



Verksamhetsbeskrivning

målsättningar och organisation

SKOGLÖPARNARNA

Med fart i rätt riktning

*Gemenskap
Engagemang
Glädje*



Om föreningen

Skogslöparna bildades 1968 i Själevad, 5 km väster om Örnsköldsvik. Klubben har orientering, skidorientering och mountainbikeorientering i sin verksamhet. Även viss del längdskidåkning och löpning bedrivs inom klubben. Efter den sena födseln har utvecklingen gått fort. Varje år ordnas orienteringstävlingen *Skogslöparnas Nordiska* på egna framtagna kartor. 1978 arrangerades SM och i god tid före tjugårsjubileet blev den fina klubbstugan vid Nordhemskroken i Själevad invigd. I klubbstugan finns även ett väl fungerande kansli. När 5-dagars (O-Ringen) gick i Örnsköldsvik 1994 gjorde klubben ett jättearbete och stod som värd för två etapper. Övriga stora orienteringsarrangemang klubben genomfört är Elitseriefinalen 2003 i Gerdal samt under 2004 arrangerade klubben ett väl genomfört Kort-SM ute på Skagsudde. 2018 var de dags ingen för O-Ringen i Höga Kusten och Örnsköldsvik. Skogslöparna var en av klubbarna som ställde upp med många funktionärer och bidrog med stor kunskap och erfarenhet. Backsjö var värd för två av etapperna och blev efter tävlingarna benämnda som "de bästa O-Ringen etapperna någonsin".



Klubben har under åren också genomfört en rad stora skid-O tävlingar. SM har arrangerats på Skyttis tre gånger, 1986, 2008 och 2013. Alla mycket lyckade tävlingar. Även landslagsuttagningar och Sverige Cup-tävlingar har arrangerats under åren.

En anledning till klubbens många framgångar i klubben är tjejerna som tidigt var med och utvecklade klubben både som ledare och aktiva.

Skogslöparna är en av Ångermanlands största orienteringsklubbar med cirka 330 medlemmar varav ungefär 160 är tävlingsaktiva. Tävlingsframgångarna har varit många genom åren, inte minst på ungdomssidan. Även våra seniorer har visat på fina resultat där klubben bland annat haft representanter på ett antal landslagsaktiviteter.



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

OM FÖRENINGEN	2
I. VERKSAMHETEN	5
II. VÄRDEGRUND	5
III. KRISPLAN	6
<i>Mål</i>	6
<i>Innan en kris</i>	6
<i>Under en kris</i>	7
<i>Efter en kris</i>	7
IV. ORGANISATION OCH MÅLBILD	8
ARBETSBEKRIVNING FÖR STYRELSEN	8
ARBETSBEKRIVNING FÖR KLUBBENS KANSLIST	9
ARBETSBEKRIVNING FÖR KLUBBENS KOMMITTÉER	9
VALBEREDNINGEN	9
TRÄNINGSKOMMITTÉN	10
UNGDOMSKOMMITTÉN	11
TÄVLINGS- OCH KARTKOMMITTÉN	11
HEMSIDEKOMMITTÉN	12
MOTIONSKOMMITTÉN	13
TRIVSELKOMMITTÉN.....	13
STUG- OCH MATERIALKOMMITTÉN	13
MARKNADSKOMMITTÉN.....	13
MILJÖGRUPPEN	14
ÄLGSTRÅKETKOMMITTÉN.....	14
V. POLICY	15
GDPR	15
SKYDDSPOLICY GÄLLANDE PERSONUPPGIFTER FÖR SKOGLÖPARNA.....	15
INTEGRITETSPOLICY.....	17
TRAFIKSÄKERHETSPOLICY FÖR SKOGLÖPARNA.....	20
Syfte	20
Mål	20
Klubbaktiviteter.....	20
Trafikregler, utrustning och förhållningar.....	20
Trötthet.....	20
Hyra av transportfordon	20
Fortsatt utbildning av förare.....	21
Policyns varaktighet.....	21
Följande medlemmar har genomgått NTF:s förarutbildning	21
DROG OCH ALKOHOLPOLICY	21
Klubbaktiviteter (klubbresor, tävlingar, träningar, läger och annat där klubben representeras).....	21
Klubbstuga	21
BARN- OCH UNGDOMSPOLICY.....	22
POLICY OCH HANDLINGSPLAN MOT SEXUELLA TRAKASSERIER, ÖVERGREPP OCH MOBBING ..	22
LAGUTTAGNINGSPRINCIPER FÖR STAFETTER FÖR JUNIORER, SENIORER OCH VETERANER....	23
Juniorer och seniorer (17 år +):	23
Veteraner (35 år +):.....	23
LAGUTTAGNINGSPRINCIPER FÖR SKOGLÖPARNAS UNGDOMAR.....	24
LAGUTTAGNINGSPRINCIPER FÖR 25-MANNA	24
KLUBBMÄSTERSKAP.....	25

