Klubbhandbok för GKK Synchro

Denna klubbhandbok beskriver hur föreningen bedriver sin verksamhet och vilka principer som gäller för medlemmar, vårdnadshavare, ledare, tränare och andra funktioner i föreningen. Handboken riktar sig i första hand till medlemmar och familjer, men den ska också ge en tydlig bild av föreningens arbetssätt för samarbetspartners, förbund och distrikt.

Senaste versionen publicerades den 11/9–26.

Innehållsförteckning

Klubbhandbok för GKK Synchro 1
Innehållsförteckning 1
Föreningens uppdrag 1
Verksamhetsområden 1
Värdegrund 1
Medlemskap 2
Åtaganden vid avslutat medlemskap 2
Förväntningar på medlemmar och vårdnadshavare 2
Träning och utveckling 3
Uttagning och lagindelning 4
Närvaro och frånvaro 4
Tävlingar, läger och uppvisningar 4
Avgifter och ekonomi 4
Fritidskortet 5
Kläder och utrustning 5
Säkerhet och trygghet 5
Kommunikation 6
Organisation och ansvar 6
Styrelsen 7
Tränare 7

Lagledare eller motsvarande ledarfunktion....7
Lagkaptener och aktiva ledarroller....7
Funktionärer och andra ideella roller....8
Uppförande i föreningens namn....8
Personuppgifter och integritet....8
Om handboken....8

Föreningens uppdrag

Föreningen bedriver konståkning och verkar för att barn, ungdomar och vuxna ska kunna utvecklas i en trygg, inkluderande och välorganiserad verksamhet. Verksamheten ska ge utrymme för både bredd, utveckling och ambition, utifrån varje åkares förutsättningar och mål.

Föreningen ska främja rörelseglädje, gemenskap, personlig utveckling och ett långsiktigt intresse för idrott. Verksamheten ska bedrivas i linje med svensk idrotts värdegrund, med respekt för demokrati, delaktighet, allas rätt att vara med och principen om rent spel.

Föreningen verkar för en trygg och dopingfri idrott. Alla som deltar i verksamheten förväntas bidra till en god föreningsmiljö och följa de regler, riktlinjer och beslut som gäller för föreningen och för respektive verksamhetsdel.

Verksamhetsområden

Föreningens verksamhet kan omfatta flera delar, beroende på tillgång till istider, tränarresurser och föreningens utveckling. Exempel på verksamhetsområden är skridskoskola, konståkningsskola, lagverksamhet inom synkroniserad konståkning, tävlingsverksamhet, testverksamhet, läger, uppvisningar och kompletterande fysträning eller teknikträning.

Föreningen strävar efter att erbjuda en tydlig utvecklingskedja där nya åkare kan börja på sin nivå och stegvis utvecklas vidare inom sporten. Exakt gruppindelning, lagnamn, nivåer och säsongsplanering beslutas av styrelse och tränare inför varje säsong.

Värdegrund

Föreningens verksamhet bygger på glädje, gemenskap, respekt och ansvar. Alla medlemmar ska bemötas på ett tryggt, sakligt och respektfullt sätt, oavsett ålder, ambitionsnivå, erfarenhet, könsidentitet, funktionsförmåga, bakgrund, religion eller annan individuell förutsättning.

I föreningen gäller nolltolerans mot kränkande behandling, mobbning, trakasserier, hot, våld, diskriminering och osportsligt beteende. Detta gäller i träning, tävling, resor, läger, möten, omklädningsrum, digitala kanaler och i andra sammanhang där föreningen representeras.

Alla som verkar i föreningen har ett gemensamt ansvar för klimatet i verksamheten. Styrelse, tränare, lagledare, aktiva, vårdnadshavare och andra funktionärer förväntas bidra till en kultur där människor hjälper varandra, kommunicerar respektfullt och tar ansvar för både individ och grupp.

Föreningens barn- och ungdomsverksamhet ska utgå från barnets och ungdomens bästa. Verksamheten ska präglas av trygghet, delaktighet, glädje, allsidighet och långsiktig hälsa, och anpassas efter individens ålder, mognad, erfarenhet och behov. Beslut om träning, gruppindelning och utveckling ska fattas med hänsyn till både individens bästa och en hållbar utveckling över tid.

