2023-03-05

# *Verksamhetsplan 2023*
# *TÖLÖ Gymnastikförening*

2023-03-05

**Styrelsen för Tölö Gymnastikförening (Tölö GF) har härmed nöjet att avlämna följande verksamhetsplan för tiden 1/1 - 31/12 2023**

Föreningens ändamål (utdrag ur Tölö GFs stadgar)

- Främja gymnastik i alla former - såväl bredd som tävling
- Inom denna gymnastiska ram erbjuda alla - barn, ungdomar och vuxna - en intressant fritidsverksamhet, som både till form och innehåll är stimulerande och utvecklande

## Stadgar

Föreningens stadgar innehåller regler för föreningsarbetet som t ex: medlems rättigheter och skyldigheter, årsmöte, revisorer, styrelse, mm. Stadgarna är till för att ge föreningen ett gemensamt regelverk så att det vid tvister skall finnas en ”lagbok” som visar vad som är rätt och fel. Det krävs beslut på årsmöte för att ändra stadgarna. Stadgarna finns att hämta på vår hemsida, www.tologf.se.

## Utdrag ur belastningsregistret i idrottsföreningar

Från och med den 1 januari 2020 ska alla idrottsföreningar inom riksidrottsförbundet kontrollera begränsat registerutdrag för alla i verksamheten som arbetar med eller på annat sätt har direkt eller regelbunden kontakt med barn och gäller både ledare och styrelse.
Utdraget visar endast grova brott; mord, dråp, grov misshandel, människorov, sexualbrott, barnpornografibrott eller grovt rån.

## Policy för allas rätt att vara med

Alla som vill, oavsett nationalitet, religion, kön, sexuell läggning, samhällsgrupp samt fysiska och psykiska förutsättningar, får och ska kunna vara medlem i Tölö GF. För deltagande i tävlingsgrupper krävs särskild gymnastisk förmåga och att plats finns i lämplig grupp.

## Policy för integration

TÖLÖ GF ska utnyttja möjligheterna att bidra till ökad förståelse för människor från andra kulturer och härigenom motverka rasism och främlingsfientlighet genom att arbeta för att invandrare och barn och ungdomar med invandrarbakgrund kommer med i föreningens verksamhet.

## Policy mot sexuella trakasserier

I TÖLÖ GF ska ingen behöva känna sig kränkt, trakasserad, diskriminerad eller känna obehag på grund av könstillhörighet och vi accepterar ingen form av sexuella trakasserier.

## Policy mot alkohol, tobak och droger

- TÖLÖ GF har ett medansvar när det gäller våra barns och ungdomars rök-, snus-, alkohol- och drogvanor.
- TÖLÖ GF ska utgöra en trygg miljö och föräldrar ska med förtroende kunna låta sina barn och ungdomar delta i föreningens verksamhet.
- TÖLÖ GF kräver att ledarna i sin samvaro med barn och ungdomar är medvetna om sin roll som goda vuxna förebilder

- TÖLÖ GF:s verksamhet bedrivs i rök- och drogfria lokaler.
- TÖLÖ GF tar årligen upp alkohol-, tobaks- och drogfrågorna i sin ledarutbildning.

## Handlingsplan gällande ätstörningar

Jobba vidare för att få fram en handlingsplan gällande hur vi som förening kan agera då vi misstänker ätstörningar och hur vi kan gå vidare för att hjälpa gymnast eller ledare som drabbats. Vi har kommit ganska långt med denna handlingsplan och vi satsar på att ha en digital föreläsning om ämnet för samtliga ledare.

## Våra riktlinjer

**Tölö Gymnastikförening vill ha ledare som:**

- Uppträder på ett föredömligt sätt och inger förtroende såväl inom som utanför gymnastiken
- Är tydliga och ärliga mot omgivningen
- Engagerar sig i sin uppgift i föreningen
- Medverkar till att nå uppställda mål
- Skapar vi-känsla inom föreningen
- Kan leda och få med sig hela gruppen
- Är lyhörda och tar med sig nya impulser
- Fokuserar på den gymnastiska utvecklingen
- Tar hänsyn till unga gymnasters fysiska, psykiska och sociala utveckling med syfte att nå gymnastisk prestationstopp.

