

# Föreningspolicy

## Varbergs GIF Gymnastikförening

### Innehåll

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| Inledning .....                            | 3  |
| Vår målsättning .....                      | 3  |
| Organisationspolicy .....                  | 3  |
| Verksamhetspolicy .....                    | 4  |
| Byte av grupp .....                        | 5  |
| Tävlingspolicy .....                       | 6  |
| Förenings- och regionstävlingar .....      | 6  |
| Nationella tävlingar .....                 | 6  |
| Beteendepolicy .....                       | 7  |
| Mobbning .....                             | 7  |
| Psykisk ohälsa/ätstörningar .....          | 7  |
| Droger .....                               | 7  |
| Sexuella övergrepp och trakasserier .....  | 8  |
| Upprätthållande av beteendepolicy .....    | 8  |
| Vad händer om policy inte följs .....      | 8  |
| Ekonomisk policy .....                     | 8  |
| Medlemsavgifter och träningsavgifter ..... | 8  |
| Försäkringar .....                         | 9  |
| Arvoden .....                              | 9  |
| Kostnader i samband med tävling .....      | 10 |
| Kostnader i samband med läger .....        | 10 |
| Transporter .....                          | 10 |
| Kommunikationspolicy .....                 | 10 |
| Hemsida och e-post .....                   | 11 |
| Sociala medier .....                       | 11 |
| Personuppgifter .....                      | 11 |
| Kontakt .....                              | 11 |
| Föreningsnamn .....                        | 11 |
| Föreningsmärke/logga .....                 | 11 |

|                           |    |
|---------------------------|----|
| Föreningsfärger .....     | 12 |
| Tryckt kommunikation..... | 12 |
| Föreningskläder .....     | 12 |
| Föreningskollektion.....  | 12 |
| Träningskläder.....       | 12 |
| Tävlingskläder .....      | 12 |
| Ledarkläder .....         | 13 |

# Inledning

Varbergs GIF Gymnastikförening är en ideell förening. Ledares, styrelsemedlemmars och övriga ansvarigas agerande mot barn och ungdomar i föreningen är viktigt och policydokumentet ska fungera som ett stöd i arbetet inom föreningen. Ändringar i policydokumentet får endast göras efter beslut i styrelsen eller på årsmöte.

## Vår målsättning

Vi vill vara en attraktiv och betydelsefull förening som skapar förutsättningar för träning i olika former. "Rörelse hela livet" är vårt motto. Träning hos oss ska vara kul, inspirerande, och utveckla de fysiska färdigheterna. Allt detta skapar trivsel och gemenskap, vilket är centrala värden i hela vår verksamhet. Vi eftersträvar en kontinuerlig kvalitetsökning som sker genom livlig kursverksamhet. Samverkan och god kamratanda bland våra ledare är viktiga faktorer för att skapa trygghet för våra medlemmar.

## Organisationspolicy

Styrelsen är föreningens högst ansvariga och beslutande organ under verksamhetsåret. Styrelsen tillsätts på årsmötet.

Anställda i föreningen kan vara kanslist och tränare.

Föreningen bör ha en barn- och ungdomsansvarig person som utses av styrelsen med syfte att driva och tillvarata frågor relaterade till barnrättsperspektivet i enlighet med Gymnastikförbundets anvisningar för prestationsinriktade föreningsmiljöer.

Verksamhetskommittéer bistår olika verksamheter i dialog med styrelsen. Styrelsen tillsätter de kommittéer de anser vara lämpliga.

Ledare bistår och sköter gruppverksamheten och stöttas av anställda och kommittéansvariga. Se separat Ledarpolicy för utförligare information och riktlinjer.

Vårdnadshavare till gymnaster i barngrupper (gröna samt vissa orange grupper), kan i samband med terminsstart sättas upp på ett rullande schema och förväntas hjälpa till vid ca 2-3 träningar per termin (framplockning, resurs under träningen (t ex hjälpa till att hålla balansen) och bortplockning). Detta syftar till att säkerställa antalet vuxna på plats samt att ge insyn i verksamheten. Gruppens ledare hjälper till med instruktioner.

