



Groruddalens viktigste arena
Inkluderende - Utviklende - Engasjerende

STRATEGISK PLAN 2021-2024

Hasle-Løren Ishockey Yngres avdeling



0. Revisjonshistorikk

| Versjon | Dato | Beskrivelse | Godkjent av |
|---------|-----------|-------------------------|-------------|
| 0.0 | | Dokument opprettet | |
| 1.0 | 21.6.2021 | Første versjon godkjent | |

OBJ



0. Innhold

| | | |
|--------|--|----|
| 2. | Hva er en strategisk plan og hvorfor skal vi ha det? | 6 |
| 3. | STRATEGISK PLAN | 6 |
| 3.1 | VISJON: | 6 |
| 3.2 | Målsettinger: | 6 |
| 3.3 | Sportslige mål | 6 |
| 3.4 | Økonomiske mål | 6 |
| 3.5 | Organisasjonsmål | 6 |
| 4. | TRENINGSKULTUR | 7 |
| 4.1.1 | Treningskultur | 7 |
| 5. | VIRKEMIDLER: | 7 |
| 5.1 | Spillerutvikling mål og strategi: | 7 |
| 5.1.1 | Jenter | 7 |
| 5.1.2 | Rekruttering (4-8 år) | 7 |
| 5.1.3 | Rekruttering (9-14 år) | 7 |
| 5.1.4 | Bredde 6 år (U7) | 8 |
| 5.1.5 | Bredde 7 år (U8) | 8 |
| 5.1.6 | Bredde 8 år (U9) | 8 |
| 5.1.7 | Bredde 9 år (U10) | 8 |
| 5.1.8 | Bredde 10 år (U11) | 8 |
| 5.1.9 | Bredde 11 år (U12) | 9 |
| 5.1.10 | Bredde 12 år (U13) | 9 |
| 5.1.11 | Bredde 13 år (U14) | 10 |
| 5.1.12 | Bredde U15/U16: | 10 |
| 5.1.13 | Bredde 16-17 år (U18) | 11 |
| 5.1.14 | U21 | 11 |
| 5.1.15 | Hospitering | 11 |
| 5.1.16 | Diverse | 12 |
| 5.2 | Ekstra treningstilbud: | 12 |
| 5.2.1 | Spillerne: | 13 |
| 5.3 | Barmarkstrening: | 14 |
| 5.3.1 | U10-U13 | 14 |
| 5.3.2 | U14-U16 | 14 |
| 5.3.3 | U21/U18 | 14 |
| 5.4 | Utviklingstrappa: | 14 |
| 5.4.1 | Tren/Spis/Hvil: | 14 |
| 6. | Trener/Lagleder/Materialforvalter/Foreldre - mål/strategi: | 14 |
| 6.1 | Trener | 14 |



| | | |
|--------|---|----|
| 6.2 | Lagleder | 15 |
| 6.2.1 | Dette er en viktig oppgave som en samlende rolle for spillere og foreldregruppen. Som følge av det har styret utarbeidet en laglederhåndbok som beskriver rollen og oppgavene som inngår i rollen. | 15 |
| 6.3 | Materialforvalter | 15 |
| 6.3.1 | Arbeidsoppgaver:..... | 15 |
| 6.4 | Foreldre | 15 |
| 6.4.1 | Foreldre skal | 15 |
| 6.5 | Overganger | 16 |
| 6.6 | Politiattest | 16 |
| 7. | Organisasjon - mål og strategi: | 16 |
| 7.1 | Administrativt..... | 16 |
| 7.2 | Sportslig | 16 |
| 7.3 | Dommerkontakt | 16 |
| 7.4 | Økonomi | 17 |
| 7.5 | Medlemskap | 17 |
| 7.6 | Treningsavgift..... | 17 |
| 7.6.1 | Klubben finansierer | 17 |
| 7.6.2 | Spiller/lagenhet finansierer | 17 |
| 7.7 | Skøyteskole vs. Treningsavgift | 17 |
| 7.8 | Kommunikasjon..... | 18 |
| 7.9 | Årsmøtet..... | 18 |
| 7.10 | Styret | 18 |
| 7.11 | Logo | 18 |
| 7.12 | Boder..... | 18 |
| 7.13 | Drakter og utstyr | 18 |
| 7.13.1 | Kampdrakter | 19 |
| 7.13.2 | Kampstrømper | 19 |
| 7.13.3 | Bekledning ved kamper..... | 19 |
| 7.13.4 | Søknad om egne nummer til lagenhet..... | 19 |
| 8. | Mobbing/Trakassering/Alkohol/Helse/Doping - mål og strategi: | 19 |
| 8.1 | Mobbing..... | 19 |
| 8.2 | Trakassering..... | 19 |
| 8.3 | Alkohol..... | 19 |
| 8.4 | Helse/Doping:..... | 19 |



1. Hva er en strategisk plan og hvorfor skal vi ha det?

En strategisk plan fastsetter visjoner, målsetninger og virkemidler for klubbens kortsiktige og langsiktige virksomhet. Planen er et beslutningsverktøy for styret og ledelsen i klubben samt en informasjon til våre medlemmer, spillere, ledere, trenere, foreldre, funksjonærer og omgivelser for øvrig. En strategisk plan gir klubben en mulighet til å fatte mer riktige kortsiktige beslutninger fordi man ser de i sammenheng med klubbens visjoner og målsetninger.

2. STRATEGISK PLAN

Er et styringsverktøy for Hasle-Løren Ishockey Yngres (U7- U21) og skal etterleves.

2.1 VISJON:

”Flest mulig, lengst mulig, best mulig”

2.2 Målsettinger:

- ✓ Klubbene skal være en mønsterklubb og et forbilde for andre idrettsklubber.
- ✓ Klubbene skal gi et tilbud om trygt, rusfritt og mobbefritt barne- og ungdomsmiljø.
- ✓ Klubbene skal være blant de bedre i Oslo og Viken på å utvikle egne talenter både individuelt og som lagspillere til å bli komplette spillere på et høyt nasjonalt og internasjonalt nivå.

2.3 Sportslige mål.

- ✓ Klubben skal ha lag i alle aldersbestemte klasser, jentelag, juniorlag, damelag og A-lag herrer.
- ✓ Lagene i aldersbestemte klasser U-16, U-18 og U-21 skal være blant de fire beste i sine respektive avdelinger.

