurstilbud)
 - Invitere inn gjestetrenere (eksterne, eldre utøvere)
 - Følge opp trener etter behov (treningsopplegg, bistand, støtte)
 - Bistå trenere med planlegging, kursing, øvelser
 - Trenermøter jevnlig
- Gjennomføring av trening
 - Være trener på utvalgte treninger
 - Bistå som hjelpetrener for coaching og trenerutvikling
- Bygge klubbkultur både sosialt og sportslig
 - Oppdatere web og facebook med aktuelt fra stevner, treningstilbud og annet relevant
 - Rekrutteringsaktiviteter (utøvere som trener friidrett og foreldre som engasjerer seg)
 - Organisere foreldrekveld for utøvergruppene
 - Organisere kvelder for utøvere (generelt, kosthold, medisinsk støtte, taping etc..)

- Planlegge og gjennomføre sportslige aktiviteter med utøvere (stafetter, stevner, treningsleir oa).
- Bistå trener med planlegging av sosiale aktiviteter
- Motivere utøvere til å bli med på stevner.
- Bistå med info om påmeldinger til stevner
- Knytte kontakter med foreldrene for å engasjere de i klubbens aktiviteter
- Bistå med informasjon om organisering av kjøring til trening utenfor bygda og på stevner