

Föreningen har valt hemsidan som främsta informationskälla och dokumenthantering för allmänheten, medlemmar, ledare, anställda och övriga intressenter. Detta innebär att hemsidan måste vara korrekt uppdaterad samt att all text och information ska vara professionellt skriven.

Hemsidan är kopplad till vårt system, Sportadmin, och vi kan styra behörigheter via detta system.

Dessa rubriker kan alla se, utan att vara kopplade i Sportadmin. Ansvaret för att uppdatera denna del på hemsidan ligger på kanslisten.

Kanslisten har full behörighet att uppdatera allt på vår hemsida. Är du osäker på hur du gör så be kanslisten om hjälp!



Dessa sidor är sektionernas egna sidor. Den allmänna informationen ska uppdateras av kanslisten men nyheter, bildgalleri, dokument kan uppdateras av Sektionsledarna.

Arrangemang avser föreningsgemensamma arrangemang och uppdateras av den person som ansvarar för arrangemanget.

Vi har också ett Intranät för att kunna sprida intern information. Denna rubrik kommer man bara åt om man är inloggad på Sportadmin. Du ser enbart de rubriker du är kopplad som behörig till.

Sektionernas sidor är alla upplagda på samma sätt och ska så vara. Besökare ska ”känna” att det är en Och samma förening oavsett vilken Sektion man läser om.

Under **hem** finns den generella, föreningsgemensamma texten – dock med variation utifrån sektionens specifika inriktning.

Denna text – och länkar – bör kanslisten gå igenom inför varje ny termin samt när styrelsen fattat beslut som påverkar denna information.

Hem Barn Träning Cheer Kv AG Ma AG **RG** Trupp Arrangemang Intranät -



Östersundsgymnasterna
Välkommen till vår hemsida!
RG

Hem
Nyheter
Bildgalleri
Dokument
Kontakt

Lägg till nyhet

Publicera Avgränsare Redigera välkomsttycke

Rytmask gymnastik



Sektionen RG är en av föreningens tävlingssektioner. Det innebär att samtliga gymnaster i sektionen tävlar. För oss är det viktigt att drivet att vilja tävla ska finnas hos gymnasterna själva. Har barnen inte intresse av att tävla rekommenderar vi att de går i en träningsgrupp istället.

Våra tävlingsgrupper tränar ofta flera gånger i veckan och det är viktigt att gymnasterna deltar på samtliga träningar som erbjuds. Detta för att underlätta träningsplanering, minimera skadensrisken och för att gymnasterna då har lättare att vara en del i den sociala gemenskapen i gruppen.

Som deltagare i en tävlingsgrupp får man räkna med att även något av träningsstillfällena ligger på helgen. Alla våra grupper som tränar 3 - eller fler - gånger per vecka får ett av sina pass fre em, lördag eller söndag. Tyvärr räcker inte tiderna till annars.

I samtliga tävlingssektioner krävs ett stort föräldraengagemang. Det kan variera mellan sektionerna men handlar bl a om att vara hjälpledare, domare, arbeta som funktionär vid tävlingar och läger som föreningen arrangerar, skjuta till tävlingar inom regionen eller att bli med som extra vuxen på tävlingar/läger längre bort. Alla kostnader för tävlingar och läger bekostas gymnasten själv, föreningen står endast för anmälningsavgiften. För att kunna tävla behöver gymnasten också en tävlingsdräkt samt föreningsoverall, du hittar information kring detta under "Profilkläder".

Alla våra ledare inom sektionen arbetar ideellt.

Under **nyheter** kan kanslist eller sektionsledare lägga upp de nyheter som enbart berör den sektionen. Det går att välja att skicka notiser – då kommer alla som är kopplade till sektionen att få ett mail kring att en nyhet är upplagd.

Nyheter är bra för att visa att vi har en levande förening och hemsida. Nyttja dock mailfunktionen restriktivt, enbart när det är en nyhet som snabbt behöver få spridning.

Hem Barn Träning Cheer Kv AG Ma AG **RG** Trupp Arrangemang Intranät -



Östersundsgymnasterna
Välkommen till vår hemsida!
RG

Hem
Nyheter
Bildgalleri
Dokument
Kontakt

Visas inte längre (54 visningar)

Uppvisning

2017-05-17 20:11



Söndag 21/5 kör vi uppvisning med våra tre RG-grupper, Arena, 11.00.