**Tölö Gymnastikförening vill ha gymnaster/medlemmar som:**

- Är bra kamrater
- Är ärliga mot varandra och mot ledarna
- Är stolta över att tillhöra TÖLÖ GF
- Gör sitt bästa vid träningar och tävlingar
- Är lojala mot föreningen och följer stadgar och beslut
- Hjälper till som funktionärer vid föreningens arrangemang
- Betalar fastställda avgifter inom föreskriven tid
- Tar avstånd från alla former av doping, fusk och annat som skadar gymnasten själv eller föreningen

**Tölö Gymnastikförening vill att gymnasternas föräldrar:**

- Är engagerade och hjälper/stöttar sina barn på bästa sätt
- Hjälper till som funktionärer vid föreningens arrangemang
- Hjälper till så mycket som möjligt att plocka fram och bort redskap så barnen kan få maximal träningstid.

2023-03-05

**Vår vision**

Tölö Gymnastikförening ska vara en eftertraktad
och framgångsrik förening.
***Gymnastik ska vara roligt, men svettigt!***

Tölö Gymnastikförening har Kvinnlig AG, Trupp-gymnastik och barngymnastik på programmet. Eftertraktad innebär att TÖLÖ GF ska vara ett attraktivt alternativ för gymnaster, ledare, domare, medlemmar och sponsorer. Eftertraktad innebär också att aktiva vill stanna kvar i föreningen. Framgångsrik innebär att TÖLÖ GF ska vara en välfungerande förening där gymnaster och ledare, som medverkar vid arrangemang, uppvisning och tävling, visar på hög kvalitet. För att nå framgångar krävs, förutom att arbeta mot en välutrustad hall för KvAG och Trupp-gymnastik, att all verksamhet genomsyras av ett stort engagemang och en bred professionalitet och att ledare och vårdnadshavare, genom gymnasterna, samarbetar för att nå föreningens vision och målsättning. Det krävs också att alla känner gemenskap, glädje och att det råder en positiv och fin anda i föreningen. Fin anda i föreningen innebär att alla är lyhörda och strävar efter jämställdhet, ödmjukhet och att verksamheten bedrivs enligt så demokratiska principer som möjligt.

Inom TÖLÖ GF ska ledare och gymnaster vilja utvecklas och, inom tävlingsgrupperna, vilja prestera bra tävlingsresultat.

## Målsättning 2023

- att delta på Rikstävlingar
- att minst 80 procent av gymnasterna i de äldre grupperna förblir aktiva
- att ha kompetenta ledare för samtliga grupper
- att ha ett bra samarbete mellan grupper och ledare
- att arrangera en hemma-tävling
- att vara med på några uppvisningar
- att ha internutbildning för samtliga ledare 2 gånger per år
- att fortsätta med strukturarbetet för föreningen enligt Svenska Gymnastikförbundets riktlinjer
- att fortsätta jobba för att föreningen ska uppfylla de krav som en Hälsocertifiering kräver.

## Strategi

**Mål och vision ska uppnås genom:**

- att TÖLÖ GF-andan tydliggörs för alla, innebärande att ledare är föredömen och gymnaster som ställer upp för varandra och för föreningen.
- att ha tydliga målsättningar från början, tydliga krav och en röd tråd genom hela verksamheten från träning till tävling samt att utbilda duktiga tränare och ledare.
- att ha ett väletablerat samarbete med kommunen, politiker, massmedia, samarbetspartners, medlemmar och gymnasters föräldrar.

# Organisation

**Styrelsens uppgifter:**
Styrelsen skall enligt TÖLÖ GF:s stadgar ”svara för föreningens verksamhet, verka för dess framåtskridande samt tillvarata medlemmarnas intressen”.
Styrelsens uppgift är att till årsmötet bereda en verksamhetsplan.
Verksamhetsplanens innehåll skall vara diskuterat och förankrat i verksamheten.

Styrelsens uppgift är att säkerställa att verksamhetsplanens inriktning följer beslutad målsättning, vision och strategi. Styrelsen skall stödja ledare och kommittéer, samverka med förbund och myndigheter, administrera föreningens medlemsregister, informera medlemmar och intressenter, attestera verifikationer och fakturor.

Vidare skall styrelsen ansvara för föreningens arrangemang, söka stipendier och bidrag, ansvara för försäkringsfrågor, ansvara för utbildningsfrågor, ansvara för arkivering, utveckla föreningens verksamhet, gymnastik och ledare samt leda och utveckla föreningen enligt den fastställda verksamhetsplanen.
Utföra utbetalningar, registrera inbetalningar, kontera in- och utgående medel, fakturera, vid behov utfärda påminnelser, uppdatera medlemsregistret, hantera licenser, diarieföra in- och utgående skrivelser.
Styrelsen är även ansvarig för föreningens datormiljö och skall hålla föreningens hemsida uppdaterad. www.tologf.se

**Revisorer**
Revisorerna skall årligen granska styrelsens förvaltning av föreningens verksamhet och ekonomi. Särskilt skall kontrolleras att inga oegentligheter förekommer eller att pengar används till verksamhet som inte har stöd i stadgar eller verksamhetsplan.