2.4 Økonomiske mål

Klubbene skal drives etter forretningsmessige, etiske og moralske prinsipper med et mål om å gå i balanse hvert år. Eventuelt overskudd skal benyttes til aktiviteter og investeringer i klubbene til fremme av klubbenes fremtidige virksomhet.

2.5 Organisasjonsmål

Så raskt som mulig å bygge opp en administrativ og sportslig organisasjon som legger til rette og organiserer det frivillige støtteapparatet.



3. TRENINGSKULTUR

3.1.1 Treningskultur

Det viktigste for Hasle-Løren Ishockey Yngres, i samarbeid trenere, foresatte og barn, er å bygge en god treningskultur. God treningskultur skaper et godt fellesskap og gruppemiljø. Fokus på mestring og holdninger er grunnleggende for økt rekruttering og for å beholde flest mulig lengst mulig. **MOBBING TOLERERES IKKE.**

Strategi;

- ✓ Riktig utstyr
- ✓ Komme presis til istrening og barmarkstrening
- ✓ Foreldre skal være på tribune eller kafeteria
- ✓ Garderobekultur: La barnet få være en del av opplevelsen i garderobe før og etter trening. La barnet få tid til å skape vennskap i garderoben
- ✓ Påmelding til trening; Ha respekt for trenere som organiserer trening
- ✓ Snakk positivt med barn om trening
- ✓ Hasle-Løren Ishockey Yngres oppfordrer til at man deltar i ulike idretter.
- ✓ Fra uke 40 og til påske, oppfordres det til at spillere fra 11 år og eldre, vil delta på minimum 75 % av treninger, om spilleren ikke bedriver to idretter

4. VIRKEMIDLER:

4.1 Spillerutvikling mål og strategi:

4.1.1 Jenter

Jenter utgjør halvparten av barn og ungdom i Hasle-Løren ILs nedslagsområde og skal ha det samme ishockeytilbudet som gutter. Det betyr at man i perioden for strategisk plan skal arbeide for at Hasle-Løren stiller jentelag i de tre klassene U11, U13 og U16, og med samme antall treningstimer som guttene.

På kort sikt:

- ✓ Engasjere trener/trenere. Bygge lagsapparat
- ✓ Rekruttering fra skøyte- og hockeyskolen
- ✓ Felles jentesamlinger. Ta med venninne på trening
- ✓ Jentedag
- ✓ Arrangere jentetrening 8. mars
- ✓ Arrangere 2-dagers jente-Camp høstferie og vinterferie
- ✓ 1 felles trening pr. uke fordelt på tre årskull (eks. U7-U9) (U10-U12)
- ✓ Delta på turneringer som et første steg på vei til serielag
- ✓ Forvente at jenter som spiller på guttelag/damelag bidrar positivt til å bygge opp et jentemiljø i klubben

4.1.2 Rekruttering (4-8 år)

- ✓ Samarbeid med skoler i nærområdet
- ✓ Skøyte- og hockeyskole for barn.
- ✓ Ta med en kamerat på trening, hver 2. måned
- ✓ Invitere skoleklasser o.l.

4.1.3 Rekruttering (9-14 år)

- ✓ Invitere spillere fra andre klubber for deltakelse på Camp, Hockey Akademi, morgenhockey
- ✓ Skape god treningskultur som gjør klubben attraktiv for nye spillere



4.1.4 Bredde 6 år (U7)

- ✓ Foreldretrener med trenerkurs 1
- ✓ Danne egne lagenheter fra og med det året spilleren fyller 6 år (U7).
- ✓ Lagene organiserer seg med foreldre som lagleder, materialforvalter og kasserer (se eget avsnitt for dette).
- ✓ I aldersgruppen U7 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I henhold til barneidrettens bestemmelser, i alderen U7 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Arrangere «sosial samling» eller lignende minimum to ganger i året (spillere og foreldre).

4.1.5 Bredde 7 år (U8)

- ✓ I aldersgruppen U8 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I henhold til barneidrettens bestemmelser, i alderen U8 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Arrangere «sosial samling» eller lignende minimum to ganger i året (spillere og foreldre).

4.1.6 Bredde 8 år (U9)

- ✓ Foreldretrener med trenerkurs 1
- ✓ I aldersgruppen U9 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I henhold til barneidrettens bestemmelser, i alderen U9 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Arrangere «sosial samling» eller lignende minimum to ganger i året (spillere og foreldre).

4.1.7 Bredde 9 år (U10)

- ✓ Foreldretrener med trenerkurs 1
- ✓ I aldersgruppen U10 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I henhold til barneidrettens bestemmelser, i alderen U10 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Arrangere «sosial samling» eller lignende minimum to ganger i året (spillere og foreldre).

4.1.8 Bredde 10 år (U11)

- ✓ Foreldretrener med trenerkurs 1
- ✓ I aldersgruppen U11 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I henhold til barneidrettens bestemmelser, i alderen U11 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Alle spillere som ønsker å trene ekstra kan trene så mye de ønsker med laget under deres eget alderstrinn mot at de minimum har et oppmøte andel på 75 % i sin egen lagenhet. En forutsetning for dette er at treneren på laget under får forespørsel om dette fra spilleren senest dagen før trening.
- ✓ Fra og med 10 år (U11) begynner klubben å forberede spillerne på hva som kreves for at de skal utvikle seg optimalt ut ifra sine egne forutsetninger. Både treningsmengden og kravene til de enkelte spillerne øker. Kravet til deltagelse på treninger blir høyere.