Varmt välkomna!

Under **bildgalleri** kan kanslist eller sektionsledare lägga upp bilder från tävlingar, träningar, läger, uppvisningar osv.

Vi har valt att alltid använda formatet ”Fotoalbum” för att det ska bli lika.

Bildgalleriet ska spegla vad vi gör i de olika sektionerna för att intresserade ska kunna få en uppfattning om verksamheten i just den sektionen.

Hem Barn Träning Cheer Kv AG Ma AG **RG** Trupp Arrangemang Intranät -



Östersundsgymnasterna
Välkommen till vår hemsida!
RG

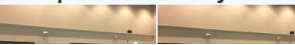
Hem
Nyheter
Bildgalleri
Dokument
Kontakt

RG Våruppvisning 21 maj 2017



Fler bilder (+18) >>
Terminsavslutning för alla RG-grupper

Gen rep med RG3 17 maj 2017



Under **dokument** kan kanslist eller sektionsledare spara dokument som gäller just den sektionen och ska vara tillgängliga för alla.

Dokumentet bör vara i pdf.

Denna text – och länkar – bör kanslisten och sektionsledaren gå igenom inför varje ny termin samt när styrelsen fattat beslut som påverkar denna information.

Hem Barn Träning Cheer Kv AG Ma AG **RG** Trupp Arrangemang Intranät -



Östersundsgymnasterna
Välkommen till vår hemsida!
RG

Hem
Nyheter
Bildgalleri
Dokument
Kontakt

Dokument

Kläder och redskap (1)

Tävlingskostnader gymn

Under **kontakt** finns länkar och Möjlighet att maila till Sektionsledaren. Vi har enbart Mail till dem, inga telefonnummer.

Informationen ses över av sektionsledare och kanslist inför varje ny termin samt vid byte av sektionsledare.

Hem Barn Träning Cheer Kv AG Ma AG **RG** Trupp Arrangemang Intranät -



Östersundsgymnasterna
Välkommen till vår hemsida!
RG

Hem
Nyheter
Bildgalleri
Dokument
Kontakt

Kontakt

Vi har försökt samla så mycket i ska kunna söka information du b under "Frågor och svar".

Du när sektionensledaren för RG-ett mail svar kan dröja.

Om du som sektionsledare har text, nyheter eller bilder som du vill lägga upp på hemsidan kan du alltid maila detta till vår kanslist så lägger hon upp det utifrån föreningens mallar.

All administrativ information du behöver som ledare hos oss hittar du på vårt Intranät under Ledare. Du loggar in som ledare med det inlogg Du har till Sportadmin. Saknar du inlogg kontaktar du vår kanslist.



På ledarsidan har du fem rubriker i vänster meny. Under nyheter läggs enbart **nyheter** som berör ledare ut, tex om ett viktigt dokument ändras av styrelsen, om det är något akut gällande halltider, information om föreningsgemensamma ledarmöten osv.

Under **bildgalleri** har vi ambitionen att det ska finnas foton på alla aktiva ledare så att man kan se vilka alla är.

Under **kontakt** hittar du information om några av våra kontaktvägar.



Under **dokument** finns alla de dokument som du som ledare ska känna till samlade. Tanken är att underlätta för alla våra ledare att veta vad som gäller i föreningen. Du ansvarar själv för att läsa igenom dessa dokument. Upptäcker du att det saknas information kring något du tycker är viktigt så kontakta gärna vår kanslist!

Beslutade dokument är i pdf. Mallar mm är i arbetsformat.



Vi har också en mapp för de husmöten och brukarråd som kommunen håller så att ni har möjlighet att uppdatera er på den senaste informationen.



Vi har även Intranät för Sektionsledare, Styrelsen och Administrationen. Åtkomst till dessa sidor styrs av koppling till dessa grupper i Sportadmin.

Under **Administration** finns dokumentation sparad kring många av våra aktiviteter. Vid de tillfällen någon ledare eller sektionsledare skulle behöva detta tillfrågas styrelsen så kan dessa dokument lämnas ut. T ex kan det vara bra att få den gamla dokumentationen för sommarskolan, Arenadagen eller hjälpledarutbildningen om man tar på sig att arrangera den.