Vårdnadshavare till gymnaster i tävlingsgrupper (blå, röda och lila) förväntas utföra ålagda uppgifter i samband med tävlingar och andra arrangemang som föreningen arrangerar. Anledningen är att den här typen av aktiviteter ger en betydande inkomst till föreningen och håller nere terminsavgifterna. Vid förhinder ska vårdnadshavaren ordna en annan lämplig person

som företrädare. Föreningens föräldragrupp bistår runt de större arrangemangen. Eventuella byten meddelas till föräldragruppen (inte till ledarna).

## Verksamhetspolicy

Verksamheten bedrivs i grupper. Tillgång till ledare och lokaler styr antalet grupper och åldersspann, i viss mån även gruppstruktur. Gruppstrukturen ses över inför varje höst för kommande verksamhetsår. Vid behov kan det göras justeringar inför vårterminen. Plats för nya medlemmar i föreningens träningsgrupper (gröna och orange) erbjuds enligt först-till-kvarnprincipen via bokningssystem på hemsidan. Först släpps platser till personer som står i vår förturskö, därefter till samtliga. Vi tar inte in nya gymnaster direkt till tävlingsgrupp (pojkgrupper kan undantas).

Gymnaster med vårdnadshavare som åtar sig ledarroll kan få förtur. Nyinflyttade gymnaster från andra kommuner som önskar fortsätta träna och tävla i gymnastik försöker vi erbjuda plats i lämplig grupp.

Inom varje grupp strävar vi efter att det ska finnas minst en ansvarig huvudledare som har erfarenhet, kompetens samt utbildning enligt "minst ett steg högre än vad gruppen tränar på". Huvudledaren har till uppgift att stötta övriga ledare i gruppen och styra träningsinnehållet så att föreningens och gruppens målsättning uppnås. Se separat Ledarpolicy för utförligare information och riktlinjer.

Varbergs GIF Gymnastikförening följer Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell och nyckelfaktorer enligt dokumentet "Svensk Gymnastik Vill" (se nedan).



Figure 1. Utvecklingsmodellen enligt Svensk Gymnastik Vill.

### Grön: Lekande & lärande gymnastik

Lekande gymnastik är ett introduktionsstadium för våra yngsta gymnaster. Träningen är varierad med enkla och lekfulla aktiviteter. Det viktigaste är att utövarna känner sig delaktiga, har kul och

får utlopp för fantasi och rörelseglädje. Övningar och rörelser anpassas efter varje barns förmåga och stort utrymme ges för utveckling av grundmotoriska färdigheter. Med stigande ålder övergår lekande i mer lärande gymnastik.

Lärande gymnastik är det stadie där barnen lär sig att träna för att ha kul, utmanas, röra på sig och träffa kompisar. Träningen är gymnastikspecifik, men med fortsatt fokus på allsidighet och variation av övningar och uttrycksformer. De grundmotoriska färdigheterna är i centrum och sätts samman till att forma gymnastikspecifika övningar.

Tävlingar förekommer inte. Vi uppmuntrar utövarna att prova många idrotter och gymnastik i olika former. Barn tillhör grön nivå fram till runt skolåldern.

### **Orange: Träning för aktivt liv**

Aktivt liv erbjuder allsidig, rolig och utvecklande fysisk träning för barn, ungdomar, vuxna och äldre, oberoende av vilken nivå som utövarna vill träna på och oavsett vilken träningsbakgrund de har. Den egna kroppens rörelser står i centrum. Här återfinns bland annat olika former av gymnastikträning, motion och yoga; träning som inte är direkt tävlingsinriktad. Detta är också barn och ungdomars väg in i gymnastiken efter att de passerat grön nivå åldersmässigt.

### **Blå: Träna på att träna och tävla**

Runt skolstartsåldern kompletteras verksamheten med (förberedande) tävlingsgrupper som tränar 2 (-3) ggr/v. Fokus ligger på inläring och utveckling av mer komplexa övningar och bedrivs i organiserad form som tar större utrymme än i tidigare stadier. Kompletterande träningsläger och förenings- och gruppaktiviteter är viktiga för teknisk och personlig utveckling, men också för sammanhållning och tillhörighet. Fysisk förberedelse (styrka, flexibilitet och uthållighet) går hand i hand med den grenspecifika träningen. Man tävlar på i första hand lokal och regional nivå. Resultaten står inte i centrum. Utövaren ska kunna delta i andra idrotter.