- ✓ For kamper på stor bane skal det benyttes minimum tre rekker. Hospitering fra yngre lagenhet kan benyttes for å oppnå dette.
- ✓ Klubben skal for alle alderstrinn vektlegge spillerutvikling, og ikke topping av lag. Det vil si at enkeltspilleres utvikling er viktigere enn lagets resultater. Dette er spesielt viktig for alderstrinn opp til U-16 slik at vi får med oss «flest mulig lengst mulig», og for å fremme gode holdninger i alle involvert i laget/klubben.
- ✓ Spillere som viser treningsvilje, nivå og er innenfor normen for fremmøte (75 %) på treninger fra 10-årsklassen (U11), kan få tilbud om å trene og spille opp i enkelte kamper

4.1.9 Bredde 11 år (U12)

- ✓ Foreldretrener med trenerkurs 1 og 2
- ✓ I aldersgruppen U12 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I henhold til barneidrettens bestemmelser, i alderen U12 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Alle spillere som ønsker å trene ekstra kan trene så mye de ønsker med laget under deres eget alderstrinn. En forutsetning for dette er at treneren på laget under får forespørsel om dette fra spilleren senest dagen før trening.
- ✓ Fra og med 11 år (U12) fortsetter klubben å forberede spillerne på hva som kreves for at de skal utvikle seg optimalt ut i fra sine egne forutsetninger. Både treningsmengden og kravene til de enkelte spillerne øker. Kravet til deltagelse på treninger blir høyere.
- ✓ For kamper på stor bane skal det benyttes min. tre rekker. Hospitering fra yngre lagenhet kan benyttes for å oppnå dette.
- ✓ Klubben skal for alle alderstrinn vektlegge spillerutvikling, og ikke topping av lag. Det vil si at enkeltspilleres utvikling er viktigere enn lagets resultater. Dette er spesielt viktig for alderstrinn opp til U-16 slik at vi får med oss «flest mulig lengst mulig».
- ✓ Spillere som viser treningsvilje, nivå og er innenfor normen for fremmøte (75 %) på treninger fra 11-årsklassen (U12), kan få tilbud om å spille opp i enkelte kamper

4.1.10 Bredde 12 år (U13)

- ✓ Foreldretrener med trenerkurs 1 og 2
- ✓ I aldersgruppen U13 gjelder prinsippet om at alle spiller omtrent like mange kamper i sesongen.
- ✓ I alderen U13 gjelder prinsippet om at alle spillere får omtrent like mye spilletid i kamper, dvs. rullering av alle rekkene.
- ✓ Alle spillere som ønsker å trene ekstra kan trene så mye de ønsker med laget under deres eget alderstrinn. En forutsetning for dette er at treneren på laget under får forespørsel om dette fra spilleren senest dagen før trening.
- ✓ Fra og med 12 år (U13) fortsettelse av klubben å forberede spillerne på hva som kreves for at de skal utvikle seg optimalt ut i fra sine egne forutsetninger. Både treningsmengden og kravene til de enkelte spillerne øker. Kravet til deltagelse på treninger blir høyere.
- ✓ For kamper på stor bane skal det benyttes min. tre rekker. Hospitering fra yngre lagenhet kan benyttes for å oppnå dette så lenge spiller innehar ferdighetsnivået.
- ✓ Klubben skal for alle alderstrinn vektlegge spillerutvikling, og ikke topping av lag. Det vil si at enkeltspilleres utvikling er viktigere enn lagets resultater. Dette er spesielt viktig for alderstrinn opp til U-16 slik at vi får med oss «flest mulig lengst mulig».
- ✓ Spillere som viser treningsvilje, nivå og er innenfor normen for fremmøte (80 %) på treninger fra 12-årsklassen (U13), kan få tilbud om å spille opp i enkelte kamper



4.1.11 Bredde 13 år (U14)

- ✓ Klubben har ansvaret for å engasjere trenere til lagenhetene
- ✓ I 13 års klassen (U14) har treneren i enkeltkamper rett til å benytte enkelte spillere mer enn andre i f.eks. overtall og undertall og i situasjoner som krever dette for å vinne jevne kamper.
- ✓ Alle spillere som ønsker å trene ekstra kan trene så mye de ønsker med laget under deres eget alderstrinn. En forutsetning for dette er at treneren på laget under får forespørsel om dette fra spilleren senest dagen før trening.
- ✓ For kamper på stor bane skal det benyttes min. tre rekker. Hospitering fra yngre lagenhet kan benyttes for å oppnå dette.
- ✓ Spillere som viser treningsvilje og er innenfor normen for fremmøte (80 %) på treninger fra 13-årsklassen (U14), skal være med på lagets kamper.

4.1.12 Bredde U15/U16:

- ✓ På U15/U16 skal mye trening og teoriundervisning ha høy prioritet.
- ✓ Alle spillere som ønsker å trene ekstra kan trene så mye de ønsker med laget under deres eget alderstrinn. En forutsetning for dette, er at hospitering godkjennes av trenere på tilhørende lag og trener på laget under.
- ✓ For kamper på stor bane skal det benyttes min. tre rekker. Hospitering fra yngre lagenhet kan benyttes for å oppnå dette, eventuelt ved bruk av spillere fra damelaget.
- ✓ Klubben skal for alle alderstrinn vektlegge spillerutvikling, og ikke topping av lag. Det vil si at enkeltspilleres utvikling er viktigere enn lagets resultater. Dette er spesielt viktig for alderstrinn opp til U-16 slik at vi får med oss «flest mulig lengst mulig».
- ✓ Fra og med U15 gjelder fortsatt hovedprinsippet om at spilleren tilhører sin lagenhet. Spillere som ligger langt fremme i sin utvikling må bli ivaretatt på en slik måte at de får tilstrekkelige utfordringer på trening evt. også ved å spille og trene opp på lagenheter over. Differensiert trening og god oppfølging er fortsatt den beste og viktigste måten å utvikle alle spillerne på. Det pålegges derfor trenere for disse aldersgruppene et spesielt ansvar for å påse at det sportslige opplegget er tilpasset for at alle spillerne blir så bra at det gir mulighet for optimal utvikling.
- ✓ I aldersgruppen U15 skal man stille med minimum 15 utespillere og 2 målvakter til hver kamp. Hospitering fra yngre lagenhet skal benyttes for å oppnå dette. Spillere fra damelaget kan benyttes.
- ✓ I Forbunds Cup og sluttspill skal man alltid stille med det beste laget. Det er hovedtreneren for laget som spiller Forbunds Cup som velger ut spillere (som er spilleberettiget iht forbundets regler) som skal delta. Spillere som skal være med i Forbunds Cup-troppen og som tilhører en yngre lagenhet er disponible for oppkjøring med laget inntil 10 dager før turneringen starter.
- ✓ I U15 klassen skal alle spillere som er tatt ut til kamper spille minst tre bytt i hver periode. I NM kamper (kvalifisering og sluttspill) gjelder ingen regler for spilletid.
- ✓ I 15-årsklassen (U16) gjelder ingen regler for spilletid for hver enkelt spiller.
- ✓ Deltakelse i utenlandske cuper. Søknad må sendes klubbledelsen.
- ✓ Deltakelse i det norske seriespillet på det høyeste nivået.
- ✓ Deltakelse i Forbunds Cup



