

SPORTSLIG PLAN 2019-2022

Sist vedtatt høst 2018

Innholdsfortegnelse

1.	Organisasjon	3
2.	Styrets vedtatte målsetting	3
3.	Kort status pr dags dato.....	4
3.1	Medlemmer og rekruttering	4
3.2	Rammebetingelser	4
3.3	Kompetanse og ressurser.....	4
4.	Organisering av klubben	5
4.1	Svømmeskolen	5
4.1.1	Nivåer på svømmeskolen.....	5
4.1.2	Overgang fra svømmeskole til rekrutt i svømmeklubben	6
4.1.3	Medlemskap og betaling	6
4.2	Rekrutter (gruppe 5/6).....	6
4.3	Konkurransesvømmere (gruppe 3-4).....	6
4.4	ÅM, UM, NM svømmere (Gruppe 1-2).....	7
4.5	Elitesatsing	7
4.6	Eldre svømmere som ikke konkurrerer	7
4.7	Gruppeprogresjon.....	7
5.	Målsetting – hvor vil vi?	7
6.	Tiltak for å oppfylle målsetningen	8
6.1	Tiltak: Rekrutteringsarbeid	8
6.2	Tiltak: Sikre gode overganger mellom nivåene/grupper.....	8
6.3	Tiltak: Treningskultur	8
6.4	Tiltak: Sosial tilhørighet.....	8
7.	Rutiner og føringer for de ulike aktivitetene.....	9
7.1	Terminliste og aktiviteter	9
7.2	Leirer	9
7.3	Internasjonale stevner.....	10

SPORTSLIG PLAN

7.4	Forebyggende arbeid ift skader og forbudte stoffer	10
7.5	Årshjul og terminliste	10
8.	Finansiering av aktiviteter.....	11
9.	Roller og ansvar	11
9.1	Foreldreansvar	11
9.2	Trenerrollen	12
9.3	Kommunikasjon	12
9.4	Trening med andre klubber – klubb samarbeid.....	12
9.5	Svømmere fra andre klubber	12
9.6	Deltakelse i Team Sør	13
9.7	Deltakelse i forbund/kompetansetiltak.....	13

1. Organisasjon

Kristiansand svømmeklubb ble stiftet 9. september 1922 som den første svømmeklubben i Kristiansand. Kristiansand svømmeallianse ble stiftet 18.8.1987 og skulle være en eliteklubb for byens øvrige klubber. Fra 2008 gikk VSLK og VSK ut av samarbeidet og KSK vedtok å drifte videre i samme navn.

I vedtektene for klubben (2008) fremgår det at KSA har som formål å drive med svømmeopplæring og svømmeidrett for barn og ungdom på alle nivåer. Klubben skal tilby grunnleggende svømmeopplæring for de minste, utviklingsmuligheter for aktive svømmere og mulighet for elitesatsing.

KSA er en aktiv klubb med rundt 400 medlemmer, der det er rundt 90 aktive svømmere i alderen 7 til 20 år, fordelt på rekrutter og konkurransesvømmere. Der er ansatt en heltids hovedtrener og flere deltidsansatte trenere og instruktører.

2. Styrets vedtatte målsetting

Styret følger opp vedtak fra årsmøtet 2016 og siste sportslige plan hvor følgende er angitt:

- Kristiansand Svømmeallianse (KSA) sikter mot å være en NM-klubb (definisjon i tråd med NSF sportslig plan 2014-2020)
- KSA gir treningstilbud til svømmere som har ambisjoner om å utvikle seg mot nasjonalt nivå (finaler jr.NM og Sr.NM og utøvere på jr.landslag).
- Tilbudet i KSA skal omfatte treningsopplegg og fasiliteter, samt støtteapparat til å utvikle gode svømmere på høyt nasjonalt og internasjonalt nivå.
- KSA skal legge stor vekt på at svømmere også utvikler seg som selvstendige og hele mennesker.
- Det tilstrebes å utvikle treningsmiljøer hvor det legges til rette for at hver enkelt svømmer kan utvikle seg personlig samtidig som man utvikler seg som svømmer. Det skal være harmoni mellom personlig utvikling, utdanning, familie, venner og jobb på en idrettslig og sosialt forsvarlig måte.