### **Röd: Träna och tävla**

Nya utmaningar och variation i träningen inspirerar, utvecklar gymnasterna. Det innebär ökad träningsmängd och komplexitet i övningarna. Svårare övningar ska vara genomtänkta för att minska skaderisken. Kompletterande träningsläger och förenings- och gruppaktiviteter är viktiga för teknisk och personlig utveckling, men också för sammanhållning och tillhörighetskänsla. I tävlingsreglementen används anpassade tävlingsstrukturer och regler för respektive målgrupper. Man tävlar på lokal, regional och nationell (möjligt från 13 år) nivå.

### **Lila: Träna för att tävla**

Gymnaster i detta stadium har bestämt sig för att satsa på tävlingsgymnastiken och fokus ligger på att utvecklas högre. Vid det här laget behärskar gymnasterna alla grundövningar och träningen inriktas på inläring av mer avancerade övningar och sekvenser och perfektion av utförandet. Anpassning av övningsval och träningsupplägg och att utrymme lämnas för återhämtning är väsentligt, allt för att minimera skaderisken. Man tävlar i första hand på nationell nivå.

## **Byte av grupp**

Förflyttning av gymnast mellan grupper ska ske med utgångspunkt från gymnastens önskemål, intresse och förutsättningar. Ledare ska verka för att sådana förflyttningar är möjliga.

- Byte till likadan grupp (samma färg och ålder) kan ske i mån av plats.
- Byte till grupp som tränar (och tävlar) i mindre omfattning försöker vi alltid att ombesörja.

- Byte till grupp som tränar (och tävlar) i högre omfattning sker i mån av plats och med hänsyn till gymnastisk kunskapsnivå. Provträningar kan förekomma.

Önskemål om byte hänvisas till berörda huvudledare/kommittéansvariga och antecknas i Sportadmin med datum. Detta bör ge en bra generell överblick inför terminsstart och möjliggöra rättvis platsfördelning enligt principen "först till kvarn". Beslut om byten fattas av huvudledare och kommittéansvariga i samråd. Grupper som vill ta in större antal gymnaster bör annonsera detta till intresserade med slutdatum och eventuell provträning.

## Tävlingspolicy

Truppgymnastik innefattar tävling på tumbling, trampett och fristående och innebär träning i högre omfattning med stigande nivåer. När gruppen är redo för att börja tävla ska alla gymnaster i gruppen ges möjligheten att tävla en gång per termin (så länge tävlingsutbudet gör det möjligt). Att vara med på en tävling innebär att man räknas till laget och får tävla minst ett varv och/eller är med i fristående.

Det är huvudledarna i gruppen som beslutar om vilka tävlingar gruppen ska tävla i, antal lag och vilka övningar som passar respektive gymnast med hänsyn till tävlingsbestämmelser, syftet med tävlingen, hela lagets förutsättningar samt gymnastens egna förutsättningar.

## Förenings- och regionstävlingar

På förenings- och regionstävlingar ska gruppen ställa upp med jämna lag om man tävlar med mer än ett lag. Endast om det är stor spridning i gymnasternas färdigheter kan man vid behov nivåanpassa lagen så att fler ges möjlighet att tävla på sin nivå (företrädesvis efter 13 års ålder). Det är önskvärt att samtliga gymnaster kan medverka på alla moment, men verkligheten kan se annorlunda ut för enskilda individer av olika anledningar. Målet är att en absolut majoritet ska kunna vara med på alla varv.

På nivå 7-9 ska gymnasten vara redo för övningen så att den kan utföras med kontroll och man bör kunna stegen i fristående, men det är inget krav på perfekt utförande. Att träna på att tävla är det viktigaste momentet.

Från nivå 6 och uppåt där samtliga varv är mer fartfyllda och roterande ska en tävlingsklar övning kunna utföras säkert och med tydlig position.

## Nationella tävlingar

På nationell nivå, från och med 13 års ålder finns ökade krav på att kunna utföra vissa övningar. Uttagning till dessa tävlingar kan ske efter kunskap inom gruppen.