4.1.13 Bredde 16-17 år (U18)

Sportslig utvalg bredde kan flytte en U18 spiller permanent opp på en høyere lagenhet. I aldersgruppen U18 skal man stille med minimum 15 utespillere og 2 målvakter til hver kamp

- ✓ På U18 skal mye trening og teoriundervisning ha høy prioritet.
- ✓ Laguttak baseres på talent, ferdigheter og at man har en seriøs innstilling til idretten.
- ✓ U16 spillere med spesielt talent og treningsvilje skal få et tilbud om treninger og kamper med U18 laget. Treneren bestemmer hvilke spillere dette gjelder. Sportslig utvalg skal ha dialog med treneren i forkant av avgjørelsen. Et slikt tilbud skal også gis damespillere som holder høyt nok nivå, i overensstemmelse med treneren/sportslig utvalg.
- ✓ Alle spillere som ønsker å trene ekstra kan trene så mye de ønsker med laget under deres eget alderstrinn. Om det ikke foreligger ekstratilbud for barmark eller øvrig treningsprogram. En forutsetning for dette er at treneren på laget under får forespørsel om dette fra spilleren senest dagen før trening
- ✓ For kamper på stor bane skal det benyttes min. tre rekker. Hospitering fra yngre lagenhet kan benyttes for å oppnå dette. Spillere fra damelaget kan også benyttes.
- ✓ I Forbunds Cup sluttspill skal man alltid stille med det beste laget. Det er hovedtreneren for laget som spiller Forbunds Cup som velger ut spillere (som er spilleberettiget iht forbundets regler) han skal ha med i Forbunds Cup sluttspill. Spillere som skal være med i Forbunds Cup-troppen, og som tilhører en yngre lagenhet er disponible for oppkjøring med laget inntil 10 dager før sluttspillet starter. Deretter trener de med eget lag.
- ✓ I U18-klassen gjelder ingen regler for spilletid for hver enkelt spiller.
- ✓ Deltakelse i utenlandske cuper.
- ✓ Deltakelse i Forbunds Cup

4.1.14 U21

- ✓ På U21 skal mye trening og teoriundervisning ha høy prioritet.
- ✓ Laguttak baseres på talent, ferdigheter og at man har en seriøs innstilling til idretten.
- ✓ U18 spillere med spesielt talent og treningsvilje skal få et tilbud om treninger og kamper med U21-laget. Treneren bestemmer hvilke spillere dette gjelder. Sportslig utvalg skal ha dialog med treneren i forkant av avgjørelsen.
- ✓ U21-laget er hovedrekrutteringskilden til Hasle-Løren sitt A-lag.
- ✓ Troppen til U21 tas ut etter tre uker på is og man er ikke lenger garantert en plass i spillertroppen.
- ✓ I NM-sluttspill skal man alltid stille med det beste laget. Det er hovedtreneren for laget som spiller NM som velger ut spillere (som er spilleberettiget iht forbundets regler) han skal ha med i NM-sluttspill. Spillere som skal være med i NM-troppen og som tilhører en yngre lagenhet er disponible for oppkjøring med laget inntil 10 dager før sluttspillet starter.
- ✓ Klubben kan bestemme at U21 spillere som ikke følger klubbens treningsopplegg, ikke er motivert, viser dårlige holdninger eller ligger for langt etter ferdighetsmessig ikke får plass i laget. I de fleste slike tilfeller så vil klubben være behjelpelig med å finne alternative klubber å spille for.
- ✓ Deltakelse i Forbunds Cup sluttspill U21:

4.1.15 Hospitering

For samtlige lagenheter i alle trinn i begge klubbene gjelder følgende kjøreregel:

- ✓ Eldre lagenhet som ønsker å ha med spillere fra yngre lagenhet til kamp/trening skal forespørre dette til trener på yngre enhet.
- ✓ Forespørsel kan være med navngitt spiller(e).
- ✓ Trener på yngre lagenhet kan godkjenne og forplikter seg til å informere egespiller om hvor og når aktuelle spiller(e) skal møte.



- ✓ Trener på yngre enhet kan, hvis det er forhold som tilsier det, bestemme at en spiller i sin tropp ikke er aktuell. Dette kan være forhold som skade, sykdom, ikke møtt til trening eget lag, disiplinærsaker, overbelastning o.l. Dette må respekteres av trener på eldre lag. Dette vil være viktig for at klubbens Strategiske Plan skal utøves i praksis.
- ✓ Trener på yngre lag skal foreslå eventuelle andre spillere til hospitering opp.
- ✓ Forespørsel direkte til spiller fra eldre lag skal ikke forekomme.
- ✓ Det er trenere som er ansvarlige for dialog og avklaringer.
- ✓ Dette er en bonus/gulrot for spillere som er mentalt, fysisk og teknisk klare for det.
- ✓ Samtreninger bør gjennomføres en gang hver måned for å holde godt samhold mellom lagenheter og for at trenere kontinuerlig får sett alle spillere involvert.
- ✓ Jenter på guttelag kan hospitere på damelagets treninger året før de er gamle nok til å spille kamper. Dette skjer i samspill mellom spiller/trenere/sportslig utvalg.