Medlemskap

Den som deltar regelbundet i föreningens verksamhet ska vara medlem enligt de regler som gäller i föreningen. Medlemskap kan också erbjudas till stödmedlemmar, exempelvis vårdnadshavare eller andra personer som vill stödja föreningen och delta i föreningsdemokratin.

Medlemsavgift och eventuella övriga avgifter beslutas enligt föreningens ordinarie beslutsordning. Medlemskapet innebär rättigheter enligt stadgarna, men också skyldighet att följa föreningens regler, beslutade riktlinjer och uppförandekoder.

Vid beslut om att sluta ska detta meddelas ansvariga tränare i mycket god tid. Medlemskap bör som huvudregel inte avslutas mitt under pågående tävlingssäsong.

Åtaganden vid avslutat medlemskap

Om en åkare avslutar sitt medlemskap i föreningen kvarstår de uppdrag, aktiviteter eller andra åtaganden som föreningen har förmedlat och som åkaren har accepterat innan medlemskapet avslutades. Dessa ska fullföljas enligt överenskommelse, även om de genomförs efter att medlemskapet har avslutats.

Det kan exempelvis gälla funktionärsuppdrag, arbetsuppgifter vid evenemang, läger eller andra aktiviteter och åtaganden som har planerats eller bokats innan avanmälan.

Förväntningar på medlemmar och vårdnadshavare

Aktiva, medlemmar och vårdnadshavare förväntas bidra till en positiv och hållbar föreningsmiljö. Det innebär bland annat att visa respekt för tränare, funktionärer, andra aktiva, motståndare, domare och publik samt att följa instruktioner kring träning, säkerhet, tider och praktiska rutiner.

Vårdnadshavare har en viktig roll i att stödja barn och ungdomar i deras idrottande. Föreningen kan därför förvänta sig att vårdnadshavare deltar i vissa gemensamma uppgifter, till exempel bemanning, transporter, försäljningsaktiviteter, arrangemang, informationsmöten eller andra insatser som behövs för att verksamheten ska fungera.

Omfattningen av sådana insatser ska kommuniceras tydligt inför eller under säsongen. Föreningen bör sträva efter att fördela uppgifter så rättvist som möjligt och att skapa förutsättningar för god framförhållning.

Alla som verkar i föreningen ska bidra till en miljö som präglas av glädje, respekt, ansvar och gemenskap. Det innebär att uppträda som goda förebilder, visa hänsyn på och utanför isen, motverka kränkningar och trakasserier, respektera olika roller och beslut samt verka för delaktighet, rent spel och allas lika värde.

Föreningen ser vårdnadshavare som en viktig resurs i verksamheten. Ett gott föräldraengagemang stärker föreningens gemenskap, praktiska genomförande och demokratiska förankring, men det behöver bygga på tydlig information, rimliga förväntningar och en hållbar balans mellan stöd, delaktighet och respekt för tränarnas och ledarnas uppdrag.

Ha en god och öppen kommunikation med tränare och lagledare, exempelvis om mående eller andra omständigheter som kan påverka träning och tävling.

Delta på föräldramöten. Vid förhinder är det viktigt att meddela lagledaren så att information kan ges i efterhand.

Träning och utveckling

Föreningen ska erbjuda en träningsmiljö som är trygg, utvecklande och anpassad efter åkarnas ålder, mognad, erfarenhet och ambition. Träningsupplägg, nivågruppering, lagindelning och individuell utveckling planeras av tränare i samverkan med berörda ledare och inom ramarna för föreningens resurser.

Målet är att varje aktiv ska få möjlighet att utvecklas utifrån sina förutsättningar. För vissa innebär det en långsiktig breddsatsning med fokus på rörelseglädje och gemenskap, medan andra vill träna mer målmedvetet mot tester, tävling eller högre sportsliga mål.

Föreningen bör eftersträva tydlighet kring vilken träningsnivå och vilka förväntningar som gäller i varje grupp eller lag. Sådan information bör lämnas skriftligt eller muntligt i samband med säsongsstart, gruppbyte eller uttagning.