Mandat til sportslig utvalg vedtatt av styret:

Sportslig utvalg er oppnevnt av styret og skal fungere i perioden mellom årsmøtet. Styret velger selv å endre antall medlemmer og eventuelt bytte medlemmer. Utvalget skal bestå av hovedtrener, kursansvarlig, utøvers representant, oppmann og representant fra styret. Andre trenere kan delta ved behov.

Oppgaver til sportslig utvalg

- Revidere og oppdatere sportslig plan
- Utarbeide terminlister og kostnadsoverslag som skal behandles i styret
- Samordne klubbens sportslige aktiviteter

SPORTSLIG PLAN

- Ta avgjørelser vedrørende sportslige aktiviteter som ikke skal styrebehandles
- Motta referat fra trenermøtene og styremøtene
- Beslutte overordnede rammer for grupper, trenere og flytting av svømmere mellom ulike nivåer (daglig styring av dette ligger til hovedtrener)
- Planlegge treningsleirer og andre sportslige aktiviteter

3. Kort status pr dags dato

3.1 Medlemmer og rekruttering

For å drive en effektiv svømmeklubb er det vesentlig med en stor nok gruppe medlemmer til å fylle aktivitetene. For å skape topp må det være en betydelig bredde, og hovedrekrutteringen til konkurransesvømming er via svømmekurs. Utviklingen av antall medlemmer har variert over tid. Siste tre år har medlemsmassen vært ca 60-90 konkurransesvømmere/rekrutter og 300 kursdeltakere.

3.2 Rammebetingelser

Det er nødvendig med en aktiv annonsering og informasjon om svømmekurs til kommunens barnefamilier. KSA har ikke et eget opplæringsbasseng og må forhandle frem tid sammen med Aquarama for å arrangere kurs. Det pågår forhandlinger for å få til bedre betingelser med AQ, event. om det vil bli en løsning om deling av kommunens andre opplæringsbasseng.

Svømmerne trener i Aquarama. Det er begrenset med treningstid og plass, og elitesvømmerne i gruppe 1 trener i tillegg på Spicheren treningssenter. Det vil være vesentlig å jobbe for mer treningstid i Aquarama.

3.3 Kompetanse og ressurser

Alle trenere i klubben skal minimum ha godkjent livredderprøve og politiattest. Kursholdere skal minimum ha begynnerinstruktør kurs. Trenere på alle nivå bør minimum fullføre trener 1 kurset før de starter eller i løpet av det første året de er engasjert som trener. Klubben vil også legge til rette for trener II kurs for aktuelle trenere på høyere nivåer.

Klubben ønsker å beholde og utvikle dagens trenere – samt å skaffe økt kapasitet og kompetanse. Trenere oppfordres til å utvide sin kompetanse i tråd med nivået de er engasjert på. Alle trenere skal ha en personlig trenerkontrakt som fornyes årlig.