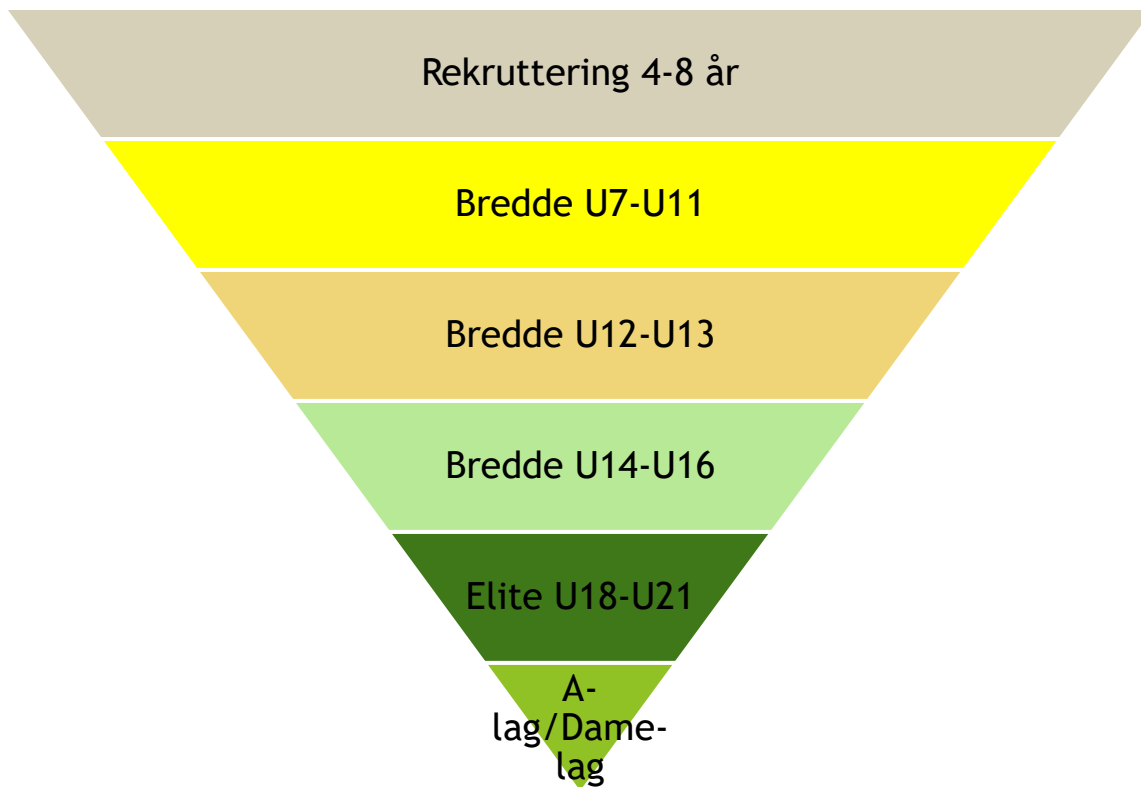
4.1.16 Diverse

Fra 6 år til og med 14 år (U7-U15) er regelen at spillerens alder er bestemmende for hvilken lagenhet spilleren tilhører. Spillere som er så gode at de ferdighetsmessig holder et så høyt nivå at de også er blant de bedre på lagenheten over, og samtidig har fornuftige holdninger, skal få tilbud om å trene og spille kamper med lagenheten over. En forutsetning for at dette systemet skal fungere er at hovedtrenerne på begge lagenhetene har en god dialog om hvilke spillere dette gjelder. Spillerne skal bli informert i god tid av sin egen trener ang. oppflytting til ny lagenhet. Hovedtreneren på lagenheten som spilleren tilhører bestemmer over sin egen spiller. Hvis det oppstår konflikter knyttet til spilleres trening og kamper for et annet lag så skal hovedtrener fra den lagenheten som spilleren tilhører, ta dette opp med sportslig utvalg som har myndighet til å foreta den endelige beslutningen som skal være i tråd med dette verdidokumentet I enkelte spesielle tilfeller når helt særskilte sosiale årsaker kan legges til grunn kan en spiller flyttes opp til en eldre lagenhet. Det bestemmes av styret etter søknad fra spilleren det gjelder. Hovedtrenerne til de to lagene som blir berørt skal konsulteres før beslutning tas. Tillatelsen for oppflytting til annet lag skal være tidsbegrenset og vurderes før hver sesong (1 august).

4.2 Ekstra treningstilbud:

- ✓ Klubben skal arrangere hockeyskoler i vinterferie, sommerferie, høstferie og juleferie.
- ✓ Klubben skal arrangere Hockey Akademi, Hockey After School og morgentrening.
- ✓ Klubben skal arrangere keepertreninger med ansatt keepertrener.





4.2.1 Spillerne:

- ✓ Egen innstilling til trening er avgjørende for resultat
- ✓ Talent er viktig, men riktig holdning kombinert med hard og riktig trening/restitusjon er nødvendig for den videre utvikling
- ✓ Vær presis til trening og kamp, meld fra dersom du ikke kan møte. Grunnen skal oppgis
- ✓ Vis disiplin på og utenfor banen, gjør det du får beskjed om
- ✓ Si ifra omgående til trener eller lagleder om du er misfornøyd med noe
- ✓ Avstå fra bruk av alkohol, tobakk og andre rusmidler i regi av Hasle Løren
- ✓ Ta ansvar for å rydde i garderobes og på banen etter trening og kamp. Dette gjelder både hjemme og borte
- ✓ Bidra til å skape trivsel, trygghet og humør i laget. Bidra til at alle føler tilhørighet
- ✓ Ha respekt for laguttak og spillerbytter
- ✓ Ha respekt for motspillere, ledere, trenere og dommere

Treneren bestemmer i samarbeid med sportslig ledelse eventuelle disiplinærstraffer av spillere som ikke overholder de til enhver tid gjeldende regler for holdninger på og utenfor isen.



4.3 Barmarkstrening:

4.3.1 U10-U13

Oppstart medio april og frem til 30. juni to dager pr. uke. Klubben legger til rette for at spillere kan trene andre sommeridretter

4.3.2 U14-U16

Oppstart i midten av april og frem til 30. Juni tre-fire ganger pr uke. Klubben legger til rette for at spillere kan trene andre sommeridretter.

4.3.3 U21/U18

Oppstart medio april og frem til 30. juni 5-6 dager pr uke to-tre dager barmark og to-tre dager vekttrening. Egentrening i juli

4.4 Utviklingstrappa:

Utviklingstrappa til NIHF ligger til grunn for testing og utvikling av spillere i klubben. Trappa er et mål som skal ligge til grunn for veiledning om egen utvikling og er ikke et absolutt mål. Spillere som ikke når opp på tidlige alderstrinn må oppmuntres til videre satsing for å nærme seg kravene i utviklingstrappa.

4.4.1 Tren/Spis/Hvil:

Nøkkelen til fremgang kan enkelt beskrives ved å trekke frem tre nøkkelfaktorer som må være oppfylt samtidig. Trene, spise og hvile. Mat er like viktig for å oppnå fremgang. Pass på å spise riktig og sunn mat. Mest mulig fersk mat, kjøtt, grønnsaker og frukt.