# Beteendepolicy

Varbergs GIF Gymnastikförening följer Svensk Gymnastiks uppförandekod enligt dokumentet "Svensk Gymnastik Vill":

- Jag är en god förebild.
- Jag respekterar allas lika värde.
- Jag respekterar allas personliga integritet.
- Jag värnar individens hälsa, säkerhet och välmående i samband med gymnastikverksamhet.
- Jag bidrar till att alla kan känna glädje och gemenskap.
- Jag underlättar individens utveckling med utgångspunkt i den enskilda individens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.

Gymnaster och ledare representerar Varbergs GIF Gymnastikförening och förväntas följa föreningens policydokument. Ledarna är ansvariga för gruppens regler/förhållningssätt och att dessa följs. Alla förväntas aktivt arbeta för en god laganda, trivsel och bästa möjliga gemenskap. Vid överträdelser har ledare rätt att avvisa/skicka hem gymnaster (i dialog med föräldrar där det är tillbörligt).

## Mobbning

Varbergs GIF Gymnastikförening ska vara en förening där alla ska känna sig välkomna. Det är därför inte acceptabelt att någon form av mobbning av vare sig barn, ungdomar eller vuxna, egna medlemmar eller gäster förekommer. Med mobbning avser föreningen handling där medlemmen eller dess anhörig utsätts för kränkande behandling. Föreningen ska aktivt motverka att någon känner sig utanför föreningens gemenskap och därför är alla former av diskriminering, trakasserier eller annan form av kränkningar inte acceptabelt inom föreningen. Varken fysisk, psykisk eller ekonomisk bestraffning får förekomma.

## Psykisk ohälsa/ätstörningar

Varbergs GIF Gymnastikförening ska proaktivt förebygga psykisk ohälsa/ätstörningar. Fokus skall ligga på hälsa, välmående, optimal träning och återhämtning (vila, sömn, mat) som prestationsfrämjande faktorer. Gymnaster ska inte uppmanas till att gå ner i vikt eller ändra kroppssammansättning. Vid misstanke om ohälsa skall ledare uppmuntra och stötta till vidare utredning samt lämplig och effektiv behandling. Det är viktigt att inte blunda för problemet utan markera den oro man känner och att det krävs insatser. Om det handlar om unga idrottare under 18 år ska föräldrarna kontaktas.

## Droger

Varbergs GIF Gymnastikförening tar avstånd från och arbetar mot användandet av tobak, alkohol och droger. Bland ungdomar under 18 år gäller alltid nolltolerans. Alkohol eller droger ska aldrig förekomma bland ledare eller gymnaster i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar t.ex. under träningar, träningsläger och tävlingar eller resor till och från dessa. Genom föreningens ansats och vilja att hålla våra gymnaster kvar upp i åldrarna även som ledare, verkar vi för en meningsfull fritid och därmed minskar risken för att ungdomarna ska lockas till att

använda tobak, alkohol eller droger. Om ledare eller gymnast upptäcks påverkad av alkohol eller droger måste personen omedelbart avsluta pågående träning eller tävling. Styrelsen kan besluta om avstängning av ledare eller gymnast om personen upptäcks påverkad då det under idrottsutövande kan vara en allvarlig säkerhetsrisk.

## Sexuella övergrepp och trakasserier

Varbergs GIF Gymnastikförening har nolltolerans kring sexuella övergrepp och trakasserier. Misstanke om sexuella övergrepp eller trakasserier leder till omedelbar avstängning. Från 1 januari 2020 är inlämning av registerutdrag obligatoriskt från alla ledare över 15 år i enlighet med riktlinjer från Riksidrottsförbundet. Registerutdrag ska lämnas in av nya ledare samt inför varje hösttermin.

## Upprätthållande av beteendepolicy

Styrelse, anställd personal, ledare och övriga föreningsrepresentanter skall arbeta aktivt med och har ett gemensamt ansvar för att beteendepolicyn följs. Styrelsen är ytterst ansvarig och säkerställer att uppföljning sker vid misstanke om överträdelse. Ett enskilt samtal ska genomföras vid överträdelser och föräldrakontakt tas om medlemmen är under 18 år. Då föreningen lägger stor vikt att beteendepolicyn följs av alla medlemmar sker kommunikation och utbildning i samband med föreningsmöten, ledarmöten, interna utbildningar osv. Värdegrundarbete är en obligatorisk del i interna ledarutbildningar.

