

Västerås Slalomklubb



Ramprogram och policy

Regler och riktlinjer för aktiva, föräldrar
och träningsgrupper inom Västerås
Slalomklubb

2023-12-07

1. Inledning

Föreningens styrelse har tagit fram ett ramprogram för våra aktiva, tränare/ledare och träningsgrupper.

Styrelsen står bakom policyn och ansvarar för densamma. Denna Policy ska beslutas på årsstämman av medlemmarna.

Policyn innehåller:

Riktlinjer och regler för prioritering av verksamheten.

Styrmedel för genomförandet av fattade beslut.

Policyn är:

Direkt kopplad till föreningens övergripande visioner såväl som konkreta åtgärder.

Aktiva samt förälders förpliktelser och åtaganden.

Dokumentet skall ge allmän information kring föreningen och ta upp övergripande riktlinjer för aktiva, tränare/ledare och föräldrar samt för de olika träningsgruppernas verksamhet.

Syftet med policyn är att öka insikten om hur föreningens verksamhet bedrivs hos såväl medlemmar som aktiva, tränare/ledare och föräldrar samt nytillkommande intresserade.

I verksamheten är det de aktiva som står i fokus för allt vad vi gör. Det är idrotten samt föreningens mål som är grunden för engagemanget i föreningen.

Västerås Slalomklubb följer i sin verksamhet "Svenska skidförbundets anvisningar för barn- och ungdomsverksamhet" som i sin tur baseras på Riksidrottsförbundets anvisningar och FN:s barnkonvention.

Policyn är uppdaterad 2023-12-07 och gäller till dess att den uppdaterats och godkänts på årsmöte samt publicerats på klubbens hemsida.

2. Föreningen

Västerås Slalomklubb är en ideell förening som bedriver skidsport, för närvarande inom grenen alpint.

Målsättningen är att ta emot så många aktiva, främst barn och ungdomar som möjligt i verksamheten. Klubbens syfte är att utveckla goda tävlingsåkare och bidra med elitåkare inom skidsporten i Sverige. Genom åren har klubben haft stora framgångar och utvecklat många åkare som tagit plats på skidgymnasier. Vi har genom åren även bidragit till Skidförbundets ledarstab.

Verksamheten inkluderar alla skidåkare och vi är medlemmar i Parasportförbundet.

2.1. Organisation och ledning

Klubbens styrelse fattar de övergripande besluten om verksamheten och drar upp riktlinjer kring mål, strategier och medel. Det huvudsakliga arbetet sker genom styrelsearbetet och dess beslut samt i föreningens träningsgrupper.

Tränare och ledare till föreningens träningsgrupper rekryteras bland föräldrar, medlemmar och unga ledare. Årligen utser styrelsen en tränaransvarig för föreningen som i sin tur utser två huvudtränare per träningsgrupp, en från varje åldersgrupp.

Föreningen arrangerar årligen tävlingar för åkarna. Bemanning av tävlingsorganisationen är ett gemensamt föräldraansvar. Styrelsen utser en tävlingsledare som i sin tur ansvarar för bemanningen av respektive tävling.

2.2. Medlemskap

Att ha medlemskap i föreningen innebär en skyldighet att följa ramprogram och policydokument.

Vid hantering av personuppgifter följer föreningen dataskyddsförordningen (GDPR). Av det följer att föreningen hanterar medlemmarnas personuppgifter som behövs för att bedriva verksamheten. Det kan innebära att medlemmarnas personuppgifter delas med samarbetspartners efter en intresseavvägning om utlämnandet är motiverat. För mer information se Västerås Slalomklubb – Integritetspolicy.

Medlemskaps- och träningsavgifter beslutas på årsmötet.

Föreningens verksamhet bygger på frivilliga insatser. För att bedriva verksamhet är föreningen beroende av engagemang från såväl aktiva som föräldrar.

2.3. Publicering av bilder

I samband med träning, tävling, läger och andra event som föreningen medverkar i kan bilder på medlemmar, besökare och åskådare komma att publiceras på slalomklubbens hemsida och andra kanaler såsom exempelvis sociala medier. Ändamålet med publiceringen är att informera om föreningens verksamhet. Om någon inte vill synas på bild i dessa sammanhang ska detta meddelas till föreningens ordförande. ordforande@vslk.se

3. Visioner och övergripande målsättningar

3.1. Vision för Västerås Slalomklubb

- A. Ge våra medlemmar ett livslångt intresse för skidsport.
- B. Vara en ledande skidsportförening i regionen.
- C. Föreningen ska ha en balanserad ekonomi.