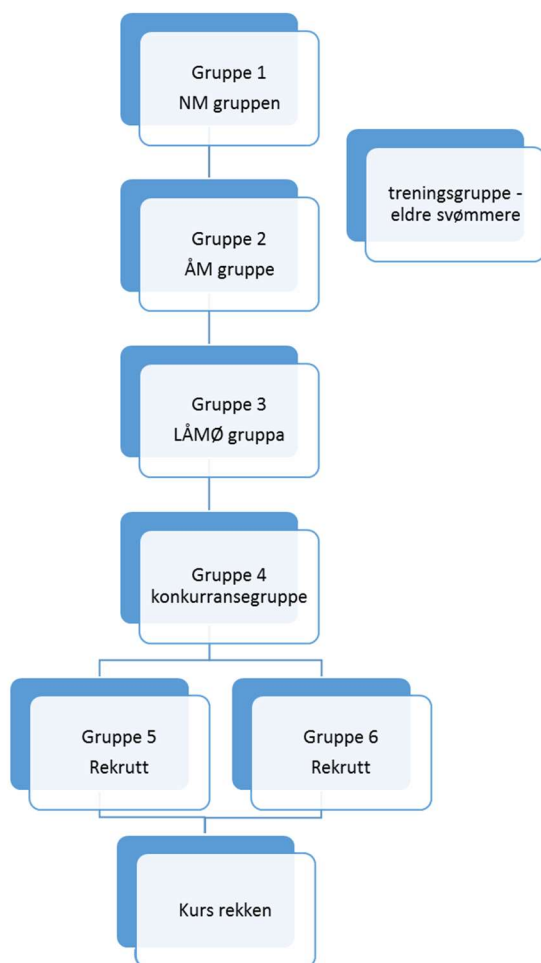
Hovedtrener deltar på trener-/lederkonferansen årlig, samt kompetansehelgen om det er mulighet for det. I tillegg vil øvrige trenere få tilbud om trener-/lederkonferansen eller kompetansehelg annet hvert år.

Hovedtrener er normalt ansvarlig for svømmere på det høyeste sportslige nivå i klubben. Det er ønskelig med en fulltids ansatt hovedtrener som også skal ha kapasitet til å lage en struktur for hele det sportslige opplegget i klubben. Dette innebærer trenermøter, kompetanse og årsplanlegging. Hovedtrener skal også delta i styremøter og i ulike utvalg ved behov.

Styret fastsetter totalbudsjett for trenerressurser, og disse må nyttes til beste for klubbens medlemmer. Det er også styret som arbeidsgiver som formelt ansetter/engasjerer alle trenere og kursholdere, og signerer kontrakt med den enkelte.

4. Organisering av klubben

Klubben gir aktiviteter til barn, unge og voksne på ulike nivåer og med ulik motivasjon til å delta.



4.1 Svømmeskolen

KSA driver svømmeopplæring etter NSF's svømmeskoler. Det ansettes (deltid) en ansvarlig for driften av svømmeskoler. Rekruttering og kvalifisering av instruktører vesentlig.

Kursholdere har ansvar for det enkelte kurs. Svømmeskoleansvarlig vurderer om kursene har tilstrekkelig med deltakere og om det skal settes inn assistent i tillegg til kursholder.

4.1.1 Nivåer på svømmeskolen

Svømmeskolen har et tilbud for de yngste fra 5 til 10 år. Svømmeskolen tilbyr grunnkursene hval, skilpadde, pingvin og selunge som fokuserer på dykke, flyte, gli og fremdrift. Videre tilbys også to videregående kurs, sel og sjøløve. Videregående kurs vil introdusere

SPORTSLIG PLAN

svømmeteknikkene crawl, rygg, bryst, medley og livredning. Etter endt sjøløvekurs hvor delmålene er oppnådd vil tilbud om plass som rekrutt i svømmeklubben bli gitt.

4.1.2 Overgang fra svømmeskole til rekrutt i svømmeklubben

Når alle delmålene er oppnådd blir det tilbudt plass som rekrutt i treningsgruppe. Tilbud sendes ut på e-post via Tryggivann. Vedlagt invitasjon medfølger informasjonsfolder for KSA (KSA folder 2018 – dobbeltsidig – flip på kortsiden.pdf). Rekruttansvarlig mottar påmelding og tar imot nye rekrutter, potensielt 4 ganger i året ved hver kursslutt.

4.1.3 Medlemskap og betaling

Alle deltakere på svømmeskolen registreres som medlemmer. Deltakere faktureres direkte for deltakelsen. Prisen pr kurs fastsettes av styret.