<i>Tävlingsklasser KM</i>	25
<i>KM-Cup</i>	25
UTHYRNING AV KLUBBSTUGAN.....	26
UTHYRNING AV SPORTIDENT.....	26
VI. INFORMATION FÖR SKOGLÖPARE SÄSONGEN 2023	27
MEDLEMSAVGIFTER	27
AKTIVITETSAVGIFT OCH AKTIVITETSKORT	27
DELTAGANDE VID KLUBBENS EGNA ARRANGEMANG.....	28
VUXENUTBILDNING.....	28
ELITORIENTERARE I SKOGLÖPARNA	29
<i>Som elitorienterare klassas aktiva som</i>	29
<i>Elitorienterare ska erbjudas</i>	29
<i>Förväntningar på elitorienterare</i>	29
TÄVLINGS- OCH ANMÄLNINGSAVGIFTER	29
RESEERSÄTTNING.....	30
RESOR OCH LÄGER	30
RESA	30
KLUBBLÄGER INOM SVERIGE	31
LÄGER OCH TÄVLINGSRESOR FÖR KLUBBENS ELIT UTOMLANDS.....	31
UNGDOMSLÄGER.....	31
TÄVLINGSRESOR MED BOENDE	31
STAFETTER.....	32
VÄRDETÄVLING FÖR KLUBBENS ELIT INOM SVERIGE OCH USM	33
LANDSLAGSAKTIVITETER FÖR KLUBBENS ELIT.....	33
O-RINGEN	33
ÖVRIGA AKTIVITETER SOM GODKÄNTS AV TRÄNINGSKOMMITTÉN	33
LEDARE VID TÄVLINGAR OCH LÄGER	33
NYA MEDLEMMAR SOM ÄR ELITORIENTERARE	33
KLUBBKLÄDER.....	34
<i>Klädpolicy</i>	34
<i>Subventionering av klubbkläder</i>	34
PREMIESYSTEM	34
VII. UTMÄRKELSER	34
HEDERSMEDLEMMAR	34
BÄSTIS- OCH MÄSTISUTMÄRKELSER	35
BERTIL STRANDBERGS LEDARPRIS	35

I. VERKSAMHETEN

I huvudsak sysslar Skogslöparna med orientering, men klubbens verksamhet består även av skidorientering, mountainbikeorientering och till viss del även längdskidåkning och löpning. Klubben är ansluten till Svenska Orienteringsförbundet och Svenska Skidförbundet.

II. VÄRDEGRUND

GEMENSKAP

Skogslöparna strävar efter samhörighet och gemenskap i hela sin verksamhet. Klubbstugan och alla våra aktiviteter ska erbjuda en inkluderande miljö där alla känner sig välkomna.

ENGAGEMANG

Skogslöparna strävar efter stort engagemang hos tränare och funktionärer så att föreningens arbete, aktiviteter och arrangemang håller högsta kvalitet. Regler och beslut respekteras och efterlevs.

GLÄDJE

Skogslöparna strävar efter att alla ska känna glädje och ha roligt när vi är tillsammans. Alla ska känna trygghet i att både lyckas och misslyckas. Träning och tävling stimulerar utveckling för alla.

III. KRISPLAN

Mål

Skogslöparna ska, för att begränsa konsekvenserna av oväntade allvarliga händelser som kan drabba klubben och dess medlemmar under och i samband med aktiviteter organiserade av densamma, ha en krismedveten beredskap samt en handlingsplan.

Syftet med planen och beredskapen är att

- klubben och aktuella ledares agerande vid olyckor och allvarliga händelser ska vara så genomtänkt som möjligt med hänsyn till omständigheterna
- ge ett så effektivt och bra omhändertagande av de drabbade som möjligt
- ge klubbmedlemmarna och anhöriga stöd vid olyckor och att stödja och vägleda klubbens ledare i detta arbete
- snabbt kunna ge berörda och vid behov massmedia en tydlig och så korrekt information som möjligt av vad som inträffat.

Innan en kris

Lär er första hjälpen

Se till att ledarna i första hand i vår förening har gått en grundkurs i första hjälpen och underhåll utbildningen genom uppdateringar och fördjupningskurser. Ha alltid en uppdaterad väska med första hjälpen material tillgänglig vid resor, på tävlingar eller på läger.

Inventera våra kunskaper i föreningen

Inventera i föreningen vilka speciella kunskaper och erfarenheter som finns att hantera sorg, chock och kriser. Det kan vara bra att veta innan något händer. Vilka är sjukvårdskunniga? Vilka har erfarenhet av dödsbud? Vilka andra kunskaper kan vara användbara i kriser? Berätta för varandra och se till att hålla informationen aktuell. Utse en krisansvarig.

Planera för kriser tillsammans

Gör en plan tillsammans med de ledare som åker på läger/tävlingen. Tänk igenom olika möjliga krisfaser och planera för hur ni bäst hanterar de olika kriserna. Fundera över vad just din rädsla ligger. Det finns vissa rädslor som kan övervinnas genom kunskap. Om du vet hur du tar hand om skadade eller chockade personer så kan situationen blir lättare att hantera.

Utse en huvudansvarig för lägret/tävlingen

I kris är det viktigt att hjälpen är tydlig och samordnad. Därför bör det finnas en person som är uttalat ansvarig för lägret/arrangemang. Den huvudansvarige kan sedan delegera arbete. Det är till huvudansvarig ledare som alla rapporterar förändringar som sker. På så sätt kan huvudansvarig alltid vidarebefordra så korrekt information som möjligt till krisansvarig och anhöriga.

Uppdatera krispärmen

Se till att fylla i listorna som finns på kansliet och sätt in dem i vår lokala krishanteringspärm. I pärmen samlas även tydliga delegationsordningar för krishantering och viktiga telefonnummer till polis, ambulans, sjukvård, krisansvarig mm. Listan skall finnas i en pärm under lägret/tävlingen hos ledare samt hos krisansvarig (även klubbstugan).

Gör en deltagarlista

En viktig lista är en deltagarlista där deltagarnas namn, allergier, personnummer (vid resor utomlands skall även försäkringsnummer finnas på listan), adresser till förälder/målsman/anhörig samt föräldrars telefonnummer.

Listan skall finnas i en pärm under lägret/tävlingen hos ledare samt hos krisansvarig eller klubbstugan.

Rekognosera platsen

När ni vid en resa har kommit till stället som ni bor på skall ni börja med att titta över utrymningsplanen. Var finns brandsläckare och nödutgångar? Hur tar vi oss bäst ut om något händer? Hur beskriver vi bäst vägen hit för polis och ambulans? Gå igenom med deltagarna var nödutgångarna finns och var samlingsplatsen är om det till exempel skulle börja brinna.