3.2. Sportsliga delmål

Västerås Slalomklubb vill:

- A. Årligen öka antalet aktiva i olika träningsgrupper.
- B. Möjliggöra för alla (oavsett förmåga) att träna skidsport.
- C. Verksamheten ska inriktas på lärande och långsiktig utveckling.
- D. Ge barn och ungdomar tillgång till utbildade ledare som arbetar långsiktigt med de aktiva.
- E. Arrangera tävlingar på distrikt och regional nivå.
- F. Att utveckla och utbilda åkare för att nå till skidgymnasium och vidare.

3.3. Strategier för att nå övergripande målsättningar

Strategier för att nå de ovan nämnda målen är följande:

- A. Att verksamheten bedrivs målinriktat och strukturerat.
- B. Att uppmuntra, handleda och utveckla det unga ledarskapet i föreningen.
- C. Erbjudna tränare/ledare möjlighet till kontinuerlig fortbildning om barn och ungdomars tränings- och tävlingsverksamhet genom att nyttja internutbildning, Skidförbundets utbildningar samt SISU:s utbildningar.
- D. Uppmuntra föräldrar till en aktiv medverkan vid tränings- och tävlingsverksamhet genom att t.ex. erbjuda olika typer av utbildningar.
- E. Ha en positiv grundsyn på utveckling och förgreningar inom skidsporten. Nya kommittéer och sektioner kan bildas såsom t.ex. sitski, bi-ski, jibbing och skicross.

4. Vedbobacken och föreningen

Föreningen ska jobba i tät samverkan med det driftbolag som sköter Vedbobacken. Syftet med engagemanget är att säkerställa en fortsatt hög kvalitet i verksamheten genom en funktionell skidanläggning samt att få ett inflytande i utvecklingen av anläggningen.

Föreningens långsiktiga målsättning är att öka inflytandet genom ett aktivt samarbete med det bolag som sköter driften samt med ägaren Västerås Stad.

5. Intäkter och ersättningar

Föreningens intäkter består huvudsakligen av:

- A. Avgifter
- B. Föreningsbidrag
- C. Sponsorintäkter
- D. Intäkter från startavgifter vid tävlingar

Samtliga intäkter till föreningen disponeras av föreningen i sin helhet och styrelsen beslutar om prioritering och fördelning.

5.1. Principer för ersättningar i Västerås Slalomklubb:

Klubben har ambitionen att så länge detta ryms inom föreningens budget och att totalbeloppet inte överstiger en av styrelsen satt maxgräns stötta föreningens åkare och tränare/ledare genom att:

- A. Stå för anmälningsavgifter till tävlingar
- B. Stå för FIS-licenser
- C. Stötta åkare och tränare som deltar i större finaler
- D. Ersätta tränares kostnader för liftkort

För att föreningen ska stå för startavgiften ska den aktiva åkaren från U12 och upp till FIS som åker en regional- och nationell tävling under säsongen representera klubben i Västerås Slalomklubbs jacka alternativt fardräkt.

Dock med undantaget om man åker för landslaget och måste använda deras dräkt. Det gäller från och med säsongen 2024/2025.

För FIS-åkare ska en personlig budget sättas för startavgifter tillsammans med ansvarig tränare och kassör för att kunna planera säsongen och utgifterna. Åkaren skickar en budget till finalbidrag@vslk.se senast den 1 november.

Om den tävlande anmäler sig och ej deltar utan att stryka sig i god tid innan så ska den tävlande dock själv stå för anmälningsavgiften. Detta gäller inte om den tävlande måste avstå på grund av sjukdom eller skada som uppkommer så sent att strykning ej är möjligt.

5.2 Finalbidrag

Klubben kan ge ett bidrag för aktiva som deltar i större finaler med långa resor kopplade till tävlingarna, under förutsättning att kostnaden ryms inom klubbens budget och man representerar klubben i någon av Västerås Slalomklubbs jackor alt fardräkt. Klubben gör efter varje säsong en bedömning av den ekonomiska situationen, om ekonomin tillåter betalas finalbidrag ut.