4.2 Rekrutter (gruppe 5/6)

Rekrutter rekrutteres fra kursrekken og nye barn/tilflytting. Rekrutter skal være en overgang fra svømmeopplæring til svømmetrening. Det forventes kompetanse tilsvarende øverste kursnivå før barna blir rekrutter. Det er ingen nedre eller øvre aldersgrense.

Sportslig mål: Utvikle svømmeferdigheter, forberede barna for svømmetrening. Fokus på mestring, treningsglede og motivasjon til å gå videre med svømming på konkurransenivå. Deltakelse på aktiviteter i klubb samt delta i kretskarusellen (fra 7 år).

4.3 Konkurransesvømmere (gruppe 3-4)

Når svømmeren mestrer grunnleggende svømmeferdigheter på alle fire svømmearter skal svømmer få til bud om å flyttes til konkurransegruppene, og vurderes normalt halvårlig. Normal alder for å delta på en konkurransegruppe er 9 år –det året svømmeren er gammel nok til å delta på approberte stevner. Konkurransegruppene skal legge til rette for å utvikle svømmeren til gradvis å nå et høyt sportslig nivå.

Sportslig målsetning er deltakelse i konkurranse på Agder, utvikle ferdigheter, forbedringer teknisk og bygge opp treningskapasitet gjennom treningsårene. Svømmere som har motivasjon og ferdigheter til å satse mot svømming på høyere nivåer skal stimuleres til satsing. Det skal også være fokus på samhold og et sosialt sterkt miljø.

Gradvis teknisk forbedring og kvalifisering til LÅMØ er første målsetting for svømmerne. LÅMØ er en konkurranseform som utfordrer svømmerne på alle 4 svømmearter og lengre distanser i alderen 13-16 år. Trenere har ansvar for å få kvalifisert sine svømmere gjennom høstens stevner.

Det organiseres flere konkurransegrupper og nivåer avhengig av antall svømmere i klubben. I utgangspunktet er det 4 nivåer, men blir det endring på antall svømmere kan de deles i parallelle grupper eller flere nivåer.

4.4 ÅM, UM, NM svømmere (Gruppe 1-2)

Satsingen på gruppe 1 er mesterskap som NM, UM og internasjonalt, og det forventes sportslig målsetting og satsing på høyeste nivå. Det vil bli satt krav til treningsmengde, kvalitet og motivasjon for å være en del av gruppen. Hovedtrener har et særlig ansvar for klubbens høyeste nivå.

Gruppe 2 skal være for yngre svømmere som satser mot gode resultater i årsklassemesterskapet (ÅM) og ungdomsmesterskapet (UM). Disse aspirerer til elitesatsingen gjennom kvalifisering til NM jr og senior. Gruppe 1 trener enkelte treninger sammen med Gruppe 1.

4.5 Elitesatsing

NM gruppen (gruppe 1) skal være for elitesvømmere og svømmere som har individuelle NM krav (junior og senior). Dersom det blir mange svømmere på dette nivået kan en egen gruppe opprettes.

Svømmere på elitenivå er junior- og seniorsvømmere i landstoppen og på internasjonalt nivå. Det forventes at det legges ned betydelige treningsmengder, og tid til deltakelse på leirer og mesterskap. Målsetning er nasjonal og internasjonal deltakelse, kvalifisering til landslag og internasjonale mesterskap. Elitesvømmere kan gis deltakelse på flere treningsleire, stevner og andre arrangementer, event. også stipender fra klubben

4.6 Eldre svømmere som ikke konkurrerer

Svømmere over ÅM alder som ikke deltar på konkurranser kan gis et tilbud i klubben dersom det er kapasitet. Konkurransegruppene er for svømmere som satser aktivt, og det forventes at de deltar på konkurranser.

Svømmere som ikke lengre satser men som ønsker å trene svømming kan få ledig treningstid og program fra hovedtrener. Det kan settes av en trening i uken hvor de trener sammen med gruppe 1. Svømmere må være medlem av klubben og dekke event. medlemskap på Spicheren selv. Tidligere svømmere over 20 år oppfordres til å delta i mastersmiljøet i byen og på trenersiden.