## Vad händer om policy inte följs

Vid brott mot uppförandekoden eller andra delar ur policyn där medlem misskött sig följs hanterandet enligt följande konsekvenstrappa:

Steg 1 - Samtal med varning sköts av person utsedd av styrelsen. En åtgärdsplan ska upprättas skriftligen.

Steg 2 - Om problemet kvarstår vid uppföljning lyfts det till styrelsen där vidare konsekvens beslutas vilket kan vara byte av grupp eller uteslutning ur föreningens verksamhet.

## Ekonomisk policy

### Medlemsavgifter och träningsavgifter

Alla gymnaster ska erlägga medlemsavgift för att ha rätt att delta i verksamheten. Medlemsavgift påläggs fakturan för höstterminen. Föreningen står för ledares medlemsavgifter.

Alla gymnaster ska erlägga träningsavgift. Avgiftens storlek är beroende på antal träningstimmar per vecka. Gröna och orange grupper tränar minst 12 gånger per termin. Blå grupper tränar minst 28 ggr per termin. Om en gymnast ångrar sig och inte önskar fortsätta efter första eller andra veckan på terminen kan man ha möjlighet till återbetalning (administrativ avgift återbetalas ej). Ingen återbetalning görs efter andra veckan om inte särskilda omständigheter såsom sjukdom eller skada med läkarintyg.

Föreningen eftersträvar en aktiv kö och tillämpar därav en årlig köavgift på 100 kr per kalenderår.

## Försäkringar

Alla gymnaster och ledare måste vara försäkrade/inneha licens. Försäkringsavgift, giltig 1/10-30/9, påläggs fakturan för höstterminen (återbetalas ej). Om skada uppstår ska detta anmälas av gymnasten själv direkt till försäkringsbolaget. Blankett hittas på föreningens eller Gymnastikförbundets hemsida.

- Ledare är försäkrade genom Riksidrottsförbundets grundförsäkring.
- Gymnaster över 8 år ska ha minst träningslicens. De som utför fria rotationer runt tväraxeln (oavsett redskap) samt överslag och kullerbytta på trampett utan att tävla.
- Gymnaster som tävlar och utöver ovan nämnda rotationer även tävlar i andra föreningars arrangemang ska ha tävlingslicens.
- Alla övriga innehar basförsäkring och den ingår i medlemsavgiften.

## Arvoden

Ledare kan få ersättning per träningstimme i enlighet med ledararvodesstegen (gäller inte hjälpföräldrar). Arvode utgår endast för träningstiden.

Ingen ersättning ges vid julshow, våruppvisning, klubbmästerskap eller liknande.

Vid läger och tävlingar utbetalas ersättning per timme enligt arvodesstegen, men max 5 h per dag och max 5 h per natt. Ges till 1 ledare per 5 gymnaster.

Exempel:

- Vid 2 heldagars läger/tävling med 1 övernattning kan en ledare ta ut max 15 h ersättning (5 h dag 1, 5 h övernattning, 5 h dag 2).
- Med 10-14 gymnaster kan 2 st ledare ta ut arvode, vid 15-19 gymnaster kan 3 st ledare ta ut arvode, vid 20-24 gymnaster kan 4 st ledare ta ut arvode.

Vid föreningsläger på skollov betalas arvode enligt arvodesstege för hemmaläger.

Ersättning för friståendekomponering till tävlingsprogram (på nivå 5 och uppåt) utgår med 40 h (per person om två personer delar på uppdraget) eller 60 h (för enskild koreograf).

Ersättning för friståendekomponering (på nivå 6-9) till tävlingsprogram utgår med 20 h vardera om två personer delar på uppdraget eller 30 h för ensam koreograf.

Beslut ska i förväg vara förankrat med kommitté-ansvarig/styrelse, samma timersättning som man har enligt arvodesstegen gäller. Ledare som skapar friståendet har i uppdrag att uppdatera ledarsidan/driven med filmer och info för att kunna sprida det till hela föreningen.

Ersättning till domare som representerar föreningen utbetalas per de fyra första timmarna samt därefter per timma (från domarmöte till påskrivet generalprotokoll). Ersättningsnivån bestäms av utbildningsnivå.

Styrelsemedlemmar och kommittéansvariga kan få ersättning per verksamhetsår.