**Valberedning**
Valberedningen har att inför årsmötet föreslå personer till styrelsen. Detta arbete fortgår under hela året och det ingår i valberedningens arbetsuppgifter att aktivt informera sig om läget samt att personligen tillfråga samtliga tilltänkta kandidater till olika poster, såväl sittande som nya, om deras intresse för en viss post.

**Redskapsansvariga (resp. grupps huvudtränare)**
Uppgifter:
- att bevaka utvecklingen av nya redskap och till sektionsansvarig föreslå inköp, detta tas sedan vidare till styrelsen för beslut.
- att se till att föreningens redskap är i gott skick och att dessa är placerade på rätt ställe i träningshallen och i förrådet.

**Krisgrupp**
Krisgruppen skall sammankallas vid allvarlig händelse som berör föreningen.
Gruppen består av föreningens styrelse.

**Tävlings- och uppvisningsansvarig KvAG respektive Trupp**
Uppgifter:
- förbereda, genomföra, utvärdera och redovisa till styrelsen utfallet av egna arrangemang, samt lämna uppgifter (inbjudan, PM och resultat) till hemsidesansvarig som finns inom respektive disciplin.

Målsättning:
- väl genomförda arrangemang med överskott enligt budget

Aktiviteter:
- KvAG och trupp-tävlingar som föreningen arrangerar

- genomförande av föreningens övriga arrangemang så som Jul-uppvisning
- för övriga arrangemang ansvarar ett utskott till arrangemangskommittén

**Sektionsansvariga (inom tävling) och Hede-ansvariga**
Uppgifter:
- Organisera och sätta ihop tränings- och tävlingsgrupper
- Se till att tränarfrågan är löst inför varje termin
- Göra schema för KvAG och trupp-gymnastiken
- Gå igenom tävlingsbudgeten från alla grupper med hjälp av övriga styrelsen
- Utveckla utbildningsverksamheten internt och externt för tränarna och domarna så att alla får adekvat utbildning, anpassad till resp. grupp.
- Informera grupperna om förändringar i olika reglementen

Målsättning:
- Utveckla och genomdriva en gymnastisk långsiktig plan i enlighet med föreningens övergripande målsättning.

Aktiviteter:
- I samarbete med styrelsen genomföra ledardagar, minst 1 tillfälle/år.

## Aktiviteter/byte av grupp

Gymnasterna i TÖLÖ GF ska ges möjlighet att utvecklas i sin egen takt och därför ska de tillhöra den grupp som tillgodoser detta bäst. Byte av grupp kan vara en naturlig del i utvecklingen och detta ska uppmuntras och underlättas när byte är befogat. Gymnasterna i TÖLÖ GF kan således inte räkna med att alltid få tillhöra samma grupp med samma tränare under hela sin aktiva tid. Huvudtränarna ska samverka med varandra för att få bästa möjliga grupptillhörighet för gymnasterna. Om det uppstår tveksamheter ska styrelsen rådfrågas och då ska också styrelsen avgöra dessa. Styrelsen skall alltid rådfrågas vid större förändringar av gruppen.
Byte av grupp kan bli nödvändigt ibland för att få ett jämt flöde av gymnaster till olika nivåer och detta är ett av medlen för att skapa de bästa förutsättningarna för alla. I första hand bör byte av grupp ske i samband med terminsstart.

## Gymnastik Barn & Ungdom

I våra grupper finns barn och ungdomar från 3 år och uppåt och där tränar vi Artistisk Gymnastik. Vi har gymnastik på olika nivåer där vi blandar redskap med styrka och lite lek.
Grupperna är kunskapsindelade och uppdelade i 4 olika nivåer (Gul, Ljusgrön, Mörkgrön och Blå). Alla nivåer strävar mot att nå mål enligt ett kunskapsschema.
Förutom den gymnastiska utvecklingen hos barnen är vår viktigaste uppgift som förening att, oavsett ålder och kunskap, se till att hålla träningsglädjen och motivationen vid liv hos både barnen och våra ledare.
Gymnastik skall vara roligt, men svettigt!