4.7 Gruppeprogresjon

Det gjøres en vurdering av mulige gruppebytter to ganger i året – og løpende i spesielle situasjoner. Det tas hensyn både til svømmeferdigheter og gruppens sosiale sammensetning. Hovedtrener har beslutningsmyndighet i endringen, men en fordel om trenerne er enige ved endringer.

5. Målsetting – hvor vil vi?

Klubbens visjon og målsetting er førende for hele klubbens aktivitet. Hovedtrener skal påse at alle gruppene jobber i henhold til sportslig målsetning og legger grunnlag for å utvikle svømmerne på best mulig måte. Trenersteamet skal følge opp styrets forventninger og samarbeide om best mulig utnyttelse av klubbens ressurser.

Dersom det er forhold som tilsier at styret må følge opp blir saker løftet til hhv sportslig utvalg og deretter til styret. Sportslig plan skal revideres minst hvert fjerde år – og årlig skal terminliste over aktiviteter legges til.

6. Tiltak for å oppfylle målsetningen

6.1 Tiltak: Rekrutteringsarbeid

Klubben skal være aktive i forhold til å rekruttere nye deltakere på svømmekurs og svømmere til rekrutt og konkurransegruppen.

For å øke rekrutteringer er det vesentlig å forbedre samarbeidet med Aquarama og Kristiansand kommune, slik at klubben kan tilby kurs på like økonomiske vilkår som øvrige svømmeklubber i kommunen. Styret vil være sktive i å forbedre rammebetingelsene. Klubben må være synlig i media og i sosiale medier i forhold til å tilby gode vilkår for svømmere som ønsker å være med i klubbe. Svømmere skal plasseres på riktig nivå og det skal legges til grunn en plan for å utvikle gode svømmere og gode sosiale arenaer.

6.2 Tiltak: Sikre gode overganger mellom nivåene/grupper

Svømmere skal plasseres på riktig nivå og det skal legges til grunn en plan for å utvikle gode svømmere og gode sosiale arenaer. Det er aktuell trener sammen med hovedtrener som tar beslutninger på å flytte svømmere oppover (eller nedover) i gruppestrukturen. Sportslig nivå og alder skal telle mest, men det skal også ta hensyn til sosiale forhold ved endringer. Normalt såp vurderes gruppene ved sesongstart i august.

6.3 Tiltak: Treningskultur

Det skal lønne seg å ha en god treningskultur. Treningsarbeidet er klubbens «produksjon», og resultatene klubbens «produkt». For å optimalisere begge forhold må alle nivåer jobbe med å etablere en god treningskultur. Dette inkluderer også informasjon til foresatte, og en aktiv holdning fra klubbens styre og utvalg.

Svømmerne er ofte aktive på flere arenaer, og de har med seg ulike vaner og preferanser. For å nå sportslig målsetning må gode treningsvaner etableres på de yngre gruppen. Gruppe 1 og 2 bør gå foran og vise gode vaner og sunn treningskultur. Det er trener som må legge til rette og veilede svømmerne i forhold til ønsket og ikke ønsket oppførsel og god og mindre god treningskultur.

6.4 Tiltak: Sosial tilhørighet

Både trenere, styret og foreldre bør ha fokus på å bygge opp sosial tilhørighet. Deltakelse og aktiviteter som samler gruppen eller grupper bygger vennskap og tilhørighet.

«Pep-talk» og gode historier bør tas med på kveldsmat, klubbkvelder, turer med mer. Både svømmere og foreldre bør involveres i planlegging og fremdrift så mye som mulig. Forståelse for hva og hvorfor svømmerne trener som de gjør må formidles og forankres.