Dokumenterna under administration är inte i pdf utan ska kunna förändras, bearbetas och revideras inför nästa förändring/beslut/år.

Dokument

- 1 Lathundar (4)
- 10 Checklistor (1)
- 11 Beslutade dokument (ändringsbara) (8)
- 110 Bilder och loggor (12)
- 111 Koder och lösen (1)
- 2016 Arenadagen (8)
- 2016 Bromma on Tour (3)
- 2016 Hemsidan (2)
- 2016 Hjälpedarutbildning (3)
- 2016 Redovisningar (1)
- 2016 Sommarskolan (11)
- 2016 Sponsring (4)
- 2017 Anställd Tränare (3)
- 2017 Brev avslut termin (2)
- 2017 Halltider 2017/2018
- 2017 Hjälpedarutbildning (2)
- 2017 Informationsmatreal (1)
- 2017 Iskristallen (4)
- 2017 Kursvärd/Demogymnaster (1)
- 2017 NIU (3)
- 2017 Prova på dagar (3)
- 2017 Samarbeten (1)
- 2017 Sommarskolan (9)
- 2017 Truppcuppen (1)
- 2017 Utvärdering/Förbättringsförslag (3)
- Ritningar ÖSD Arena (5)

Under Föreningen presenterar vi styrelsen och vår organisation i övrigt. Uppdateringar ske efter årsmöte eller i de fall förändringar sker under året.

Vi har valt att ha mail till ordförande och kassör, som har föreningsmailadresser, tillgängliga just nu.

Uppdateringar sker efter initiativ från styrelsen.



Östersundsgymnasterna

Välkommen till vår hemsida!

Hem

Nyheter

Föreningen

Kontakta oss

Profilkläder

Träna hos oss

Frågor och svar

Bildgalleri

Dokument

Lägg till stycke

Publicera

Avgränsare

Redigera stycke

Organisation

Östersundsgymnasterna är en ideell förening med en styrelse vald av medlemmarna. Styrelsen arbetar ideellt. Föreningens årsmöte hålls i mars.

Styrelsen träffas ca en gång i månaden och ansvarar för alla övergripande frågor. Du kan maila till några av styrelsemedlemmarna genom att klicka på deras namn,

- Ordförande: Bettina Herm
- Sekreterare: Grit Wiegand
- Kassör: Fredrik Eriksson
- Ledamot: Pernilla Åsell, Tommy Eliasson Winter, Elisabeth Wasteson, Jonas Wiktorsson
- Suppleant: Josefin Jansson, Annie Vestermark

Sammankallande valberedning: Magnus Stenwall

Föreningens revisorer är Pelle Lindbald och Pricilla Sundvall.

Föreningen har också en anställd sportchef och en kanslist som driver den dagliga verksamheten på uppdrag från styrelsen.

Verksamheten är uppdelad i sju olika sektioner och för varje sektion finns en ansvarig sektionsledare:

- Barn- och Bamsse
- Träningssektionen
- Truppssektionen
- Kvinnlig artistisk gymnastik
- Manlig artistisk gymnastik
- Rytmsk gymnastik
- Cheer

Här finns även en dokumentmapp. De dokument som ligger här är tillgängliga för alla. Dokument som läggs här ska vara i pdf-format.

Dokument

Föreningens policy (2)

Föreningens stadgar

Gamla stadgar (1)

Styrelsemöten 2017

Tränings- och hallregler (2)

Årsmöte 2017 (1)

Dokument

Föreningens policy (2)

Bildpolicy.pdf

Policy för hemsida och sociala medier för Östersundsgymnasterna.pdf

Föreningens stadgar

Gamla stadgar (1)

Styrelsemöten 2017

Tränings- och hallregler (2)

Årsmöte 2017 (1)

Vår bildpolicy och policy för hemsida och sociala medier finns tillgängliga för alla. Det finns andra policydokument som ska omarbetas/revideras samt beslutas av styrelsen innan de kan läggas ut.

Under Föreningens stadgar ska senaste versionen av våra stadgar finnas. Äldre versioner sparas under Gamla stadgar.

De regler som finns, både från kommunens sida och våra interna, ska finnas Tillgängliga för alla.

Information som ska vara offentlig kring/från Årsmöten ska också samlas här.

Kontakta oss

Är du gymnast/förälder i föreningen?
Har frågor som gäller just din grupp, kontakta din huvudledare, Kontaktinformation ska du ha fått vid terminsstart.