Uttagning och lagindelning

Om föreningen bedriver lag- eller tävlingsverksamhet beslutas lagindelning och uttagning av tränare enligt de principer som styrelsen har fastställt. Bedömningen kan grundas på exempelvis närvaro, utvecklingsnivå, tekniska färdigheter, mognad, samarbetsförmåga, säkerhet, tävlingsregler och lagets behov.

Föreningen bör sträva efter att kommunicera sådana principer så tydligt som möjligt. Uttagningar kan behöva ändras under säsongen utifrån utveckling, skador, frånvaro, regelverk, tävlingskrav eller andra omständigheter.

Vid tävling eller uppvisning är det tränare som ansvarar för sportsliga beslut om laguppställning, programdeltagande och reservhantering. Sådana beslut ska så långt möjligt präglas av tydlighet, saklighet och respekt för både individ och grupp.

Närvaro och frånvaro

Regelbunden närvaro är viktig för både individens utveckling och gruppens planering. Därför förväntas aktiva komma i tid, vara förberedda för träning och meddela frånvaro enligt föreningens rutin.

I grupper eller lag med högre träningskrav kan närvaro få större betydelse för uttagning till tävling, programträning eller andra aktiviteter. Föreningen bör informera tydligt om vilka närvarokrav som gäller för respektive grupp eller lag.

Tävlingar, läger och uppvisningar

Föreningen kan delta i tävlingar, tester, uppvisningar, läger och andra arrangemang som en del av verksamheten. Beslut om deltagande fattas inom ramen för säsongsplanering, budget och sportsliga bedömningar.

Inför tävlingar och resor ska berörda medlemmar och vårdnadshavare få tydlig information om tider, kostnader, ansvarsfördelning, packning, uppträdande och praktiska förberedelser. Vid resor och övernattningar ska föreningen sträva efter god planering, tydligt ledarskap och en trygg miljö för alla deltagare.

Avgifter och ekonomi

Föreningens verksamhet finansieras genom medlemsavgifter, tränings- eller säsongsavgifter, bidrag, arrangemang, försäljning, sponsring och andra intäkter. Avgifterna ska så långt möjligt vara tydliga, förankrade och kopplade till verksamhetens faktiska kostnader.

För grupper eller lag med större kostnader kan särskilda budgetar eller säsongsplaner behöva tas fram. Sådana kostnader kan exempelvis avse istider, tränare, licenser, tävlingar, resor, läger, dräkter eller material.

Villkor för betalning, delbetalning, återbud, uppsägning och eventuella lagvisa kostnader ska framgå av separat information eller avtal. Föreningen bör vara tydlig med vad som ingår i avgiften och vilka kostnader som kan tillkomma.

Fritidskortet

Vi är anslutna till Fritidskortet, vilket innebär att du kan använda Fritidskortet för att betala delar av barnets avgift hos oss.

När du fått din faktura från föreningen kan du logga in på Fritidskortets tjänst, välja vår förening och ansöka om att använda Fritidskortet till avgiften. När ansökan är godkänd kan du välja Fritidskort som betalningssätt för fakturan.

Mer information och ansökan hittar du på https://www.fritidskortet.se/foralder/

Kläder och utrustning

Föreningen kan tillhandahålla eller rekommendera viss utrustning, profilkläder, tävlingskläder eller annat material beroende på verksamhetens art. Det ska framgå vad som är obligatoriskt, vad medlemmen själv ansvarar för och vad som ska återlämnas efter säsong eller avslutat uppdrag.

Utrustning som ägs av föreningen ska hanteras varsamt. Om lånat material skadas, tappas bort eller inte återlämnas kan föreningen besluta om ersättningsskyldighet enligt sina rutiner.

Säkerhet och trygghet

Säkerhet ska alltid prioriteras i föreningens verksamhet. Tränare och ledare ansvarar för att träning och aktiviteter planeras med hänsyn till åkarnas nivå, ålder, utrustning, risker och aktuella säkerhetskrav.