7. Rutiner og føringer for de ulike aktivitetene

7.1 Terminliste og aktiviteter

Det legges en terminliste for alle gruppene (ikke kurs) for neste halvår – samt en langtidsplan for neste par år (årshjul). Alle gruppene skal ha tilstrekkelig tilbud til aktiviteter og stevner. Mengden deltakelse på aktiviteter vil variere noe mellom gruppene, og det normale er at antall aktiviteter og bredden på disse vil øke i takt med utvikling av svømmers alder og ferdigheter.

Styret vedtar terminlisten etter forslag fra hovedtrener. Terminlisten skal ha et godt og tilstrekkelig antall aktiviteter for alle medlemmer. Det legges opp til en progresjon ettersom svømmere blir eldre og «går gradene» i klubben. Dette betyr at de yngre svømmerne deltar på mer lokale stevner, og deltakelse i utstrekning og omfang øker over tid.

Rekrutter –deltar hovedsakelig på kretskaruseller

Konkurransesvømmere gruppe 3-4 – deltar for det meste på regionale stevner

Konkurranse/elitesvømmere deltar på mesterskap og internasjonale stevner i tillegg.

7.2 Leirer

Oppstartsleir før skolestart (august). Det er en god start å samle svømmerne/gruppene til oppstart for høsten. Det kan vurderes ulike leirer eller opplegg på hjemmebane. Klubben sender sine LÅMØ svømmere på leir i regi av Agder svømmekrets når dette arrangeres. Den kan også organiseres rundt summer games i AQ. For Gruppe 1 og 2 kan det vurderes annen oppstart, event. leir sammen med andre klubber på tilsvarende nivå.

Standard finansiering

Høstferie leir

Konkurransegruppene reiser på leir i høstferien for å forberede seg til Nordsjø, UM, NM junior/NM kortbane Kriterier for leiren er deltakelse på Thisted Cup og lisensierte svømmere gruppe 1-4. (2017 fra klasse 2007). Standard finansiering

Vinter leir

Det kan vurderes behov for å reise til/arrangere lokalt vinterleir/juleleir. Dette avklares ift styret og budsjett. Ved juleleir inviteres NM til LÅMØ svømmere, gruppe 1-4. Det kan også arrangeres vinterleir i regi av Team Sør ved nytt terminoppsett fra 2019. Standard finansiering

NM leir sommer

NM leir sommer er for svømmere med NMLang krav eller som er tatt ut til å delta på stafett får tilbud om deltakelse på sommerleir. Svømmere uten NM krav avslutter sesongen ved skoleslutt. Standard finansiering.

7.3 Internasjonale stevner

Hovedtrener har ansvar for endelig vurdering og uttak. Flere stevner kan bli lagt til ved behov. Barneidrettsbestemmelsene er førende for tilbud om stevner i utlandet (for Norden 11 år, for øvrige land er aldersgrensen 13 år)

- Stockholm – aktuelle kandidater for landslag og internasjonale kvalifiseringer
- Bergen Open– NM gruppen
- Hjørring og Thisted (og likn) – Lisensierte svømmere 11 år og over.

7.4 Forebyggende arbeid ift skader og forbudte stoffer

Trenerne skal legge til rette for forebygging av skader knyttet til idretten. Med forebygging menes spesifikke øvelser som reduserer risiko for skader som følge av trening eller annen aktivitet.

Alle konkurransegrupper skal gjennomføre landbasert trening som retter seg mot skadeforebygging. Dette kan være en basisøkt før trening 1-2 ganger pr uke som fokuserer på dette. Øktene må ledes av trener, eller svømmere med kompetanse.

Svømmere i KSA skal forholde seg til reglene i svømmehallen ift løping, hopping eller annen aktivitet som kan være til fare for seg selv eller andre. Trenerne skal påse at svømmerne har god oppførsel når de er i og ved bassenget.

