



## Kjekt å vite – som foreldrekontakt i BUL Tromsø Friidrett

Friidrettsgruppa i BUL-Tromsø har 7 undergrupper med til sammen over 160 utøvere. Trening foregår på Valhall stadion om sommeren og i Tromsøhallen om vinteren. Ei rekruttgruppe trener på Solneset skole, Hamna. Sjekk hjemmesiden for tidspunkt.

Ditt medlemskap gir direkte innflytelse for deg i BUL Tromsø, samtidig som det utløser penger til fellesskapet, da for eksempel økonomisk støtte fra Tromsø Idrettsråd beregnes ut fra *antall medlemmer*. Det samme gjelder støtten som klubben får internt i BUL Tromsø. Sørg for å ha medlemskapet i orden!

### Hva innebærer det å være foreldrekontakt?

- Informere nye utøvere om klubbens goder og krav (medlemskap etc), og ellers alt som er «Kjekt å vite».
- Hvis det er venteliste, oppdatere denne etter følgende regler:
  - Trener og styret avgjør til enhver tid hvor stor gruppa skal være.
  - Ventelista ordnes ved at kandidater føyes til lista etter hvert som de melder seg.
  - Utøver prioriteres foran andre på lista i 2 tilfeller:
    - Klubben trenger trenere og utøver har foreldre som kan ta på seg oppgaven.
    - Kandidaten har søsken som allerede trener i BUL Friidrett.
- Veilede utøvere i bruk av online påmelding ([www.minidrett.no](http://www.minidrett.no)). Følge opp utøvere/foresatte slik at alle melder seg på stevner innen fristen, gjelder også treningsstevnene.
- Passe på at utøverne har riktige sponsormerker på draktene (utøvers ansvar).
- Politiattest – følge opp at alle trenere og hjelpetrenerne ha levert politiattest slik som beskrives på hjemmesiden vår [politiattest](#)
- Sammen med trener ta initiativ til foreldre-/utøvermøter og sosiale arrangement (kan søke styret om midler til gjennomføring)
- Holde oppdatert liste med kontaktinformasjon om utøverne (navn, fødselsdato, tlfnr. e-postadresse).
- Formidle informasjon mellom styret/trenere og utøvere/foresatte.
- Oppfordre foresatte og eldre utøvere om å delta på aktivitetslederkurs, dommerkurs, trenerkurs, starterkurs og arrangementskurs etc. Utgifter dekkes av klubben.
- Gjennomføre e-læringskurset REN UTØVER - <http://www.renutover.no/> Når kurset er fullført registreres dette her: [registrering REN UTØVER](#)

### For å være utøver i BUL Tromsø, friidrett må utøveren:

- Betale medlemskontingent i BUL: Barn (0-14) kr 300,- Fra og med fylte 15 år kr. 525,-
- Betale treningsavgift: Alle utøvere betaler vår og høst en treningsavgift. Avgiften er på kr 400, 700 eller 800, avhengig av gruppetilhørighet. Kravet varsles på SMS eller mail, og må betales via Minidrett.no.
- Alle utøvere som er 14 år eller eldre gjennomfører e-læringskurset REN UTØVER - <http://www.renutover.no/> Når kurset er fullført registreres dette her: [registrering REN UTØVER](#)

### Hvilke goder følger med medlemskap i BUL-Tromsø?

- Fri tilgang til møtelokaler midt i byen, inkl festsal på 140 kvm, lagerrom, kopimaskin, tidsskrifter (Bladet Friidrett), trådløst internett, kjøkken, etc. Festsalen kan også leies til egne arrangementer.
- Tilgang til Fosshøgda gård i Målselv, som ligger kort vei fra alpinanlegget i Målselv Fjellandsby, fint turterreng, flott utgangspunkt for jakt og fiske, bærplukking og soppfangst. BUL har også fiskerett i Målselvfossen. Kan brukes gratis av gruppene til organiserte turer. Billig leie for deg som medlem.
- Invitasjon til alle kurs og tilstelninger i regi av BUL-Tromsø.
- Rabatt på Torshov Sport.
- Gode avtaler med Tromsø Treningssenter.
- Friidrettsrabatt på Choice-hoteller

**Treningsstevner.** Arrangeres av klubben i Tromsøhallen eller på Valhall 6-8 ganger i året. Disse stevnene arrangeres for at utøverne skal bli fortrolige med konkurranseregler/-situasjon. De annonseres på hjemmesiden og Facebook og er åpne for alle. Utøverne melder seg på selv via MIN IDRETT, <https://minidrett.nif.no/> Her forventes det at utøverne deltar.

**Klubbtoy.** Ved betalt kontingent får alle utøvere gratis BUL T-skjorte (fås på lagskontoret). I konkurranse stiller alle utøvere med klubbens t-skjorte, eller egne innkjøpte drakter med klubbens sponsorer på (bestilles felles)

**Lisens.** Fra og med det året utøver fyller 13 år er helårslisens obligatorisk for deltakelse på banestevner. For mer informasjon og kjøp av lisens, se <https://www.friidrett.no/mosjon/lisens/> Lisensen inkluderer forsikring. Utøvere til og med 12 år dekkes av NIFs barneidrettsforsikring.

**Startavgift.** Våre utøvere betaler ingen startavgift på stevner BUL Tromsø arrangerer. Ved deltagelse på andre stevner og mesterskap på bane betales *startavgift pr utøver pr øvelse*. **Klubben dekker ordinær startavgift** – utøver skal altså ikke betale selv. Forutsetning er at utøveren er medlem i BUL Tromsø og har betalt treningsavgift. Utøver må selv dekke startavgift om han/hun ikke stiller til start. Unntak ved sykdom eller skade. Da skal utøver melde fra til arrangør. Ved etteranmelding må utøver selv dekke ekstrakostnaden. For å få dekt startavgift til andre konkurranser/løp må styret forespørres i forkant. Startavgifter utgjør en relativt stor utgift for klubben.

**Regionale og nasjonale stevner.** Sjekk terminlisten. I sommersesongen er det mange stevner sørpå som det står utøverne fritt å melde seg på. Informasjon om disse stevnene finnes på nettsidene til Norges Friidrettsforbund. KM og NNM (ute) arrangeres på ulike steder i Troms/Nord-Norge.

**Ungdomslekene (13-14 år):** Friidrettskretsen foretar uttak. Utgifter til reise og opphold dekkes av krets/klubb. Egenandel må påregnes.

**Nasjonale mesterskap for ungdom, junior og senior (UM, NMjr, NMsr).** For mesterskapene utendørs er det kvalifiseringskravene fra Friidrettsforbundet som gjelder. Utøverne får dekket utgifter til overnatting og reise, det må påregnes en egenandel. For inne-stevnene, hvor det normalt ikke er kvalifiseringskrav, får deltakerne fortsatt dekket utgifter til reise og opphold såfremt utøver innfrir kvalifiseringskrav som er satt til sommerens utestevne. All deltakeraktivitet som forventes dekt av klubben må avtales på forhånd.

**Klubblokaler:** BUL-Huset, Hotell SAGA. Inngang fra sjøsida.

**Hjemmeside:** <http://bul-tromso.no/> **E-post:** [lagskontoret@bul-tromso.no](mailto:lagskontoret@bul-tromso.no)

**Telefon:** 77 60 70 15 **Utenom kontortid** 901 60 012