Föreningen ska ha tydliga rutiner för skadehantering, olyckor, kontaktvägar, försäkringsfrågor och rapportering av allvarliga händelser. Medlemmar och vårdnadshavare ska få information om vilka skydd, vilken utrustning och vilka försiktighetsåtgärder som gäller inom olika delar av verksamheten.

Föreningen arbetar aktivt med säkerhet på och utanför isen. Grundregeln är att huvudskydd och halsskydd ska användas vid träning på is, och att mjuk hjälm kan användas vid träning av lyft på golv och is tills momenten bedöms som tillräckligt stabila av ansvarig tränare. Krav och eventuella

undantag kan variera beroende på ålder, nivå och träningsform, och beslutas inom ramen för föreningens aktuella säkerhetsrutiner. För barn i nybörjarverksamhet gäller hjälm enligt föreningens riktlinjer, och övergång till annan skyddsutrustning sker i samråd mellan tränare och vårdnadshavare.

Om föreningen har särskilda regler om exempelvis hjälm, huvudskydd, halsskydd, lyftträning eller vuxennärvaro ska dessa finnas i en aktuell säkerhetsrutin eller policy som beslutas och uppdateras separat. Det gör handboken mer hållbar över tid och minskar risken för inaktuella detaljregler i huvudtexten.

Föreningen verkar för en dopingfri idrott och ska informera aktiva, ledare och vårdnadshavare om grundläggande antidopingregler och ansvar. Alla aktiva ansvarar för vad de får i sig, och föreningen ska uppmuntra utbildning, god kunskap om läkemedel och kosttillskott samt ett förebyggande arbete i linje med förbundets antidopingplan.

Kommunikation

Föreningen ska ha tydliga och välkända kanaler för information till medlemmar, vårdnadshavare och andra intressenter. Det bör framgå vilka kanaler som är officiella, hur kallelser och förändringar kommuniceras samt vem som ansvarar för olika typer av information.

Kommunikationen inom föreningen ska präglas av tydlighet, respekt och god ton. Frågor om träning och individuell utveckling tas i första hand med tränare eller ansvarig ledare, medan frågor om föreningens styrning, ekonomi eller övergripande verksamhet kan lyftas till styrelsen.

Föreningen ska ha tydliga rutiner för att hantera oro, konflikter, klagomål och misstänkta missförhållanden. Grundprincipen är att problem i första hand ska försöka lösas genom dialog och ansvarstagande inom föreningen, men det ska också vara tydligt vart medlemmar, vårdnadshavare och ledare kan vända sig om ärendet är allvarligt eller inte kan lösas internt.

Organisation och ansvar

Föreningens verksamhet leds av styrelsen i enlighet med stadgar, årsmötesbeslut och gällande regelverk. Styrelsen ansvarar för föreningens organisation, ekonomi, arbetsgivarfrågor, försäkringar, uppföljning och långsiktiga utveckling.

För att verksamheten ska fungera krävs ofta samspel mellan flera roller, exempelvis tränare, lagledare, materialansvariga, funktionärer och andra ideella krafter. Ansvarsfördelningen ska vara så tydlig som möjligt och anpassas efter föreningens storlek och verksamhet.

Styrelsen

Styrelsen leder föreningens arbete mellan årsmötena och ansvarar för att beslut verkställs, att ekonomin följs upp och att verksamheten bedrivs enligt lagar, stadgar och bindande regler. Styrelsen ansvarar också för att det finns aktuella styrdokument och att föreningen har fungerande processer för säkerhet, integritet, arbetsmiljö och medlemsdialog.

Tränare

Tränare ansvarar för den idrottsliga verksamheten inom sitt uppdrag. Det innefattar bland annat planering och genomförande av träning, sportsliga bedömningar, utveckling av aktiva samt att bidra till en trygg, respektfull och professionell träningsmiljö.

Tränare ska känna till och följa föreningens värdegrund, säkerhetsrutiner och övriga styrande dokument. När tränare är anställda eller arvoderade ska uppdrag och ansvar regleras i avtal eller arbetsbeskrivning.