## Minigympa

Gymnastik för barn mellan 3 – 6 år. En rolig, allsidig och motorisk träning där barnen får prova på olika sätt att röra sig och använda kropp och knopp! Att ha kul, i lek och rörelse tillsammans med kompisar, att krypa, åla, rulla och kanske uppleva lyckan i att göra sin första kullerbytta.

## KvAG

Tölö GF har KvAG (Kvinnlig Artistisk Gymnastik), tävlingsgrupper för flickor i olika åldrar och där tränar/tävlar gymnasterna i disciplinerna bom, barr, fristående och hopp.
I våra KvAG-grupper tävlar man på distrikt och riksnivå.

## Trupp-gymnastik

Trupp-gymnastik är en tävlingsform som är en ständigt växande gymnastikdisciplin i Sverige och den nyaste tävlingsformen hos oss här i Tölö GF.
Gymnasterna tävlar i lag på 6-18 gymnaster och tävlingarna sker på olika nivåer.
Tävlingsdisciplinerna är tumbling, trampett och fristående. Truppen gör voltserier både framåt och bakåt på tumblinggolvet, utför avancerade hopp på trampetten och gör ett gemensamt fristående program med gymnastiska moment som piruetter, balansövningar, hopp och akrobatiska övningar.

Man kan inte anmäla sitt barn till att börja i våra tävlingsgrupper, gymnasterna tas ut av föreningens ledare (från i första hand våra övriga grupper) eller erbjuds att provträna vid speciella provträningstillfällen.

## Ekonomi

- TÖLÖ GF:s ekonomi skall vara sund med inkomster och utgifter i balans.
- Gällande lagar och förordningar skall följas.
- Kostnader skall följa fastställd budget eller beslutas av styrelsen.
- Styrelse, kommittéledamöter och andra med uppdrag för föreningen arbetar på ideell basis.
- Medlemsavgift 2023 är 150 kr/termin.
- Träningsavgifter inklusive försäkringsavgifter kan justeras per termin efter beslut av styrelsen. Terminerna sträcker sig över ett halvår. 1/1-30/6 samt 1/7 – 31/12.

- Träningsavgiften skall vara betald senast vid förfallodatumet. Gymnast som inte betalt träningsavgiften och/eller medlemsavgiften äger inte rätt att träna i Tölö Gymnastikförenings regi.
- Tävlingsgrupp får arbeta in egen inkomst efter samråd med styrelsen. Lotterier som säljs i Tölö GF:s namn fördelas 75/25 mellan grupp/Tölö GF.
- Gymnast betalar själv all mat, i samband med tävling.
- Vid körning med egen bil för TÖLÖ GF: s räkning utgår ersättning motsvarande statlig skattefri bilersättning, för närvarande 25 kr/mil. Gäller bilresa till tävling för ledare och domare. Vid resa till utbildning utgår milersättning med 25 kr/mil till ledare
- Arvodet till domare är 500 kr/tävling ½ dag, 1 000 kr heldag.
- Arvode till ledare vid tävling är max för tre timmar.

## Ersättning till ledare

| | |
|---|---|
| Hjälptränare mellan 13 och 15 år | 30 kr/timme |
| Ledare med intern grundutbildning och erfarenhet | 50 kr/timme |
| Ungdomsledare med intern utbildning (studerande mellan 16* och 24 år) | 70 kr/timme |
| Ledare med basutbildning | 70 kr/timme |
| Ungdomsledare med basutbildning (studerande mellan 16* och 24 år) | 100 kr/timme |

Annan likvärdig ledarutbildning kan prövas av styrelsen.
Ersättning utbetalas endast för genomförd träning.
Barn till huvudledare och ledare som är aktiv i flera grupper får halv avgift.
**Från höstterminen det år man fyller 16 år.*

## Arvode vid tävling

Arvode till ledare vid tävling är max för 3 timmar.
För resor till tävling ersätter vi, förutom anmälningsavgifter, logi för domare och ledare.
Arvode till domare är 500 kr för halvdag och 1 000 kr för heldag.

Allt annat arbete för TÖLÖ GF förutsätts vara ideellt.

- För att få ersättning skall ledararvodes-blanketten vara helt och korrekt ifylld samt inlämnad inom föreskriven tid.

- Närvaron i SportAdmin ska vara registrerad efter varje träningstillfälle. SportAdmin´s register skall vara korrekt uppdaterat så snart det sker förändringar i gruppen. Huvudledaren kan välja att lägga ut detta på annan person t.ex. en förälder. Det är dock alltid huvudledaren som har ansvaret för att detta görs korrekt och inom föreskriven tid.