5. Trener/Lagleder/Materialforvalter/Foreldre - mål/strategi:

5.1 Trener

- ✓ Trener vil alltid fremstå som eksempler for spillere i klubben. Deres kompetanse og holdninger er derfor avgjørende for at klubben skal oppnå sine mål
- ✓ Trener skal gjennom sin opptreden stimulere til at spillerne respekterer hverandre og viser en sportslig holdning overfor medspillere, motspillere, dommere, ledere og foreldre.
- ✓ Trener skal legge til rette for at spillerne trives med sin idrett, og kan utvikle sine ferdigheter gjennom rettleiding og læring
- ✓ Treneren skal på og utenfor banen respektere klubbens lover og regler herunder dette dokument. Treneren skal etterleve alle lover og regler, samt pålegg gitt av NIHF.
- ✓ Mange av trenerne i klubben har selv vært aktive ishockeyspillere og klubben skal gi disse en så god opplæring som mulig.
- ✓ Klubbens målsetting er at samtlige trenere skal gjennomgå NIHFs trinnvise trenerutdanning. Utover dette kan klubben tilby kompetanseutvikling for sine ledere internt og eksternt gjennom lagledermøter, trenerforum, deltagelse på kurs i regi av NIHF samt studieturer.
- ✓ Hovedtrenerer plikter å delta på klubbens trenermøter med Sportslig utvalg/ledelse igjennom sesongen.
- ✓ Treneren for de respektive lag skal før hver sesong presentere sitt eget lags sportslige plan for sesongen til sportslig utvalg i klubben, som så godkjenner planen.
- ✓ Trener skal planlegge og gjennomføre treninger som følger sportslig plan



5.2 Lagleder

5.2.1 Dette er en viktig oppgave som en samlende rolle for spillere og foreldregruppen. Som følge av det har styret utarbeidet en laglederhåndbok som beskriver rollen og oppgavene som inngår i rollen.

5.3 Materialforvalter

- ✓ Ivaretagelse av lagets materiell og utstyr
- ✓ Slipe lagets skøyter i forbindelse med trening og kamp
- ✓ Laget kan ha mer enn en sliper, men det er kun en som er ansvarlig

5.3.1 Arbeidsoppgaver:

- ✓ Holde orden og oversikt over lagets utstyr og kampdrakter, reservedrakter og treningsdrakter.
- ✓ Innrapportering og supplering av defekt og manglende utstyr, herunder også førstehjelpsutstyr
- ✓ Utlevering og innhenting av drakter til spillere før/etter sesongstart/-slutt.
- ✓ Hente og rydde tilbake utstyr i forbindelse med trening og kamp
- ✓ Sørge for at førstehjelpsutstyr er tilgjengelig for laget under trening og kamp
- ✓ Legge forholdene til rette for bestilling av overtrekksdrakter
- ✓ Legge forholdene til rette for bestilling av keeperutstyr og påse at keepere mottar økonomisk støtte i henhold til klubbens retningslinjer
- ✓ Etablere og vedlikeholde liste over sliper dersom laget har flere enn en sliper
- ✓ Bruke slipemaskin iht. klubbens prosedyre
- ✓ Melde behov for vedlikehold og reparasjon av slipemaskin til hovedmaterialforvalter
- ✓ Se til at overtrekksdrakter til treninger bli hentet/utdelt og levert tilbake på plass
- ✓ Assistere trenere under trening fra spillerboksen

5.4 Foreldre

Som forelder så inngår du i lagets foreldregruppe som er ansvarlig for at laget får de beste forutsetninger for å gjennomføre de planlagte aktivitetene. Hvert lag må ha minimum en (helst to):

- lagleder
- materialforvalter
- dugnadsansvarlig
- kasserer

Disse skal velges på et foreldremøte før sesongstart og senest innen 1. september (Lagleder velges av foreldrene på foreldremøte etter hver sesong og senest innen 30. mai). Vervet gjelder for innværende sesong og skal velges hvert år. Sportslig utvalg og styremedlemmer i klubben har rett til å delta på alle foreldremøter.

5.4.1 Foreldre skal

- ✓ Respekter klubbens beslutninger og retningslinjer.
- ✓ Respekter trenerens laguttak og bruk av spillere - ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- ✓ Dommeren prøver alltid å gjøre sitt beste - ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- ✓ Resultatet må ikke bli for viktig - den enkelte spillers mestring har størst betydning
- ✓ Gi oppmuntring til alle spillerne - ikke bare dine kjente
- ✓ Stimuler til deltakelse - uten noen form for press



- ✓ Foreldre/foresatte skal ikke oppholde seg i garderoben (unntak for knyting av skøyter for de aller yngste (5-9 år) **(Ta med skøyter hjem og øv på knyting)**.)
- ✓ Delta på dugnader, betale treningsavgifter, kontingenter og egenandeler innen fastsatte frister Gjør ditt for at ishockey blir morsomt for ditt barn. Ikke lev opp til skrekkbildet av en forelder som tar barnets idrett så blodig alvorlig at man kjefter på dommere, spillere og trenere.
- ✓ Holde god og riktig kommunikasjon med trenere ihht. fremmøte på trening og annet.

5.5 Overganger

Klubben ønsker ikke å rekruttere aktive spillere fra andre klubber i nærområdet. Det må være spilleren selv som etter eget ønske tar kontakt med klubben. Ingen aktive spillere fra andre klubber kan trene med klubben uten at klubben som spilleren har lisens for har godkjent dette. Klubben forplikter seg til å følge de til enhver tid gjeldende overgangsbestemmelsene til NIF og NIHF.

5.6 Politiattest

Alle som utfører oppgaver i norsk idrett som innebærer et ansvars- eller tillitsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming, skal fremvise politiattest.

Dette gjøres for å bidra til, så langt det er mulig, at slike oppgaver kun utføres av skikkede personer. Personer som tidligere er dømt eller for tiden siktet eller tiltalt for seksuelle overgrep, grov vold eller narkotikaforbrytelser vil ha en merknad på politiattesten sin og kan ikke nyttes av idrettslaget til oppgaver som nevnt over. Politiattest er et viktig virkemiddel for å gjøre idretten så trygg som mulig for barn, ungdom og utviklingshemmede.

Alle som har en rolle i lagenhetene under U18 i henhold til bestemmelsene over, skal selv innhente og fremvise politiattest til styrets ansvarlig for politiattester.

Politiattestene har en gyldighet på 3 år og må deretter innhentes på nytt og igjen fremvises for styrets ansvarlig for politiattester dersom personen fortsatt har en rolle som beskrevet over.