Under en kris

Skaffa överblick

Försök att snabbt få en överblick och ett grepp om situationen. Vad har hänt? Finns det allvarligt skadade? Ta bort folk från omedelbar fara om det går. Har du mobil kan du ringa 112 samtidigt som du skaffar dig en överblick.

Larma 112

Följande uppgifter skall lämnas när du larmar:

- Vem är du som ringer och vilket telefonnummer ringer du från?
- Vad har hänt?
- Var har det hänt, vart önskar du att räddningspersonal skall bege sig?
- Om platsen är svår att hitta för räddningspersonalen, om möjligt uppge GPS-koordinater och var kan du möta dem och visa vägen?
- Hur många är skadade och hur allvarliga bedömer du skadorna?
- När hände det?
- En tar hand om de övriga i gruppen och informerar vad som hänt.
- En tar hand om media/polis
- En följer med transport ut

Efter en kris

Krisansvarig följer upp hur ledare och deltagare mår och vid behov hjälper till att skaffa professionell hjälp. Ledare som har varit med om krisen är viktiga för varandra, för fortsatt bearbetning. Beroende på krisens omfattning och ledarnas reaktioner bör krisansvarige hjälpa gruppen att träffas för att bearbeta sina upplevelser.

Kontakt med försäkringsbolag

Efter en olycka blir det mycket kontakt med försäkringsbolag. Detta är något som styrelsen ser till att någon tar ansvar för.

Utvärdering

Krisansvarig tillsammans med ledarna gör en utvärdering av hur krisplanen har fungerat.

IV. ORGANISATION OCH MÅLBILD

Skogslöparna är organiserade i ett antal kommittéer enligt nedan samt en styrelse och valberedning. Kommittéerna ansvarar för den löpande verksamheten. Styrelsen behandlar förslag samt tar beslut som möjliggör den löpande verksamheten. Dessutom är styrelsen ytterst ansvarig för klubbens ekonomi. Valberedningen föreslår och informerar klubbfunktionärer om de olika funktionärsposternas ansvarsområden och arbetsuppgifter samt ser till att de tillsätts vid årsmötet som ska hållas i slutet av januari månad enligt stadgarna.

Övergripande riktlinjer/mål för klubben verksamhet:

Skogslöparnas verksamhet ska i huvudsak vara inriktad på orientering, skidororientering, mountainbikeorientering, löpning, skidor men även inkludera konditionsträning i vidare bemärkelse och friskvård. Vi ska vårda våra medlemmar så alla känner sig välkomna till vår förening oavsett ålder och ambitionsnivå. Vi vill ha en härlig stämning där vi stimulerar varandra att träna, tävla och hjälpa till med klubarbetet. Skogslöparna ska också arbeta för att vi ska bli flera aktiva genom rekrytering av medlemmar i alla åldrar med fokus på ungdomar. Klubbens målsättning är att vara bästa klubb i distriktet. De medlemmar som önskar elitsatsa ska ges den möjligheten.

Arbetsbeskrivning för styrelsen

- Ansvarar för föreningens inriktning.
- Fastställer målsättning på kort och lång sikt.
- Se till att målen nås och följs upp.
- I samband med alla större beslut som rör barn och ungdomar klargöra konsekvenserna av dessa ur barnens och ungdomarnas perspektiv.
- Ansvarar för övergripande ekonomi.
- Delegerar till varje kommitté löpande arbetsuppgifter.
- Följer upp kommittéernas arbete.
- Utser vilka styrelseledamöter som fungerar som kontaktpersoner till kommittéerna.
- Ansvarar för ansökningar om bidrag och att redovisning/uppföljning av dessa blir gjorda (kan gälla idrottsmedel o.likn.).
- Biträder kassören i den ekonomiska förvaltningen exempelvis med budgetsammanställning och budgetuppföljning.
- Styrelsen är ansvarig för klubbens kanslitjänst som bistår styrelsen med ekonomi och administrativa tjänster.

Arbetsbeskrivning för klubbens kanslist

Arbetsbeskrivning för klubbens kanslist kommer att revideras under 2023.

- Kansliet är öppet minst 12 timmar i veckan fördelat på minst två dagar. Under vår och höstsäsongen ska kansliet vara öppet i samband med klubbträningen.
- **Medlemsvård**
 - Vara klubbens ansikte utåt, svara på frågor beträffande klubbens verksamhet.
 - Värna om klubbens medlemmar och ordna med informationsutskick.
- **Administrativt arbete**
 - Hämta och öppna post, sortera, förvara och arkivera handlingar.
 - Läs e-posten och fördela den till ”rätt person alt. kommitté”.
 - Upprätta städlista för klubbstugan, informera om den samt följer upp att den följs.
 - Hålla kontoret och klubbstugan i stort ajour vad gäller förbrukningsmaterial mm.
- **Ekonomiskt arbete**
 - Ansvarar för in- och utbetalningar samt bevakning av dessa.
 - Sköta klubbens bokföring.
 - Medverka vid budget- och bokslutsarbete.
 - Bevakning och behjälplig vid ansökningar av olika bidrag.
- **Övrigt arbete**
 - Arbete med klubbens hemsida.
 - Hålla i eventuell försäljning av gamla tävlings- och träningskläder som finns i lager.
 - Inköp till avslutningar och liknande (diverse priser, KM-medaljer och tröjor mm).
 - Ansvarig för att det finns fika vid klubbens onsdagsträningar vintertid.

Arbetsbeskrivning för klubbens kommittéer

VALBEREDNINGEN

- Föreslår personer till föreningens olika funktionärsposter.
- Informerar tillfrågade om de olika funktionärsposternas ansvarsområden och arbetsuppgifter (se denna arbetsbeskrivning för klubbens kommittéer).
- Föreslå mötesordförande och sekreterare till årsmötet.
- Kommittéerna ska vara klar till styrelsemötet i november.
- Förslag till styrelse ska vara klar till styrelsemötet i december.