## Kostnader i samband med tävling

Vid regionala tävlingar står föreningen för tävlingskostnaden och gymnasten för sin egen transport.

Vid nationella tävlingar står föreningen för resa och förbundets anmälningssavgift och gymnasten för kost och logi (bokas av föreningen) samt övriga avgifter till arrangören. Externa kostnader för ledare kan fördelas på gymnasterna. Gymnasts anmälan till tävling är bindande och återbetalas endast om arrangören (tävlingsarrangör såväl som researrangör eller kost och logi) kan kreditera summan till föreningen.

Föreningen följer de regler som finns avseende antal gymnaster och ledare för respektive tävling och i mån av plats kan övriga åka med. Dessa betalar alla faktiska kostnader för resa, kost och logi. Om förälder eller annan medföljande behövs som ledare gäller samma regler som för ledare.

## Kostnader i samband med läger

Gymnast betalar den faktiska kostnaden i samband med läger. Om föreningens ekonomi tillåter kan subvention ske. Externa kostnader för ledare fördelas på gymnasterna. Gymnasts anmälan till läger är bindande och återbetalas endast om arrangören (lägerarrangör såväl som researrangör eller kost och logi) kan kreditera summan till föreningen.

Förälder eller annan medföljande betalar faktisk kostnad för resa, kost och logi. Om förälder eller annan medföljande behövs som ledare betalar föreningen kost och logi. Gäller för max två föräldrar per grupp (för barn i åldrarna 7-10 år).

## Transporter

Föreningen följer Riksidrottsförbundets policy för trafiksäkra transporter. Alla transporter ska ske med miljö och säkerhet särskilt beaktat och följa gällande lagar. Hyrbilar ska vara anslutna till biluthyrningsbranschen och uppfylla dess regler och policys. Bussar ska vara anslutna till Svenska bussbranschens riksförbund (BR) och uppfylla dess regler och policys.

## Kommunikationspolicy

Varbergs GIF Gymnastikförening ska hålla sina medlemmar och dess föräldrar väl informerade om föreningen och verksamheten, men även verka för att informera om föreningen externt. Informationen ska vara tydlig och tillräcklig vid alla tillfällen och vila på policyn för intern och extern kommunikation.

## Hemsida och e-post

Hemsidan (för samtliga) samt e-post (till medlemmar) är föreningens huvudsakliga kanal för information. Kanslist ansvarar för innehållet på hemsidan och föreningsutskick och huvudledare ansvarar för kommunikation till sin grupp.

## Sociala medier

Varbergs GIF Gymnastikförening använder sig av internet för att sprida information. Varje ledare eller annan utsedd ansvarig person, som i föreningens regi, öppnar någon slags gruppssida eller "konto" på internet ansvarar för att information och dialog genomförs korrekt och med respekt.

Nya medlemmar godkänner eller avböjer publicering av personuppgifter (i samband med skapande av konto för anmälan). För uppdatering av dessa uppgifter ska kansliet kontaktas skriftligen. Gruppssidor/konton ska i regel vara låsta till gruppens medlemmar (och anhöriga) till barn under 13 år. Grupper med äldre gymnaster kan ha öppna konton efter inhämtande av godkännande från gymnaster och i förekommande fall vårdnadshavare.

Föreningens officiella konton publicerar bilder med allmänintresse och väljs med omsorg. Inget material som upplevs kränkande av den som berörs av behandlingen får publiceras, varken på hemsidan eller i sociala medier. Om föreningen tillkännages att något material upplevs som kränkande för individen som berörs av behandlingen ska detta material omedelbart avpubliceras. Detta gäller om avpublicering rimligen kan ske med hänsyn taget till föreningens organisation.

## Personuppgifter

Föreningens styrelse är personuppgiftsansvarig och nås via kansliet. Uppgifterna vi samlar in och hanterar via SportAdmin är nödvändiga för medlemsregistret och används för registerhantering, försäkringar, anmälningar och kan användas vid förmedling av kontakt mellan grupperna. E-postadresser kan användas till utskick från samarbetspartners, men delas inte med dessa eller några andra. Som medlem har du rätt att få tillgång till dina personuppgifter, få felaktiga personuppgifter rättade, få dina personuppgifter raderade om uppgifterna inte längre är nödvändiga. Vi kan komma att lagra uppgifterna i upp till två år efter avslutat medlemskap.