Du kan också hitta kontaktinformation till vissa ledare och sektionsledare under "Träna hos oss". Välj den grupp du vill kontakta eller läsa mer om.

Vill du bli ledare hos oss?

Vi söker alltid personer som är intresserade av att bli ledare hos oss!
Ta gärna kontakt med föreningens sportchef, Jessica Wallskog Svensk, via [mail](#), eller anmäl dig via anmälningsblanketten så kontaktar vi dig!
[Anmälningsblankett ledare/hjälpledare](#)

Har du generella frågor?

Maila till vår Kanslist Angelica Flodin. Angelica sitter på Idrottenshus uppe i Sollden. Telefontider Tisdag 9-11 och Torsdag 9-11 – Vänligen respektera telefontiderna. Telefonnummer 070-303 03 71.

Vill du kontakta vår sportchef?

Vår sportchef, Jessica Wallskog Svensk, sitter på kontoret på Idrottenshus, Solliden. Vill du göra ett besök, kolla gärna innan via mail då det ibland är möten på andra platser. Telefonfunder Onsdagar 8-12 – Vänligen respektera telefonfunderna. Telefonnummer 072- 339 20 21.
Du kan alltid maila.

Vår postadress är:

Östersundens kommun

Profilkläder

Rätt kläder gör det enklare och säkrare att träna gymnastik! Tränar du i gymnastikhallen i Östersund Arena är det också viktigt att följa de hallregler gällande klädsel som finns där.

Föreningen har ett avtal med Stadium gällande de flesta kläder med Östersundsgymnasternas tryck. Dessa kläder är lämpliga kläder att träna gymnastik i. Går du i en tävlingsgrupp finns dessutom krav på tävlingskläder utifrån respektive disciplins tävlingsreglemente. Vad som gäller i just din tävlingssektion får du information av genom gruppens huvudledare.

Kontakterna med Stadium sköter "profilgruppen" - en grupp föräldrar från föreningen. Kan du hjälpa till i gruppen så anmäler du det här.

Vissa gymnastikdräkter beställer vi från Gynpasport. Det finns en träningsdräkt med föreningstryck som alla, oavsett om man tränar eller tävlar, kan beställa. Kvinnlig AG beställer också sina **tävlingsdräkter** från Gynpasport. Vi har också tagit fram en RG-dräkt i Jämtlandsfärgerna som nu går att beställa. Du beställer dessa dräkter själv via **hemsidan**. Sista beställningsdatum 31 januari och 15 mars för vårterminen 2017.

Du får gärna köpa och sälja begagnade profilkläder - och andra gymnastikkläder/skor/tillbehör - via vår facebookgrupp.

Stadium

Vår shop hos Team Sales är uppdaterad med de nya plagg som Adidas kan erbjuda.

Tillsammans med Stadium arrangerar vi föreningsdag på Stadiums butik i Östersund 1 gång per termin. Där kan du se de kläderna och prova ut den storlek - dessutom får du 20% i rabatt på alla köp du gör i butiken under vår föreningsdag. Beställningen av föreningsprofilkläder gör du själv via <http://stadiumteamsales.se/>. Scrolla längst ner på sidan så hittar du "logga in" där du kan skapa ditt konto och göra din beställning. Vi rekommenderar att flera familjer går ihop och gör sin beställning om ni vill undvika den fraktkostnad Stadium tar ut vid mindre order. Du kan lägga din order till Stadium precis när det passar dig!

Ni kan också stötta föreningen genom att koppla Östersundsgymnasterna till ert medlemskap hos Stadium, ni behåller er bonus och ger ytterligare 3% till föreningen.

Logga in [här](#) och registrera vilken förening/lag du stödjer. Välj Östersundsgymnasterna!

Vår kontakt på Stadium

Olle.hallstrom@stadium.se
010-452 89 35

Rekommendationer för grupperna

Nedan hittar ni bassortimenten för respektive grupp. Ni är alltid välkomna att köpa även våra övriga föreningsprodukter, allt enligt era egna önskemål!



Uppdatering av sidan **kontakta oss** sköts av kanslist.

Väldigt viktigt att denna sida alltid har korrekt information och riktiga Länkar. Även om vi inte finns tillgängliga dygnet runt så ska alla veta att Informationen på denna sida stämmer.