TRÄNINGSKOMMITTÉN

- Främja idrottens värderingar och motverka doping.
- Ta tillvara de aktivas erfarenheter och synpunkter i utformning och ledning av tränings- och tävlingsverksamheten.
- Erbjuder juniorer olika former av ledarutbildning.
- Erbjuder året om träning för både klubbens elit och bredd i alla åldrar.
- Samverka med ungdomskommittén rörande ungdomsträningar.
- Utser träningsansvariga/banläggare för träningstillfällen.
- Gör en tränings- och tävlingsplanering för hela året tillsammans med ungdomskommittén
- Planerar läger och tävlingsresor samt utse reseansvarig till respektive resa i god tid.
- Ansvarar för träning av klubbens medlemmar från HD16 och uppåt.
- Utser uttagningsansvariga för stafetter.
- Utser tränare/ansvarig för träningsgrupper med juniorer, seniorer och elit.
- 7-klubbsplanering.
- Ansvarig för Klubbmästerskapen (Sprint, Medel, Lång och Natt, Ultralång samt Triathlon, Skid-O och Mtb-O om intresse finns).
- Ansvarig för att sammanställa KM-Cup och hålla prisutdelning i samband med säsongavslutningen.
- Ansvarar för klubbens skidororienteringsverksamhet, MTBO och Trail.
- Ansvarig för klubbens elitverksamhet.
- I god tid meddela kansliet för vilka elitorienterare rankingavgift ska inbetalas.
- Aktiva som har ambition och förutsättningar att göra en elitsatsning ska ges möjlighet och stöd att göra detta. Elitsatsande ska om möjligt erbjudas; stöd inom träningslära, idrottsmedicin, idrottsnutrition, idrottspsykologi och fysiologi.

Mål för träningskommittén.

- Skogslöparna ska verka för att de tävlande som har ambitioner att bli bland de 10 bästa på ett SM både bland damer och bland herrar ska ges dessa möjligheter inom klubben.
- Skogslöparna har som målsättning att hävda sig på de stora stafetterna t.ex. 10-mila, Jukola eller 25-manna och bli bland de 50 bästa eller att på SM vara bland de 10 bästa.
- Se till att klubben håller bra och varierande träningar för klubbens medlemmar året om.

UNGDOMSKOMMITTÉN

Ansvarar för klubbens verksamheter från nybörjare t.o.m. HD16 inkluderande bl.a. följande aktiviteter:

- Ha en tydlig uppdaterad beskrivning av hur Skogslöparna bedriver sin barn- och ungdomsverksamhet, inkl. ungdomspolicy, laguttagningsprinciper för ungdomar, handlingsplan för förebyggande av att barn och ungdomar far illa samt handlingsplan för hur rent spel och idrottens värderingar ska främjas.
- Ta tillvara barns, ungdomars och föräldrars erfarenheter och synpunkter i utformning och ledning av tränings- och tävlingsverksamheten.
- Nybörjarverksamhet och ungdomsverksamhet inklusive uppföljningsaktiviteter, där det är viktigt att även föräldrar engageras under träffarna.
- Aktiviteter under vinterhalvåret för alla ungdomar.
- Klubbresor till tävlingar lämpliga för ungdomar.
- Uttagningsansvarig för ungdomsstafett, se uttagningspolicy.
- Tävlingspåminnelser.
- Teoriutbildning, inkl. kunskap om grundläggande träningslära, fysiologi, anatomi, kost, skador m.m. (även under vinterhalvåret).
- Erbjudna ungdomar olika former av ledarutbildning.
- Samverka med träningskommittén om tränings- och tävlingsprogram för hela året.
- Samverka med träningskommittén vid planering av läger som genomförs tillsammans med träningskommittén samt planera och utse reseansvariga för läger som endast inriktar sig till ungdomar.
- Samarbeta med grannklubbarna kring ungdomsträningar och aktiviteter.
- I mån av tid arbeta med skolsamverkan med skolorna i Själevad, Myckling, Moliden, Gottne, Haffsta och Mellansel samt utse en samordnare för skolverksamheten.
- I mån av tid ansvara för friluftsdagar på våra ”närsolor” där vi ska visa upp vår fina sport för att på så sätt popularisera orienteringen samt att rekrytera nya Skogslöpare.

Mål för ungdomskommittén.

- Rekrytera unga förmågor med nybörjarverksamhet.
- Rekrytera och behålla ungdomar.
- Ungdomsverksamheten ska byggas kring aktiviteter och social samvaro även under lågsäsong för att därigenom bygga Skogslöparna i framtiden, med träningar, tävlingar samt roliga och spännande aktiviteter.

TÄVLINGS- OCH KARTKOMMITTÉN

- Ansvarar för klubbens tävlingsverksamhet.
- Sköter kontakter vad avser tävlingar med distrikt och förbund.
- Ansvarar för ansökningar om tävlingar.
- Upprätthåller en rullande långtidsplan för klubbens tävlingar, 3–5 år.
- Utser huvudfunktionärer till tävlingar, tävlingsledare, banläggare, kontrollant.
- Bistår tävlingsledare med uttagning av övriga tävlingsfunktionärer.
- Ansvarar för markkontakter.
- Ansvarar för utbildning av funktionärer i klubben.