Konkurransesvømmere på UM nivå og eldre skal gjennomføre NSF's antidopingsprogram. All medisinerbruk skal orienteres om til trener eller styret. Svømmere på høyere nivå skal søke medisinsk fritak til antidoping Norge. Det skal også orienteres jevnlig om temaet på foreldremøter.

Svømmemiljøet skal være rusfritt. Det er nulltoleranse for alkohol for utøvere på reiser, leirer og andre sportslige arrangementer. Trenerne og ledere skal vise måtehold. For øvrig gjelder norsk lov.

7.5 Årshjul og terminliste

Vedlagt et grovskisse sportslig årshjul. Det er ny sesongopplegg fra 2019 og det kan bli justeringer ift endelig terminliste.

Basert på årshjulet utarbeides det terminlister for minst ett halvår. Terminlisten skal formidler til alle medlemmer i god tid før aktuelle datoer. Terminlisten skal være vedtatt av trenergruppen og styret før publisering.

8. Finansiering av aktiviteter

For å bygge topp – må det etableres en base med bredde. Det vil si at de som starter i klubben vil gradvis bygge seg opp gjennom treningsår til å kunne mestre høyere nivåer. For å finansiere en satsing på toppsvømmere, må det være en tilstrekkelig base som er med på finansiering. Når dagens yngre svømmere blir eldre svømmere vil de også nyte godt av neste base. Dette er det bærende prinsipp rundt alle idrettsklubber.

Det er styret som til enhver tid vedtar budsjett og regler for egenandel av aktiviteter. Hovedregel er at det er 70 % egenandel på stevner og leirer som er satt opp på terminlisten. Dette gjelder for alle grupper.

For mesterskap (NM, UM og ÅM) er egenandel 70 % men maks 3000 kroner. Dette for at det skal være mulig for alle som er kvalifisert til å delta på mesterskap selv når disse arrangeres på steder som er kostbare ift reise og overnatting. Det er hovedtrener som gjør endelig uttak av svømmere. Stafettsvømmere kan bli tatt ut dersom det utgjør en vesentlig forskjell for stafettlaget. Svømmere som etter en grundig vurdering ikke har vist treningsinnsats eller på annen måte ikke er i rute sportslig kan bli holdt utenfor tilbake av hovedtrener. Det skal være en god dialog mellom utøver og trener dersom dette er aktuelt.

For landslagssvømmere dekker klubben egenandel på NSF's arrangementer

Aktiviteter utenom terminlisten er 100 % egenfinansiert. Familietur til Danmark eller andre steder er også 100 % egenfinansiert.

Dersom hovedtrener sender utøver på en bestemt aktivitet utover listen gjelder vanlig finansiering (gjelder kvalifisering eller annet sportslig forhold). Det er kun hovedtrener som kan innvilge slik finansiering.

Medlemskontigenten er lik for alle medlemmer og vedtas av årsmøtet.

Treningsavgiften vedtas av styret og gjelder pr sesong. Treningsavgiften er uavhengig av treningssted (AQ, Spicher, eldre arenaer) og fastsettes årlig av styret. Det etableres ulike nivåer for de gruppene med flest treninger, og et noe lavere nivå for de med færre treninger. Alle medlemmer skal betale treningsavgift til finansiering av klubbens samlede treningskostnader (lønn, leie, utgifter, annet).

9. Roller og ansvar

9.1 Foreldreansvar

Involvering av foreldre og familier til svømmerne er viktig. Foreldre forventes å delta på foreldremøter, og må utfordres til å ta rollen som en aktiv og positiv støttespiller. De må bidra med å legge forhold til rette slik at svømmeren kan komme på trening til riktig tid og med riktig utstyr.

Foreldre deltar i ulike utvalg for å sikre klubbens drift og økonomi. Det er viktig for barna at foreldre er engasjert, slik at bidrag til gruppas aktivitet er til det beste for alle parter. Det er også ønskelig at foreldre engasjerer seg som dommere. Dette er en god måte å være tilstede på i idretten og samtidig bidra til en viktig kompetanse.