Finalbidraget kan utgå till åkare som representerar Västerås Slalomklubb och åker: MVC (Mini Världscupen), LVC (Lilla Världscupen) Svealandsfinalen, USM, JSM, SM och övriga internationella finaler.

Nivåer på finalbidraget:

- A. U12 upp till 1000 kr
- B. U14 upp till 2000 kr
- C. USM JSM SM upp till 3000 kr
- D. Ungdoms-OS och JVM upp till 5000 kr
- E. Övriga internationella finaler 7000 kr

Åkaren skickar ansökan till finalbidrag@vslk.se senast den 15 maj. Ansökan skall innehålla information om vilken final samt vilka discipliner åkaren deltagit i.

5.3 Kostnadsersättningar för föreningens tränare/ledare

Tränare/ledare som ställer upp som tränare på läger arrangerade av Västerås Slalomklubb och Alpina Västmanland samt hjälper föreningens åkare under tävling kan ansöka om ersättning upp till 2000 kr för liftkortskostnader. Vid nyttjande av säsongskort är ersättningen 300 kr/dag. Så kallad "lovträning" innefattas inte. Tränaren/ledaren skickar ansökan till ersattning@vslk.se senast den 15 maj. Ansökan skall innehålla information om vilken aktivitet tränaren deltagit i, kostnader och underlag (liftkort) samt vilken roll man haft och vilka åker som varit med. Ledare som deltar på, av skidförbundet anordnade utbildningar, betalar resa och logi medan klubben betalar kursavgift och liftkort. Undantaget är unga ledare där klubben står för hela kostnaden.

Förutsättning för utbetalning av ersättning till tränare/ledare är att:

- A. aktiviteten är registrerad i SportAdmin
- B. att aktiviteten innehåller minst två åkare utöver eget barn
- C. att tränaren/ledaren årligen och inför säsongen uppvisat utdrag från belastningsregistret enligt Riksidrottsförbundets anvisningar senast den 31 december

Till tränare/ledare räknas person som ingår i klubbens tränarkår och som aktivt hjälper alla barn. Vilka som ingår i tränarkåren framgår i SportAdmin. Listan hålls aktuell av träningsansvarig.

6. Försäkringar

Genom att inneha medlemskap i föreningen så finns försäkring via Svenska Skidförbundet.

För mer information se:

<https://www.skidor.com/forening/forsakring/>

Alla aktiviteter i klubbens regi sker på egen risk och ska utföras med säkerhetsutrustning som är godkänd av Svenska Skidförbundet.

Ansaret för att rätt utrustning används ligger helt på den enskilde utövaren eller dess vårdnadshavare om utövaren inte är myndig.

7. Verksamheten

7.1. Inledning

Västerås Slalomklubb delar in barn och ungdomar i olika träningsgrupper efter ålder som följer tävlingsindelningen från Skidförbundet. Vid behov av samordning kan grupper slås samman för att uppnå det antal aktiva som är rimligt för att få ihop en fungerande träningsgrupp. Tränare och ledare rekryteras bland föreningens föräldrar, medlemmar och unga ledare.

Föreningen arrangerar varje år en deltävling i FP-Cup, en deltävling i Mälarcupen samt KM. Vart tredje år arrangerar föreningen även DM. Ett viktigt syfte med den egna tävlingsverksamheten är att ge yngre och nya åkare möjlighet att tävla i en miljö där man är van att åka och känner sig bekväm. Föreningens tävlingar bemannas av föräldrar och det är tävlingsledaren som utser tävlingsorganisationen. Utöver ovan nämnda tävlingar kan föreningen även arrangera andra tävlingsliknande aktiviteter.

Västerås Slalomklubb ordnar varje säsong ett breddläger för föreningens samtliga medlemmar. Ambition med detta läger är att så många som möjligt (aktiva, syskon och föräldrar) ska följa med för att på så sätt stärka sammanhållningen i klubben. Gruppspecifik träning kommer att bedrivas under detta läger.