- Bevakar utveckling av tävlingsverksamhet inom orienteringssporten.
- Ansvarar för klubbens Sportident utrustning, hårdvara, mjukvara, utbildning och utveckling.
- Ansvarar för programvaran OLA.
- Samordnar tävlingsplanering och kartplanering.
- Inom kommittén ska följande tre funktionärer utses: markkontaktansvarig (SOFT), tävlingsansvarig (SOFT), kartansvarig (SOFT) och sportidentansvarig.
- Ansvarar för produktion och underhåll av klubbens kartor vilket sker genom egen kartritning och genom inköp av kartritningstjänster.
- Upprätthåller en rullande plan för klubbens kartproduktion, 5 år.
- Ansvarar för att kontinuerlig backup görs på klubbens alla kartor.
- Ansvarar för att söka kartbidrag från kommunen.
- Ansvarar för utbildning av klubbens kartritare.
- Bevakar utvecklingen inom kartområdet.
- Markkontakter vid nyproduktion av kartor, via klubbens markkontaktperson.
- Upprätta skolkartor för klubbens skolverksamhet.
- Ansvarar för klubbens datorutrustning såsom PC, servrar, nätverk, skrivare och installerade programvaror även utrustning som tillhör Sportident.
- Underhåller och bevakar inköpsbehov.
- Ansvarar för att klubben har licenser för programvara som används.
- Servar klubbens dataanvändare i klubbstugan.

Mål för tävlings- och kartkommittén.

- Skogslöparna ska arrangera sin Nordiska tävling varje år på sedvanlig hög nivå. Vidare ska även kvällstävlingen Torvalds arrangeras varje år om det finns ungdomar i klubben som är intresserade, så att de får möjlighet att lära sig arrangera.
- Under varje decennium ska klubben arrangera en större nationell tävling typ, Swedish league alternativt en internationell tävling typ, landskamp eller liknande.
- Till varje tävlingsarrangemang bjuda på kartor i toppklass, d.v.s. i sann Skogslöparanda - nyritad eller reviderad.
- Utbilda klubbmedlemmar i kartritning så klubben kan nyrita och revidera klubbens kartor till viss del.
- Rekrytera nya kartritare bland klubbens medlemmar.
- Att tillse att fungerande datautrustning som uppfyller klubbens behov finns och underhålls idag och i framtiden.

HEMSIDEKOMMITTÉN

- Ansvarar för innehållet på klubbens hemsida i samråd med dataansvarig.
- Ge den behörighet som behövs till de som behöver det för att bidra.

Mål för hemsidekommittén.

- Hålla informationen på klubbens websida aktuell och levande.

MOTIONSKOMMITTÉN

- Ansvarar för Friska Örnsköldsvik.

Mål för motionskommittén.

- Marknadsföra orienteringssporten hos företag och allmänheten genom Friska Örnsköldsvik.

TRIVSELKOMMITTÉN

- Är ansvarig för klubbens säsong avslutning som samordnas med styrelsen, tränings- & ungdomskommittén
- Ansvarar för att ordna något ätbart under säsong avslutningen, årsmötet och vid andra evenemang som klubben anordnar.
- Ordna med trivselaktiviteter för klubbens medlemmar under klubbresor och O-Ringen.

Mål för trivselkommittén.

- Främja trivsel och social samvaro.

STUG- OCH MATERIALKOMMITTÉN

- Ansvarar för klubbstugan och övriga byggnaders underhåll.
- Ansvarar för den yttre miljön runt stugan, tomten i första hand och området som vi har nyttjanderätt på.
- Ansvarar för klubbens materiel som används vid tävlingar och träningar. Inklusivt de vagnar som klubben äger och förvaltar från kommunen.
- Anordna städdagar inomhus och utomhus.
- Underhålla och ansvara för tävling och träningsmaterial.

Mål för stug- och materialkommittén

- Underhålla och utveckla klubbstugan med kringbyggnader samt närområdet (tomten) för att uppfylla klubbens behov nu och i framtiden.
- Underhålla, utveckla och införskaffa tävlings- och träningsmaterial så att det uppfyller klubbens behov nu och i framtiden.

MARKNADSKOMMITTÉN

- Lyfter fram idéer på framtida möjliga inkomstkällor för Skogslöparna
- Värvar nya sponsorer och utvecklar samarbetet med befintliga
- Definierar nivåer och samarbetsformer för sponsorerbjudande och förankrar med styrelsen
- Ansvarar för att ordna klubbens sponsring till kläder, tävlingar, marknadskanaler mm.
- Sonderar och söker bidrag för olika projekt i samråd med styrelsen
- Strävar efter förbättrad marknadsföring i olika kommunikationskanaler

Mål för marknadskommittén

- Förstärka klubbens ekonomi med syfte att även i framtiden kunna erbjuda medlemmar och speciellt ungdomar låga avgifter för medlemskap, tävlingar, resor/läger mm.

MILJÖGRUPPEN

- Miljögruppen är ett projekt som startade 2020 och som ska se över klubbens miljöpåverkan och försöka hitta andra och nya sätt för att klubben ska minska sin påverkan på miljön.

ÄLGSTRÅKETKOMMITTÉN

Från 2023 är Älgstråkskommittén en kommitté i Skogslöparna som ska driva och utvecklas elljusspåret, Älgstråket och 8an sommar som vintertid.

Mål Skogslöparnas representanter i Älgstråkskommittén

- Verka för att Älgstråkskommittén underhåller och sköter skidspåren "Älgstråket" i Själevad samt dess lampor och utrustning. Älgstråkets spåranläggning innefattar elljusspåret (3,7 km) och dagspåret "åttan" (8 km) samt när det är möjligt spåret till Backsjö mot Huggsjöstugan.
- Även skötsel av spåren och området sommartid.

V. POLICY

GDPR

SKYDDSPOLICY GÄLLANDE PERSONUPPGIFTER FÖR SKOGLÖPARNA

Policyn innehåller rekommendationer för säker hantering av personuppgifter inom föreningen.

Dataskyddsförordningen

Den 25 maj 2018 trädde EU:s nya dataskyddsförordning (eng. GDPR, General Data Protection Regulation) i kraft och ersätter personuppgiftslagen, PUL. Dataskyddsförordningen stärker skyddet för personuppgifter och nya rutiner behövs för hantering av personuppgifter. Dataskyddsförordningen omfattar även föreningar vilket ställer högre krav på föreningens personuppgiftshantering. I förordningen beskrivs också personuppgifter som betraktas som känsliga eller särskilt skyddsvärda och därmed ställer högre krav. Det är exempelvis uppgifter om hälsa och allergi, samt personnummer, skyddade identiteter och uppgifter om barn.