## Milersättning

Milersättningen för resa till och från tävling och utbildning utgår med 18,50 kr/mil. Vi ser helst att man försöker samåka (ledare och domare) så gott det går.

## Huvudtränaren skall

- Planera och genomföra träningar för den grupp man ansvarar för tillsammans med, eller med stöd av, övriga ledare i gruppen.
- Sköta kontakten med gruppens föräldrar, utse 1-2 föräldrakontaktpersoner i sin grupp och leda föräldramöte minst en gång per termin, samt förmedla viktig information skriftligen, i så god tid som möjligt till gruppens föräldrar.
- Samverka med huvudtränare i närliggande grupper, vilket kräver engagemang och öppenhet från samtliga ledare.
- Vara kontaktperson med sektionsansvarig.
- Sköta anmälningar till tävlingar och lämna in program till uppvisningar.
- Hålla uppgifter aktuella för gruppens gymnaster och tränare i föreningens medlemsregister i SportAdmin.
- Bekräfta närvaro för gymnasterna i anslutning till träningstillfället (LOK-stöd).
- Lämna närvarolistor för tränarna för arvodesutbetalning till kassören i rätt tid samt meddela kassören vilken ersättningsnivå som gäller.
- Delta på de årliga ledarträffarna.
- Rapportera tävlingsresultat till ansvarig för föreningens hemsida snarast efter genomförd tävling (alternativt själv skapa en nyhet med tävlingsresultatet på Tölö GFs hemsida).
- Kontakta media med resultat och bilder snarast efter genomförd tävling.
- Fungera som ”chef” för övriga tränare i gruppen.
- Utbilda och se över gruppens tränarstab och att ev. skicka någon på utbildning. Önskemål om utbildning lämnas direkt till styrelsen.
- Ta ansvar för tränarbesättningen, alltså att själv försöka hjälpa till att hitta tränare om det saknas, för såväl enskilda träningar som på längre sikt (t ex om någon ska sluta eller kommer att vara borta en längre tid). Träningar ska inte behöva ställas in med anledning av att tränaren/tränarna inte kan närvara, innan man först uttömt alla möjligheter till ersättare (t ex genom att fråga ledare i närliggande grupper). Man förväntas också att kontakta sektionsansvarig eller styrelsen i god tid om problem uppstår och man vi ha hjälp i frågan. Gymnasternas träningsavgift är baserad på det antal träningstimmar man beräknas få under en termin och därför ska träningarna i princip endast utebli då det saknas lokal.
- Se till att hallen, efter träning, återställs i ursprungligt skick.
- Bibehålla förbättra stämningen i hallen. Som ledare är man Tölö GFs ansikte utåt – håll god ton och hälsa på de andra ledarna, gymnasterna och föräldrarna.
- Det är viktigt, inte minst med tanke på att föreningen är hälsocertifierad, att man inte pratar om vikt, kroppsideal och dieter med gymnasterna. Detta kan skapa problem hos gymnasterna, t ex i form av ätstörningar, och för de som redan idag inte mår riktigt bra kan denna typ av samtalsämnen/diskussioner förvärra situationen.
- Ledarna ska hålla en gemensam linje mot gymnaster/föräldrar. Vi jobbar mot samma mål – eventuella interna konflikter ska inte föräldrar och gymnaster märka av.

## Ledare:

Grundläggande krav för att vara ledare finns att läsa på Svenska Gymnastikförbundets hemsida. Huvudledare är den av ledarna i gruppen som ansvarar för gymnasternas/gruppens träningsplanering och sköter de administrativa uppgifterna samt närvarar på minst 50 % av träningarna.

Hjälpledare kan vara ungdomar eller förälder som provar på ledarskapet för att efter utbildning kunna bli ledare i gruppen.

## Ledartäthet:

**Gruppstorlek för KvAG:**

| Gruppstorlek | Ledare |
|---|---|
| 1 – 4 gymnaster | 1 |
| 5 – 8 gymnaster | 2 |
| 9 – 12 gymnaster | 3 |
| 13 – 16 gymnaster | 4 |
| 17 – uppåt | 5 |

**Gruppstorlek för Trupp:**

| Gruppstorlek | Ledare |
|---|---|
| 1 – 6 gymnaster | 1 |
| 7 – 12 gymnaster | 2 |
| 13 – 18 gymnaster | 3 |
| 19 – uppåt | 4 |

**Övrig gymnastik:**

| Gruppstorlek | Ledare |
|---|---|
| 1 – 10 gymnaster | 1 |
| 11 – 16 gymnaster | 2 |
| 17 – 25 gymnaster | 3 |
| 26 – 30 gymnaster | 4 |

Ovanstående gäller per träning och det får finnas fler tränare men då utan ersättning.