6. Organisasjon - mål og strategi:

6.1 Administrativt

Gruppestyret Ishockey yngres er øverste beslutningsorgan i Hasle Løren Ishockey yngres. Hasle Løren IL besluttet å dele styret i to deler fra årsmøtet 2012; Hasle-Løren Ishockey yngre og Hasle-Løren Elite Ishockey. Styrene ansetter daglig leder samt de stillinger som er nødvendig for at klubbene skal fungere administrativt i henhold til godkjente administrativt oppsett. Klubbene skal samarbeide om administrasjon når dette er mulig for å holde kostnadene nede. Respektive styreledere kan møte på styremøter i de angjeldende klubber for å følge opp utviklingen i respektive Idrettslag. Daglig leder er ansvarlig for øvrige ansettelse i respektive klubben. Styret setter sammen et sportslig utvalg bestående av minimum 3 personer.

6.2 Sportslig

Det sportslige skal organiseres med én sportslig leder i Yngres samt et sportslig utvalg (U7-U21). Sportslig Ledelse Yngres kan deles i 2 stillinger grunnet antall lag og aldersmessige forskjeller på spillerne fra 6-7 år til 19 år.

6.3 Dommerkontakt

Klubben har som mål å rekruttere klubbdommere fra egne rekker. Alle spillere vil hvert år fra og med ungdomstrinnet få et tilbud om å delta på dommerkurs i regi av Norges Ishockeyforbund.



Klubben har egen dommeransvarlig som organiserer dette arbeidet. Spillere som ønsker å utdanne seg til dommere kan ta kontakt med dommeransvarlig i klubben.

6.4 Økonomi

Klubbene har som mål å drive sin virksomhet på en profesjonell og forretningsmessig måte. Det er derfor helt avgjørende at alle betaler sin kontingent og treningsavgift ved forfall.

6.5 Medlemskap

Alle spillere plikter å være betalende medlem av klubben: En spiller er ikke spilleberettiget før medlemskontingent og spillerlisens er betalt. Spillere som melder seg inn i klubben etter 31. desember betaler ½ medlemskontingent ut året.

6.6 Treningsavgift

- ✓ For å trene og spille kamper må alle avgifter være betalt
 - ✓ Treningsavgift for hele sesongen faktureres med en faktura via Rubic.
 - ✓ Årligmøte fastsetter treningsavgiften for hver sesong før sesongstart.
 - ✓ Målvakter fra og med U11 betaler kr 500 i treningsavgift.
 - ✓ Søskenmoderasjon: Den laveste treningsavgiften reduseres med 50 %.
 - ✓ I tillegg kommer slipeavgift pr spiller.
 - ✓ I tillegg kommer medlemskap pr spiller for medlem av Hasle Løren IL.
 - ✓ Treningsavgifter når spiller slutter på HL - regler om betaling av treningsavgift
- Spiller som slutter før 1. november betaler 1/4 treningsavgift og full slipeavgift
 - Spiller som slutter før 31. desember betaler 1/2 treningsavgift og slipeavgift
 - Spiller som slutter før 15. februar betaler 3/4 treningsavgift og slipeavgift
 - Spiller som slutter etter 15. februar betaler full treningsavgift og slipeavgift

6.6.1 Klubben finansierer

- ✓ Betaling av avgifter gir adgang til klubbens fasiliteter; ishall, skyte rampe og styrkerom
- ✓ Klubben finansierer trenere (fra U13 og eldre), assisterende trenere (U18, U21 og Damer Elite), keepertrener, dommere og sportslig leder
- ✓ Klubben dekker kostnader ved påmelding av cup til en total verdi av 5000,-
- ✓ Klubben dekker kostnader ved påmelding av seriespill
- ✓ Klubben dekker nødvendig treningsutstyr som pucker, trening trøyer, drakter og skillsutstyr
- ✓ Klubben skal ha en Keeperutstyr pool som dekker spillere opp til U13
- ✓ Klubben dekker kostnader for treningsdresser til trenere (maks 2 pr. lagenhet). 1 stk. hvert andre år

Kostnader som ikke dekkes av klubben må finansieres av den enkelte lag/spiller.

6.6.2 Spiller/lagenhet finansierer

- ✓ Spiller finansierer skøyter, køller, beskyttelse og øvrig utstyr
- ✓ Lagenheten finansierer kostnader dommerkostnader ved seriespill/cuper/treningskamper i Lørenhallen
- ✓ Lagenheten/gruppen må selv finansiere reisekostnader og opphold for hovedtrener ved cup og seriespill

6.7 Skøyteskole vs. Treningsavgift

a) For dem som er både på skøyteskole og trener med lagenhet gjelder at man skal ikke betale for begge



- b) De som trener med U9 og eldre betaler treningsavgift men ikke for skøyteskolen.
- c) De som trener med U8 og yngre betaler skøyteskolen men ikke treningsavgift.
- d) De som er på skøyteskolen og begynner så på et lag betaler ikke treningsavgift den samme sesonghalvdel, kun for skøyteskolen. Deretter betaler de etter regler a) til c)

6.8 Kommunikasjon

Det meste av kommunikasjonen mellom klubben, lagledere, trenere og spillere foregår via E-post og klubbens hjemmesider. Det er derfor viktig at klubben til enhver tid har riktig E-post adresser til alle medlemmene. Spnd benyttes ved påmelding til trening/cup/seriespill og øvrige aktiviteter utført av lagenheten. Rubic benyttes av HL til medlemsregister, kommunikasjon fra HL, påmelding for arrangement i regi av HL og fakturering.

6.9 Årsmøtet

Klubben avholder årsmøte hvert år innen utgangen av mai måned. Alle medlemmer som er over 15 år som har vært medlem i minst 1 måneder og som ikke skylder kontingent har stemmerett på årsmøtet. Bare personlig fremmøte gir stemmerett, ikke fullmakter.

6.10 Styret

Styrene velges på årsmøtet i klubben og har ansvaret for klubbens totale virksomhet. Styrene skal fastsette retningslinjer og handlingsplaner som er tilpasset virksomhetens visjon og mål. Forslag til endringer som berører klubbens virksomhet skal behandles i styret og på årsmøtet.

6.11 Logo

Alle rettigheter knyttet til bruk av Hasle-Løren sine logoer eies av klubben. Alle som ønsker å benytte klubbens logoer må søke styret om tillatelse til dette.