Ansvarig för policy avseende personuppgifter

Föreningens huvudstyrelse

Ansvarig för arbete med personuppgifter

Yvonne Näslund – kanslist

Övriga personer som är inblandade i arbetet med personuppgifter

Arvid Strandberg - administratör hemsida

Grund för insamling av personuppgifter

- Hantering av medlemskap i föreningen
- Föreningsadministration
- Deltagande i föreningens träningsverksamhet
- Deltagande i föreningens tävlingsverksamhet
- Licenshantering
- Ansökan om bidrag
- Sammanställning av statistik och uppföljning
- Utbildningar arrangerade av föreningen
- Kontakt med medlem
- Besök på vår hemsida
- Publicering av material på hemsida och sociala medier
- Tillträdesförbud (om tillämpligt)
- Ordningsstörningar och otillåten påverkan (om tillämpligt)

Insamling

- Samla bara in de personuppgifterna som föreningen behöver för ett specifikt ändamål. Ändamålet kan vara medlemskap, deltagande i träning/tävling, uppgifter till ett läger då man kan behöva mat allergier och sjukdomstillstånd, deltagande vid arrangemang och anmälningar till av föreningen arrangerade tävlingar.
- Det ska finnas tydlig och enkel information till personen som lämnar personuppgifter till föreningen. Informationen ska innehålla för vilket ändamål som personuppgifterna ska användas till, vilka personuppgifter det är, vilken rättslig grund ni har och hur länge ni tänker behålla personuppgifterna.
- Personuppgifter får bara användas till det ändamålet som det är informerat om. Det går inte att använda insamlade personuppgifter till andra ändamål än vad man har informerat om vid insamlingstillfället.

- Föreningen behöver samtycke, avtal eller berättigat intresse som ”rättslig grund” för att få samla in personuppgifter. Samtycke måste användas för hälsouppgifter, avtal kan användas vid registrering av medlemmar och arrangemangsdeltagare, berättigat intresse kan användas för deltagare i verksamheten.
- Alla bilder som publiceras skall man ha fotografens samtycke för att publicera i publikationer eller på hemsida. En bild räknas även som en personuppgift om man kan identifiera en eller flera personer på bilden. Därmed behöver vi samtycke från personerna för att publicera bilden. Vi skall då ange hur vi tänker använda bilden.

Hantering av personuppgifter

- Listor som används ska bara innehålla de uppgifter man behöver.
- Lämna aldrig ut personuppgifter till person utanför föreningen om inte styrelsen har beslutat annat.
- Undvik att skicka personuppgifter med epost. Vid hantering av personuppgifter i e-post ska uppgifterna lösenordskyddas samt raderas så fort uppgifterna är överflyttade.
- Alla listor på papper med personuppgifter (namn, adress, telefon och mail) ska skyddas, genom att förvaras inlåst på kansliet. Deltagarlistor, särskilt listor med personnummer eller uppgifter om barn, ska bara tas fram till aktiviteten.
- Alla digitala listor med personuppgifter ska skyddas. Försök att alltid ha så få personuppgifter som möjligt i olika listor. Lagring av digitala listor ska ske så att ingen utanför föreningen har tillgång till listorna. För att ha bra säkerhet behöver man personliga inloggnings för att få tillgång till listorna.

Rätt till registerutdrag

- Medlemmen kan begära registerutdrag via mail eller post. Inom IdrottOnline kan varje medlem själv logga in och på min sida ta fram sitt egna registerutdrag.

Rätt till rättelse

- Medlemmen kan begära rättelse av felaktiga personuppgifter via kontakt med kansliet. Inom IdrottOnline kan varje medlem själv logga in och uppdatera sina egna kontaktuppgifter.

Rätt till radering

Föreningen är skyldig att utan onödigt dröjsmål radera personuppgifter om något av följande gäller:

- Om uppgifterna inte längre behövs för de ändamål som de samlades in för
- Om behandlingen grundar sig på den enskildes samtycke och denne återkallar samtycket
- Om behandlingen sker för direktmarknadsföring och den enskilde motsätter sig att uppgifterna behandlas.
- Om den enskilde motsätter sig personuppgiftsbehandling som sker inom ramen för myndighetsutövning eller efter en intresseavvägning och det inte finns berättigade skäl som väger tyngre än den enskildes intressen
- Om personuppgifterna har behandlats olagligt
- Om radering krävs för att uppfylla en rättslig skyldighet
- Om personuppgifterna avser barn och har samlats in i samband med att barnet skapar en profil i ett socialt nätverk

Arkivering

- Församlingens medlemmar och personer gallras inför varje verksamhetsår dock senast inom 24 månader från medlemmens utträde.

Radering/gallring/kasta listor

- Personlistor (på papper eller digitalt) bör inte sparas längre än vad som krävs, till exempel ska man inte spara deltagarlista utan kasta listan då den inte längre behövs.
- Papperslistor eller annat pappersmaterial med personuppgifter ska förstöras genom strimling eller förstöras på annat sätt innan de lämnas till återvinning.

Datorer, läsplattor, mobiler och andra enheter

- Alla enheter (dator, läsplatta, m.fl.) man hanterar personuppgifter med ska ha ett uppdaterat operativsystem, ett antivirusprogram installerat och uppdaterat, för att skydda personuppgifterna.
- Viktiga filer behöver säkerhetskopieras.

Stulna personuppgifter

- Om personuppgifter blir stulna (incident) ska detta meddelas till styrelsen. Stölden kan vara att man har lagrat en lista med personuppgifter på sin dator och datorn blir stulen. Någon får in ett virus i sin dator och personuppgifterna blir stulna. Någon obehörig har fått se en större mängd uppgifter i en pärm, dator eller deltagarlistor.