Lagledare eller motsvarande ledarfunktion

Om föreningen har lagverksamhet kan varje lag eller grupp ha en lagledare eller motsvarande funktion. Rollen fungerar ofta som praktisk samordnare mellan tränare, aktiva, vårdnadshavare och styrelse.

Ansvarsområdet kan till exempel omfatta information, bemanning, administration, tävlingsanmälningar, bokningar, kontaktlistor, praktiska förberedelser och stöd till gruppen vid arrangemang. Exakt ansvar ska framgå av föreningens interna arbetsfördelning.

Lagkaptener och aktiva ledarroller

I vissa grupper eller lag kan aktiva ges särskilda uppdrag, till exempel som lagkapten, mentor eller hjälptränare. Sådana roller ska bidra till delaktighet, ansvarstagande och ett gott klimat i gruppen.

Den som har en sådan roll förväntas föregå med gott exempel, bidra till trygghet och vara en positiv representant för föreningen.

Funktionärer och andra ideella roller

Föreningen kan ha behov av fler funktioner än de som anges ovan, till exempel materialansvarig, utbildningsansvarig, kommunikationsansvarig, sponsoransvarig, säkerhetsansvarig,

arrangemangsansvarig eller administrativt stöd. Dessa roller kan utses av styrelsen eller organiseras på annat sätt utifrån föreningens behov.

Uppförande i föreningens namn

Alla som representerar föreningen ska uppträda respektfullt och ansvarsfullt. Detta gäller vid träning, tävling, möten, digital kommunikation, sociala medier, resor, läger och andra sammanhang där föreningen kan förknippas med individens agerande.

Kritik, synpunkter och förbättringsförslag är en naturlig del av föreningslivet, men de ska framföras på ett sakligt och konstruktivt sätt. Föreningen bör ha tydliga vägar för frågor, återkoppling och hantering av konflikter eller klagomål.

Personuppgifter och integritet

Föreningen behandlar personuppgifter för att kunna administrera medlemskap, verksamhet, kommunikation, tävlingar, fakturering och andra nödvändiga delar av föreningens arbete. Sådan behandling ska ske enligt gällande dataskyddsregler och föreningens integritetspolicy.

Det ska vara tydligt vilka uppgifter som samlas in, varför de behövs, hur länge de sparas och vem som har tillgång till dem. Särskild omsorg ska iakttas vid hantering av känsliga personuppgifter, kontaktuppgifter för minderåriga, bilder och uppgifter om hälsa eller allergier.

Om handboken

Flera frågor regleras i separata dokument i stället för i själva handboken. Det gäller särskilt sådant som förändras ofta eller behöver beslutas mer detaljerat, exempelvis avgiftsbilaga, säkerhetsrutiner, årshjul, kontaktvägar, arbetsbeskrivningar, integritetspolicy, sponsringsriktlinjer, resepolicy, krisplan och avtal för aktiva eller ledare.

Handboken ska läsas tillsammans med föreningens stadgar, verksamhetsplan, integritetspolicy, ekonomiska riktlinjer och övriga styrande dokument. Om ett separat styrdokument innehåller mer detaljerade regler än denna handbok gäller det dokumentet i den delen.

Handboken bör därför ses som ett övergripande och relativt stabilt dokument. Detaljer som ändras oftare bör hänvisas till bilagor, rutiner eller säsongsinformation som kan uppdateras utan att hela handboken skrivs om.

Följande dokument har beaktats i arbetet med denna handbok:

- Antidopingplan för Svenska Konståkningsförbundet

- GKKS Stadgar
- GKKS Styrelsehandbok
- GKKS Årshjul
- Riksidrottsförbundets rapport Föräldraengagemang i barns idrottsföreningar
- Riksidrottsförbundets Riktlinjer för barn- och ungdomsidrott
- Svenska konståkningsförbundets Ärendehanteringspolicy
- Svenska konståkningsförbundets arbetshäfte Uppförandekoden

Fastställande och revidering

Denna handbok fastställs av styrelsen och ses över årligen eller när större förändringar sker i verksamheten. Datum för fastställande, senaste revidering och ansvarig funktion bör alltid framgå i dokumenthuvudet eller sidfoten i den version som publiceras till medlemmarna.