## Kontakt

Föreningen kontaktas i första hand via e-post [gymnastik@varbergsgif.se](mailto:gymnastik@varbergsgif.se) eller telefon 072-397 54 49 under kansliets öppettider. Anmälan av gymnaster ska göras via hemsidans bokningssystem (motionärer undantagna).

## Föreningsnamn

Föreningens namn är Varbergs GIF Gymnastikförening och ska användas vid förbundskorrespondens.

Varbergs GIF Gymnastik eller Varbergs GIF GF kan användas vid tävlingar. I dagligt tal kan även namnet Varbergs GIF eller Varberg(s) Gymnastik användas.

## Föreningsmärke/logga

Ska användas vid visuell kommunikation internt och externt, gärna även i e-postsignatur. I första

hand används färglogga. Vid svart-vit logga avgör bakgrund vilken som används. Vilken som används var och när är inte styrt i denna policy utan får bedömas från fall till fall.

## Föreningsfärger

Föreningsfärgerna är mörkblått och rött. Tävlingsdräkter kan ha inslag av silver eller annan neutral färg, tyngdpunkten ska vara mörkblått och rött (friståendedräkter kan undantas).

## Tryckt kommunikation

Brevmall ska användas vid alla tillfällen det är möjligt. Följande typsnitt bör användas:

- Huvudrubrik Open Sans Condensed 16 punkter
- Underrubrik 1 Open Sans Condensed 14 punkter
- Underrubrik 2 Open Sans Condensed Bold 11 punkter
- Brödtext Calibri 11 punkter

## Föreningskläder

### Föreningskollektion

Kan köpas via Team Sportia Varberg och större delen av plaggen finns att prova i butiken vid Lassabacka.

### Träningskläder

Köps in själv av gymnasten. I trupphallen får kläder med vassa detaljer (t ex dragkedjor, kardborrar) som kan komma i kontakt med mjuka sofftyger (gäller primärt i MD-gropar) inte användas. Föreningen rekommenderar åtsittande kläder på träningar i grupper där barn och ungdomar är upp-och-ner samt i behov av pass för bättre möjlighet till utlärnin g och säkerhet.

### Tävlingskläder

Tävlingsgymnaster (från ca 7 års ålder) förväntas köpa föreningsdräkt. Det är en ärmlös, mörkblå sammetsdräkt (The Zone, modell Z103SM Sonia/sleeveless classic smooth velour). Mer information finns på hemsidan. Föreningsdräkten används med fördel på träning och används som tävlingsdräkt (tillsammans med egna svarta tights) i de yngre åldrarna samt senare som förträning sdräkt.

Tävlingsgymnaster (från ca 10 års ålder) förväntas köpa föreningens tights samt defileringsoverall. Craft Rush tights används som förträningstights på tävling (tillsammans med föreningsdräkten) och kan även användas på träning. Defileringsoverallen (Craft Rush Wind Jacket och Progress Pants) används på tävling och som överdragskläder.

Tävlingsgymnaster runt 13-15 år kan byta ut föreningsdräkten/komplettera med föreningslinne (Craft Rush linne) som förträningslinne på tävling (tillsammans med föreningstightsen). Detta kan även användas på träning.

Föreningen tillhandahåller tävlingsdräkter för utlån från ca 10 års ålder. Lånad dräkt ska efter varje genomförd tävling återlämnas enligt bifogad tvättanvisning till ledaren (misskötsel av tävlingsdräkt debiteras). Yngre gymnaster tävlar i sin blå träningsdräkt eller lånar tävlingsdräkt i mån av tillgänglighet. Svarta tights köps in själv av gymnasten.

Föreningen har ett mindre antal heldräkter för äldre gymnaster om tävlingar krockar gäller följande prioritetsordning:

1. Rikstävling
2. Ålder på gymnasterna
3. Nivå på tävling

## Ledarkläder

Nya ledare kan erhålla en t-shirt vid sin första terminsstart. Tävlingsledare som förväntas använda defileringsoverall regelbundet på nationella tävlingar kan få erhålla detta av föreningen. Övriga tävlingsledare kan vid valda tillfällen få en föreningsjacka om föreningens ekonomi tillåter.