INTEGRITETSPOLICY

Parter och ansvar för behandlingen av dina personuppgifter

Skogslöparna, org.nr. 889600-7609, Nordhemsvägen 41, 894 30 SJÄLEVAD (nedan kallad föreningen) är personuppgiftsansvarig för behandlingen av personuppgifter som sker inom ramen för föreningens verksamhet. Föreningen har som ändamål att bedriva idrottslig verksamhet i enlighet med ”Idrottsrörelsens verksamhetsidé, vision och värdegrund”.

Varför behandlar vi dina personuppgifter?

För att föreningen ska kunna bedriva sin verksamhet behandlas personuppgifter för olika ändamål kopplade till verksamheten.

Föreningen behandlar personuppgifter för att administrera löpande föreningsaktiviteter (ex. träningsverksamhet och medlemsmöten), kommunicera med medlemmarna (kallelser till aktiviteter, information till målsmän m.m.) samt hantera medlemsrelaterade ekonomiska transaktioner (medlemsavgifter och tävlingsavgifter m.m.).

Föreningen hanterar även personuppgifter i samband med ansökan om tävlingslicens till SF/SDF. Utöver behandlingen av personuppgifter vid licensansökningsprocessen behandlas personuppgifter vid varje tävlingstillfälle kopplat till licensens regelverk. Personuppgifterna behandlas vid anmälan till tävling, under pågående tävling och efter tävlingstillfället vid resultatrapportering.

Föreningen behandlar även personuppgifter för att ansöka om bidrag från bland annat Riksidrottsförbundet och föreningens hemkommun.

Föreningen är personuppgiftsansvarig för behandlingen av de personuppgifter som sker vid:

- Hantering av medlemskap i föreningen
- Föreningsadministration
- Deltagande i föreningens träningsverksamhet
- Deltagande i föreningens tävlingsverksamhet
- Licenshantering
- Ansökan om bidrag
- Sammanställning av statistik och uppföljning
- Utbildningar arrangerade av föreningen
- Kontakt med medlem
- Besök på vår hemsida
- Publicering av material på hemsida och sociala medier
- Tillträdesförbud (om tillämpligt)
- Ordningsstörningar och otillåten påverkan (om tillämpligt)

Vilka delar vi personuppgifter med?

Uppgifterna kommer inte att överföras till tredje land och dina personuppgifter kommer inte att utsättas för automatiserat beslutsfattande.

Om föreningen vid något enstaka tillfälle måste dela dina personuppgifter med tredje land kommer du att informeras särskilt om detta. Det kan exempelvis vara aktuellt när/om du anmäls till tävling i tredje land.

Vilken laglig grund har vi för personuppgiftsbehandling?

Föreningen har nedan sammanställt den lagliga grunden för behandlingen av personuppgifter som sker inom föreningens verksamhet.

Ändamål med behandling	Laglig grund
Hantering av medlemskap i föreningen	Avtal
Föreningsadministration	Avtal
Deltagande i föreningens träningsverksamhet	Avtal
Licenshantering	Avtal
Deltagande i föreningens tävlingsverksamhet	Avtal
Ansökan om bidrag	Rättslig förpliktelse
Sammanställning av statistik och uppföljning	Allmänt intresse
Utbildningar arrangerade av föreningen	Allmänt intresse vid statsbidragsfinansierad utbildning, annars samtycke
Kontakt med föreningen	Intresseavvägning
Besök på vår hemsida	Intresseavvägning
Publicering av material på hemsida och sociala medier	Intresseavvägning och ibland samtycke
Tillträdesförbud	Rättslig förpliktelse
Ordningsstörningar och otillåten påverkan	Rättsligförpliktelse

Hur länge sparar vi dina personuppgifter?

Föreningen kommer att genomföra en bedömning årsvis om ändamålet med behandlingen av personuppgifterna kvarstår. Om inte ändamålen med behandlingen av personuppgifterna kvarstår kommer uppgifterna att raderas.

Vilka rättigheter har du?

Du som registrerad i föreningen har flera rättigheter som du bör känna till.

Du har rätt att få ett registerutdrag avseende föreningens behandling av dina personuppgifter. Föreningen ska vid begäran av registerutdrag förse dig med en kopia av de personuppgifter som är under behandling. För eventuella ytterligare kopior som du begär får föreningen ta ut en rimlig avgift utifrån administrativa kostnader. Du kan enkelt begära ett registerutdrag i IdrottOnline via Min Sida.

Du har i vissa fall även rätt till dataportabilitet av personuppgifterna. Du kan enkelt begär dataportabilitet av dina personuppgifter i IdrottOnline via Min Sida.

Du har rätt att få dina personuppgifter korrigerade om de är felaktiga, ofullständiga eller missvisande och rätt att begränsa behandlingen av personuppgifterna tills de blir ändrade.

Du har under vissa omständigheter rätt att bli raderad:

- Om uppgifterna inte längre behövs för de ändamål som de samlades in för

- Om behandlingen grundar sig på den enskildes samtycke och du återkallar samtycket
- Om behandlingen sker för direktmarknadsföring och du motsätter sig att uppgifterna behandlas
- Om du motsätter sig personuppgiftsbehandling som sker inom ramen för myndighetsutövning eller efter en intresseavvägning och det inte finns berättigade skäl som väger tyngre än dina intressen
- Om personuppgifterna har behandlats olagligt
- Om radering krävs för att uppfylla en rättslig skyldighet
- Om personuppgifterna avser barn och har samlats in i samband med att barnet skapar en profil i ett socialt nätverk

Du har också rätt att dra in ett samtycke, motsätta dig automatiskt beslutsfattande, profilering och invända mot direktmarknadsföring.

Du kan när som helst utöva dina rättigheter genom att begära tillgång till och rättelse eller radering av personuppgifter, begära begränsning av behandling eller invända mot behandling. Kontakta styrelsen för att utöva dina rättigheter.