Uppdatering av sidan profilkläder sköts av sektionsledarna inom respektive sektion.

Även här är det väldigt viktigt att informationen är korrekt.

Rekommendationer för grupperna bör verifieras med sektionsledarna inför varje termin och eventuella förändringar uppdateras på hemsidan.

På sidan **Träna hos oss** har vi valt att ha en ganska generell information för att den inte ska kräva uppdatering så ofta.

Viktigt dock att se över all information inför ny termin och göra de uppdateringar som behövs.

Exakt vilka grupper presenteras inte här just nu men möjlighet finns att göra det utifrån schemafunktionen i Sportadmin då alla grupper är klara med dagar och tider.

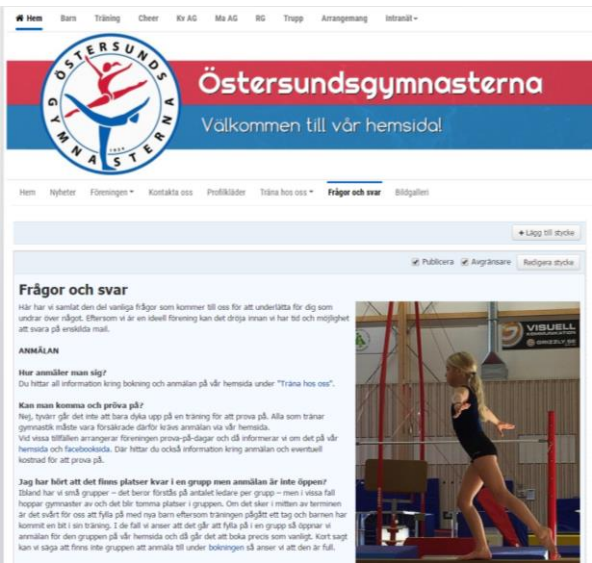
Det finns 4 st undersidor; Bokning, Förkunskapskrav, Våra avgifter, Vid skada på träning.

Bokning är en direktlänk till bokningsfunktionen i Sportadmin. Där kan man boka de lediga platser som finns i vår barnsektion och Träningssektion samt förberedande tävlingsgrupper. Kanslist ansvarar för att lägga upp barn- och träningsgrupper och göra dem bokningsbara. Sektionsledarna kommer med information om de ska ha några grupper med bokningsfunktion, kanslist lägger då upp detta i Sportadmin.

Förkunskapskraven gäller för våra träningsgrupper i gymnastik. Detta ska hjälpa de som vill börja träna hos oss att hitta rätt nivå. Våra ledare som har grupper i gymnastik, träning använder detta som underlag för sina träningar, att flytta gymnaster till nästa nivå samt att rekommendera byten. Förkunskapskraven bör diskuteras på ett sektionsledarmöte sent VT för att revideras inför HT och vid ett sektionsledarmöte mitt i HT för att revideras inför VT.

Våra avgifter beslutas av styrelsen. Styrelsen ger i uppdrag till kanslist att uppdatera dessa efter beslut. Viktigt att uppdateringen då sker vid ett tillfälle så att det inte ligger blandat gamla och nya avgifter på hemsidan. I samband med detta ska även grupp-kostnader i Sportadmin uppdateras.

Då olyckan är framme finns information till både ledare och gymnast/föräldrar hur vi ska gå tillväga under **Vid skada på träning**.



Vi har en sida med **”Frågor och svar”** där vi samlat frågor som ofta kommer till kanslist/sektionsldare/ledare via mail och telefon. Denna information behöver ses över inför varje termin samt efter styrelsebeslut som påverkar svaren. Kanslisten ansvarar.

Självklart ska vi hålla denna sida levande och det är upp till alla ledare att meddela kanslisten om någon information saknas. Kanslist kan lägga till nya frågor och svar allteftersom de dyker upp i större mängd eller på initiativ av styrelse, ledare och medlemmar.

Om du får frågor av föräldrar eller gymnaster och informationen finns på hemsidan så går det bra att hänvisa dem dit. Får du frågor via mail så behöver du inte skriva långa svar utan skicka en länk till den del på hemsidan där informationen finns.

Meddela vårt kansli om du hittar felaktigheter eller saknar något på hemsidan – det underlättar för oss alla.