6.12 Boder

Bodene inngår i hallens bygningsmasse og det er styret som disponerer disse og delegerer til lagenhetene. Av praktiske årsaker er det hovedmatriss som er ansvarlig for å fordele boder hvor fordeling skjer etter størrelse og behov på lagenhetene. I tilfeller hvor hovedmatriss er inhabil, er det styret som beslutter.

Lagenhetene har anledning til å pusse opp bodene de til enhver tid disponerer. Dette kan være maling, bygging av hyller og andre lignende initiativer for å både gjøre bodene mer praktiske, samt sette lagenhetens preg på boden. Det er ikke tillatt å utvide størrelsen på bodene ved å ta ned skillevegger mellom boder uten styrets godkjennelse.

Investeringer som gjøres i forbindelse med slike aktiviteter må lagenhetene stå for selv og det som bygges (for eksempel hyller eller lignende) kan ikke tas med videre dersom lagenheten får ny bod. Arbeid på en bod garanterer heller ikke at boden beholdes av en lagenhet over flere år.

Med andre ord; investeringer som er gjort i en bod må anses som "sunk cost".

6.13 Drakter og utstyr

I Hasle-Løren spiller vi for "klubben foran på drakten, ikke navnet bak." Hovedmatriss vil utlevere drakt og strømper til lagenhetens materialforvalter før sesongstart. Dette skal leveres tilbake ved sesongslutt. Dersom det mangler kampdrakter og strømper, vil det trekkes fra lagenhetens lagkasse til innkjøp av erstatning.



6.13.1 Kampdrakter

Alle spillere i Hasle-Løren ishockey Yngres skal spille med tildelte drakter - uten eget valgt nummer. Navnelapp vil bli utdelt av lagets materialforvalter og det er den enkeltes spillers ansvar å få trykt på navn (gjøres hos Torshov sport). Navnelappen følger spilleren.

6.13.2 Kampstrømper

Hasle-Løren ishockey yngres står for innkjøp kampstrømper

6.13.3 Bekledning ved kamper

Følgende utstyr må være korrekt fra U11 (stor bane spill). Hasle Løren Ishockey benytter Marineblå hjelmer, marineblå bukse, Kampdrakter i farge Canadien Red.

6.13.4 Søknad om egne nummer til lagenhet

Ønsker lagenheten egne nummer på ryggen til spillere, så må det søkes om tillatelse fra styret. Lagenheten betaler hele kostnaden ved innkjøp og skal ikke belastes de foresatte eller spillere. Ved innvilget innkjøp av egne drakter av lagenhet, skal det ikke være navn på ryggen da det skal benyttes navnelapper.

7. Mobbing/Trakassering/Alkohol/Helse/Doping - mål og strategi:

7.1 Mobbing

Mobbing er ett problem i det norske samfunn både gjennom SMS, e-post, nettsamfunn og øvrige kommunikasjonskanaler. Dette gjelder både mobbing blant voksne og barn. Ved mistanke, eller tilbakemeldinger om mobbing vil klubben innkalle berørte parter for samtale for om mulig løse saken der og da. Hvis saken ikke løses av klubbens egne organer, vil ekstern bistand innhentes.

7.2 Trakassering

Seksuelle overgrep og seksuell trakassering er totalt uforenlig med idrettens verdier. Det er nulltoleranse for diskriminering og trakassering uansett kjønn, etnisk bakgrunn, livssyn, seksuell orientering og funksjonshemming i nors idrett. Vi følger idrettsforbundets retningslinjer for seksuell trakassering og overgrep; <https://www.idrettsforbundet.no/tema/retningslinjer/seksuell-trakassering-og-overgrep/>

7.3 Alkohol

- ✓ Hasle Løren Ishockey yngres følger NIFs lov § 11-2 g
- ✓ Barn og unge som deltar i aldersbestemte klasser (under 18 år) skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trenere, ledere og utøvere skal fremstå som gode forbilder for barn og unge og ikke nyte alkohol i samvær med utøvere i denne alderen
- ✓ Tribunekulturen skal være trygg, familievennlig og alkoholfri. På tribunene skal det derfor ikke nyte alkohol i tilknytning til konkurranseaktiviteter.

7.4 Helse/Doping:

Klubben aksepterer ikke bruk tobakk (under 18 år), alkohol (under 18 år) eller narkotika blant spillere i vår forening. Bruk av dopingmidler er ikke tillat, og klubben står 100% bak idrettsforbundets antidoping holdning. Det forventes at alle ledere i klubben står bak den samme holdningen. Klubben er tilknyttet Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité (NIF) og er underlagt



NIFs lov. Ifølge kapittel 12 i NIFs lov er det forbudt å rettsstridig bruke midler og metoder som fremgår av WADAs internasjonale dopingliste og av den nasjonale dopinglisten.

Den internasjonale dopinglisten oppdateres normalt en gang pr. år og er gyldig fra 1. januar hvert år. Den beskriver hvilke stoffer og metoder som er forbudt å bruke både i og utenfor konkurranse. Kravene i den nasjonale dopinglisten er identiske med den internasjonale dopinglisten, men gir i tillegg en oversikt over norske legemidler som er forbudt å bruke i og utenfor konkurranse. Den nasjonale dopinglisten oppdateres jevnlig gjennom hele året ettersom nye legemidler godkjennes for salg i Norge. Oppdateringen skjer elektronisk slik at siste utgave vil finnes på denne nettsiden. Papirkopier kan være utdatert.

<https://www.antidoping.no/medisinsk/dopinglisten>

Det er alltid utøvers ansvar å påse at ethvert legemiddel kontrolleres før bruk. Utøver må kontrollere om noen av innholdstoffene rammes av dopingbestemmelsene. Dette gjelder enten legemiddelet er kjøpt med eller uten resept fra lege, i eller utenfor Norge. Det advares generelt om kjøp av legemidler i utlandet. Utøver kan utestenges fra idretten ved inntak av midler som inneholder forbudte stoffer.

Spillere som av ulike medisinske årsaker (astma, allergi eller andre kroniske sykdommer) må benytte seg av legemidler som står på dopinglisten må gi klubben beskjed om dette samt frembringe dokumentasjon fra lege på sykdom samt foreskrevet legemiddel.

Husk at dopingkontroller skjer uanmeldt og at straffen for å bli tatt er 2 års utestengelse fra all konkurranseidrett.