9.2 Trenerrollen

Klubbens trenere har først og fremst et sportslig ansvar for aktiviteten i sin gruppe. Trenere skal være lojale til trenerteamets beslutninger og styrets føringer og vedtak. I samarbeid med hovedtrener skal trenerne gjennomføre planlagt aktivitet for sin gruppe. Alle trenere skal delta på trenermøter.

Trenere får tilbud om å delta på trener-lederkonferansen hvert annet år – hovedtrener hvert år. Trenere oppfordres til å søke økt kompetanse gjennom trenerkurs i tillegg.

9.3 Kommunikasjon

Det er viktig at alle parter legger til rette for en god kommunikasjon og oppfølging, slik at misforståelser unngås og at eventuelle konflikter eller utfordringer løses så tidlig som mulig. Oppmann og trenere skal gi informasjon om påmelding og frister via styreweb mail. Facebook grupper skal ikke erstatte styreweb som felles informasjonskanal men kan brukes til å minne svømmere og foreldre på aktiviteter og frister.

Foreldre oppfordres til å ha dialog med trener ved ulike forhold knyttet til barnet og gruppen. Dialog bør være konkret og direkte og ivareta fellesskapet først og det individuelle deretter. Klubben legger til grunn NSF's foreldrevettregler.

God kommunikasjon er alles ansvar!

9.4 Trening med andre klubber – klubbsamarbeid

Klubben inngår samarbeidsavtaler med andre klubber for å legge til rette for trening. Tilbudet kan være for hele konkurranseavdelingen, eller for spesielle grupper.

Dersom svømmer ønsker egne avtaler utenfor gruppen, skal dette avtales særskilt med trener/hovedtrener og samarbeidsklubb (gjelder særlig for studenter og andre som bor borte over en lengre periode).

9.5 Svømmere fra andre klubber

Svømmere fra andre klubber som vil trene med klubben kan gjøre dette etter avtale med aktuell trener. Hovedtrener avklarer om det er plass til gjester fra andre klubber – som holder tilsvarende nivå som klubbens svømmere. Dette gjelder for kortere perioder (ferier, helg etc)

Svømmere fra andre klubber som trener regelmessig med klubben skal betale treningsavgift til klubben, inkl event. spicher kort.

9.6 Deltakelse i Team Sør

KSA er en medlemsklubb i Team Sør. Formålet med klubben er å samle regionens eldre svømmere til felles lag på nasjonale mesterskap og internasjonale stevner. Hovedtrener vurderer hvilke svømmere som skal ha lisens i Team Sør. Hovedregel er at svømmer har individuelt UM eller NM krav eller er tatt ut til å svømme stafett på mesterskap.

Svømmere må ha medlemskap i begge klubber for å stille for fellesklubben, og vil representere Team Sør/KSA i konkurranser. Ved lokale stevner skal svømmerne stille med KSA badehette og annet klubb tøy.

9.7 Deltakelse i forbund/kompetansetiltak

Trener/lederkonferansen

Prioriteres som kompetansetilgang for klubben. Klubben bør stille med deltakere fra styret, trenerteamet og svømmeskolen. Styret bør stille med 1-3 deltakere i tillegg (18 års grense). Styret kan ved budsjett legge rammer antall deltakere. Finansiering: dekkes av klubben

Kompetanshelgen

Klubben bør være representert fra styret og trenersiden i begrenset omfang (15 års grense). Finansiering: dekkes av klubben

Landslag.

Klubber med landslagssvømmere blir invitert til særskilte møter. Det forventes at hovedtrener deltar på dissa, samt deltar ved uttak til arrangementer og konkurranse regi av forbundet.

VEDLEGG

Vedlegg 1 - Terminliste årshjul og neste sesong.

Vedlegg 2 – Betalingssetser og økonomiske ordninger i klubben

Vedlegg 3 – Arbeidsbeskrivelse reiseleder

Vedlegg 4 –

Vedlegg 5 -