Gruppspecifika läger kan även anordnas i klubbens eller distriktets regi. Vid gruppspecifika läger kan det erbjudas träningsmöjligheter för andra åkare vid mån av plats och förutsättning. Detta kan t.ex. gälla syskon som följer med eller andra åkare som är på samma ort.

7.2. Träningsgrupp U17+

Aktiva juniorer och seniorer med olika ambitioner. Träning på hemmaplan för de som inte går på skidgymnasium samt lägerverksamhet med ambition att samla både åkare som tränar på hemmaplan och de som går på gymnasiet. Tävlan sker i allt från lokala tävlingar till nationella samt internationella tävlingar.

7.3. Träningsgrupp U16

Aktiva åkare ska delta i klubbens verksamhet.

Tävlandet sker i allt från lokala tävlingar till nationella samt internationella tävlingar.

Träningsupplägget görs för att kunna hålla en hög nivå, men inkluderar även aktiva med lägre ambitioner. Träningarna är planerade för att utveckla alla detaljer i åkningen och alla grenar berörs. Utrustningen blir på ett naturligt sätt grenspecifik utifrån varje åkares egen målsättning och ambition.

Målet är att få de flesta i gruppen att delta i många försäsongsläger samt att i stor utsträckning medverka i regionslag, distriktslag och andra former av försäsongssamlingar.

Deltagarna ska belysas om sin roll som förebilder för klubbens yngre åkare. Genom att ge gruppens medlemmar ansvar för vissa träningsmoment eller hela träningar vill vi även stimulera intresset för ledarskap inom vår idrott.

7.4. Träningsgrupp U14

Aktiva åkare ska delta i klubbens verksamhet.

Tränar friåkning och teknik kombinerat med träning i bana med slalom kortkäpp och långkäpp. storslalom (GS) samt grundmoment i fart.

Tävlandet sker i allt från lokala tävlingar till regionala tävlingar.

Här börjar kraven på utrustning öka, vilket också påverkar träning och tävling. För bästa förutsättningarna för utveckling så är det ett önskemål att åkare har grenspecifika skidor och annan utrustning.

7.5. Träningsgrupp U12

Aktiva åkare ska delta i klubbens verksamhet.

Gruppen tränar friåkning och teknik kombinerat med träning i bana med slalom kortkäpp och långkäpp, storslalom (GS) samt grundmoment i fart.

Tävlandet sker i allt från lokala tävlingar till regionala tävlingar.

Här börjar kraven på utrustning öka, vilket också påverkar träning och tävling. Inget krav på grenspecifika skidor, men utrustningen ska ha en klar race-profil för att kunna säkra en bra utveckling och säkerhet i högre hastighet.

7.6. Träningsgrupp U10

Gruppens fokus ligger på grundteknik på skidor.

Gruppen tränar friåkning och teknik kombinerat med träning i bana med slalom kortkäpp och storslalom (GS).

Huvudinriktningen på tävlingarna är lokala samt distriktstävlingar.

Många roliga aktiviteter tillsammans med flera klubbkompisar är målet.

7.7. Träningsgrupp U8

Första steget efter skidskola/U6. Fokus ligger på grundteknik på skidor. Gruppen tränar friåkning och teknik kombinerat med träning i bana med slalom kortkäpp och storslalom (GS).

Huvudinriktningen på tävlingarna är lokala samt distriktstävlingar.

Målet är många roliga aktiviteter tillsammans med klubbkompisarna.

7.8. Träningsgrupp U6

Gruppens är inriktad på att barnen ska lära sig att åka skidor genom att leka och ha roligt.

Här inleds tränings- och tävlingsverksamheten. Grunden i träningen är skidvana och man provar på lätt träning i bana för att förbereda inför tävlingsåkandet.

Tävlingsverksamheten riktas mot lokala samt distriktstävlingar.

Målet är många roliga aktiviteter tillsammans med klubbkompisarna.

7.9. Utrustning

Västerås Slalomklubbs utrustning ska i första hand användas i föreningens verksamhet på Vedbobacken eller på av föreningen arrangerade läger eller tävlingar på annan ort. Framför allt under försäsong lånar föreningen ut sin utrustning till aktiviteter arrangerade av Alpina Västmanland. Under skollov kan utrustningen användas till så kallad "lovträning" på annan anläggning.