T ex. kan en trupp på 22 gymnaster ha fem tränare uppskrivna men endast fyra tränare per träning får betalt.
Inför varje termin beslutar styrelsen om grupporganisationen det vill säga vilka grupper, tider och ledare som gäller för terminen/verksamhetsåret.

Blir det sedan förändringar skall det godkännas av styrelsen.

## Föräldrarnas roll och uppgift är att biträda ledarna och hjälpa till med:

- ta fram och ställa iordning redskap
- hålla ordning
- hjälpa barnen

Allt för att ledarna skall kunna ägna sig åt själva gymnastikverksamheten
De får ingen ekonomisk ersättning
Förälder som är intresserad och lämplig att bli ledare behöver följa Svenska gymnastikförbundets riktlinjer för vad som krävs för att kunna vara ledare.

## Frågor/Synpunkter

Vid tveksamheter angående vilka regler som gäller vänligen läs detta dokument.

Vid synpunkter ska dessa skriftligen inkomma till styrelsen i god tid innan styrelsemöte för att där behandlas. Ska sändas till: kansli@pixbogf.se
Telefonsamtal och mail till enstaka personer undanbeds.

## Intäkter till gruppen

Vid eventuella försäljningar eller andra sätt att skapa intäkter till den egna gruppen för att t.ex. kunna åka på läger mm ska intäkten fördelas 75/25 mellan gruppen och Tölö GF.
Alla fakturor ska ställas till Tölö GF.
Särskild redovisningsblankett ska fyllas i och sändas in snarast efter avslutad aktivitet.
Redovisningsblankett skickas till alla huvudledare samt finns att ladda ner på hemsidan.

## Sponsorer

Sponsorernas bidrag till föreningen verksamhet är mycket värdefullt och därför uppmanas alla medlemmar att gynna sponsorerna samt tipsa styrelsen om nya sponsorer. Som sponsor bidrar man till hela föreningen, inte till enskild grupp.

## Föräldrar

Gymnasternas föräldrar är en stor och viktig grupp för föreningen och det är viktigt att på olika sätt engagera dessa. Målet är att varje gymnastikavdelning utser en representant som blir kontaktperson med ledare.

## Jul-uppvisning

TÖLÖ GF har sin årliga jul-uppvisning i slutet av november. Alla grupper i föreningen deltar och alla ledare förväntas hjälpa till. En särskild jul-uppvisningskommitté utses varje år.

## Tävlingar

Föreningens mål är att alltid vara representerad på Rikstävlingar. Vidare uppmuntras tävlingsgrupper att tävla på lokal och regional nivå.

## Kläder

Klubboveraller finns till försäljning och prasseloverall rekommenderas då gymnast och ledare representerar klubben.
Tävlingsdräkt finns och byte bestäms av tävlingsgrupperna gemensamt.

## Grafisk profil

Vår grafiska profil är ett viktigt redskap för att förtydliga allt vad TÖLÖ GF står för och konsekvent använd kommer den att stärka vår gemensamma profil både utåt och inom föreningen. Den grafiska profilen kommer att finnas presenterad på föreningens hemsida. Tryck på kläder o.d. skall följa denna.

## Försäkringar

Alla gymnaster som betalat medlemsavgiften är automatiskt försäkrade genom Pensum.

”Försäkringen gäller vid olycksfallsskada som inträffar under deltagande i av Svenska Gymnastikförbundet, dess distriktsförbund eller förening anordnad tävling, uppvisning och organiserad träning, samt under direkt färd till och från dessa aktiviteter, eller under motsvarande aktiviteter anordnade av det internationella gymnastikförbundet (FIG) eller organisationer tillhörande detta förbund. Då aktivitet sker på annan ort än hemorten (även utomlands) gäller försäkringen också under resor och vistelse i samband med denna.”

Fullständiga villkor finns att läsa på http://www.pensum.se/gymnastik

Skulle skada inträffa ska finns skadeanmälningsblankett att hämta på:
http://www.pensum.se/gymnastik

## Kontakt

TÖLÖ GYMNASTIKFÖRENING
E-post: kansli@tologf.se
Hemsida: www.tologf.se