Regler för utrustningen:

- A. Utrustningen ska alltid förvaras i föreningens förråd på Vedbobacken och vara tillgänglig för verksamheten där. Utrustning kan efter dialog med tränaransvarig förvaras på annan plats om det ger praktiska fördelar.
- B. När utrustning hämtas i förrådet för att användas på annan ort skall det meddelas vilken utrustning, vilken aktivitet och när utrustningen återlämnas samt vem som ansvarar för utrustningen.
- C. Utrustning som går sönder ska i första hand lagas av den som använt utrustningen, för t.ex. käpp kan det vara praktiskt att samla ihop lite fler trasiga käppar innan de lagas. Om inte utrustningen går att laga eller om reservdelar behöver köpas in så ska styrelsen meddelas så att utrustning kan köpas in.
- D. Användning av utrustning vid så kallad lovträning sker i dialog med tränaransvarig. Grundregeln är att när föreningens utrustning används så ska föreningens medlemmar ges möjlighet att delta och detta skall tydligt kommuniceras ut till ansvarig.

8. Utbildning

8.1. Tränare och ledare

Föreningen skall uppmuntra till olika utbildningsinitiativ för tränare och ledare som vill genomgå olika former av utbildning. I budgeten skall det årligen avsättas medel för kurser och utbildningar.

Följande moment och områden ingår i föreningens målsättning kring utbildning:

- A. Skidåkning
- B. Bansättning
- C. Regler
- D. Pedagogik och metodik kring ungdomars utveckling, undervisningsmetodik och allmän pedagogik samt att verka i grupp
- E. Skidåkning för personer med funktionshinder
- F. Allmän information inom områdena träningslära, humanbiologi och idrottspsykologi
- G. Idrottsskador/sjukdomar

8.2. Aktiva

Föreningen arbetar främst med utbildning via träningsgrupperna i skidteknik med olika former av teknikträning, barmarksträning och förberedande träning, utrustningsvård samt allmänt kring klubbens sociala mål (pkt 10.1).

8.3. Föräldrar

Utbildning sker inom ramen för klubbens verksamhet vilket innefattar uppbyggnaden av funktionärsrollen inom tränings- och tävlingsverksamheten. Vidare genomförs kurser i utrustningsvård och allmänt kring klubbens sociala mål (pkt 10.1).

9. Västerås Slalomklubbs sociala verksamhet

9.1. Sociala mål

Vi delar in föreningens sociala mål på följande sätt:

1. Ditt uppträdande:

- A. Glad
- B. Trevlig
- C. Hjälpsam
- D. Informerande
- E. Serviceinriktad
- F. Professionell

2. Som medlem samarbetar du med:

- A. Klubben
- B. Ledare och klubbkamrater
- C. Funktionärer
- D. Den du möter i tävlingssammanhang
- E. Personalen i skidbacken

3. Som aktiv, tränare och förälder är du:

- A. Ambassadör för Västerås Slalomklubb
- B. Representant för sporten
- C. Föredöme för andra

Viktigt

Föreningens policy avseende MOBBNING är att samtliga personer som kränker andra blir föremål för prövning om uteslutning ur föreningen.

9.2 Regler för ungdomar inom Västerås Slalomklubb

Som medlem i Västerås Slalomklubb har vi en målsättning att samtliga kan följa våra sociala mål samt att vi är överens om att du skall:

- A. Följa idrottens regler och de av VSLK uppsatta reglerna
- B. Respektera ledare och klubbkamrater
- C. Genomföra träningar och tävlingar på bästa sätt efter dina förutsättningar
- D. Vårda din egen och klubbens utrustning
- E. Ställa upp för dina kamrater i föreningen
- F. Vara en ambassadör för VSLK och sporten

9.3 För dig som förälder/ledare vill vi att du

- A. Uppträder som du vill att dina barn/aktiva skall uppträda
- B. Framför eventuell kritik och åsikter på ett sakligt och korrekt sätt
- C. Tar del av klubbens målsättning och policy
- D. Stöttar ditt barn/aktiva i såväl med- som motgång
- E. Respekterar ledare/föräldrar och barnens klubbkamrater
- F. Ställer upp för barnens kamrater i föreningen
- G. Vara en ambassadör för VSLK och föräldrarna/ledarna inom sporten