Vidare har du rätt att inge ett klagomål avseende föreningens behandling av personuppgifter till Datainspektionen, besök www.datainspektionen.se.

Mer information om hur föreningen arbetar för att tillvarata dina rättigheter återfinns i *Instruktioner för att tillvarata enskildas rättigheter*.

Om du vill veta mer

Har du frågor om föreningens personuppgiftsbehandling eller vill utöva dina rättigheter kontaktar du styrelsen styrelsen@skogsloparna.se.

Trafiksäkerhetspolicy för Skogslöparna

Syfte

Denna policy omfattar de personer som på något sätt kommer i kontakt med trafiken under eller på väg till/från en klubbaktivitet/tävling.

Mål

Målet med policyn är att det skall vara allas ansvar att resor och vistelse i trafik i samband med klubbens aktiviteter sker på ett sådant sätt att de tre ledorden trafiksäkerhet, miljö och ekonomi efterlevs.

Klubbaktiviteter

Vid träningar/tävlingar och övriga aktiviteter arrangerade i klubbens regi där aktiviteten på något sätt rör sig i trafikerad miljö, skall:

- Reflexväst eller reflexer användas vid löpträning och liknande om det är mörkt ute.

Trafikregler, utrustning och förhållningar

- Gällande trafikregler skall följas.
- Anpassa alltid hastigheten efter rådande förhållanden och lagar.
- Använd alltid säkerhetsbälte. Föraren ansvarar för att passagerarna efterföljer detta, men du som passagerare kan hjälpa föraren genom att kolla dina medpassagerare, dvs "alla hjälper till".
- Fordonet skall vara rätt utrustat, exempelvis vad avser däck, och servat.
- Vid transport av barn skall godkänd skyddsutrustning användas, samt att barnet skall vara korrekt "bältrat".
- Lasta inte fordonet för mer än vad som är tillåtet, gäller takboxar/takräcken, lastutrymmen, antal personer.
- Antalet passagerare skall inte överstiga antalet sittplatser.
- Undvik tunga/stora lösa föremål i gemensamma utrymmen.
- Last skall säkras på ett sådant sätt att den inte kan skada någon vid olycka.
- Passagerarlistor ska uppföras vid klubbresor och läger med buss eller minibuss.

Trötthet

- Vid transport i buss/minibuss/personbil skall den person som sitter fram på passagerarplats vara vaken (utöver föraren) för att säkerställa att ingen insomningsolycka inträffar.
- Planera körning och vilotider efter rådande omständigheter, ingen förare skall behöva köra längre än 2 h utan möjlighet till rast.

Hyra av transportfordon

Vid hyra av transport exempelvis minibuss tänka på att:

- Säkerhetsbälte skall finnas på alla sittplatser (tillsvidare undantas större bussar då de inte har några säkerhetsbälten, men vi kan fråga).
- Storlek anpassas efter ändamålet (antal personer och last/bagage).
- Bra däck finns, vilket väglag kan förväntas, sommar kontra vinter?

- Säkring av last ska kunna göras ex, möjlighet till säker lastning av skidpaket.
- Undvik att hyra äldre fordon (>10år) då de kan vara undermåliga.
- Kontrollera vilka försäkringar som gäller samt om självriskeliminering finns.

Fortsatt utbildning av förare

Klubben skall verka för en fortsatt förarutbildning (såsom NTF:s eller liknade organisationer) samt att utbilda klubbmedlemmarna i första hjälpen.

Policyns varaktighet

Policyn utvärderas årligen av klubbens styrelse och nödvändiga revideringar görs i samband med denna utvärdering. Aktuell version av denna policy anslås på klubbens hemsida som en del av verksamhetsbeskrivningen.

Följande medlemmar har genomgått NTF:s förarutbildning

Börje Pauler, Jens Westin

Drog och alkoholpolicy

Denna policy är ett dokument framtaget i samarbete med Riksidrottsförbundet. Syftet med policy är att klargöra Skogslöparnas synsätt på droger och att ge ett tydligt förhållningssätt för verksamhet där droger kan förekomma. Policyn berör användning av alkohol, droger och doping vid klubbaktiviteter och i klubbstugan.

Klubbaktiviteter (klubbresor, tävlingar, träningar, läger och annat där klubben representeras)

- Klubbmedlemmar bör uppträda med gott omdöme gällande alkohol i synnerhet vid närvaro av barn och ungdomar.
- Preparat klassade som doping får inte förekomma bland klubbmedlemmar om medicinska skäl inte föreligger.

Klubbstuga

- Ingen alkohol eller droger får förekomma i klubbstugan.
- Berusade personer får inte vistas i klubbstugan.
- Preparat klassade som doping enligt Riksidrottsförbundet, senaste utgåva, får inte förekomma i klubbstugan om medicinska skäl inte föreligger.
- Stugan hyrs inte ut till privatpersoner eller privata tillställningar. Stugan bokas genom kansliet för att förhindra dubbelbokningar.

Barn- och ungdomspolicy

Policyn syftar till att ge gemenskap, engagemang, glädje och likabehandling.

Skogslöparna strävar efter att alla ska ha möjlighet att utöva orientering på den nivå och i den omfattning man själv vill. Orientering för barn och ungdomar ska vara roligt och alla som vill ska få vara med. Träning och annan verksamhet ska vara allsidig och omväxlande.

Vi ser tävling för barn i första hand som bra träning och en social aktivitet. Genom vår verksamhet ska deltagarna lära känna respekt för kamrater, ledare och regler. Upplevelsen och den egna utvecklingen är det viktigaste. Klubben ska visa förståelse för att barnen och ungdomarna kan ha flera aktiviteter som kombineras med deltagandet i orienteringen. Barn med särskilda behov är välkomna att delta efter sina förutsättningar i sällskap med anhörig. Dialog förs med ledare för att hitta rätt grupp. Vi strävar efter att ledare och tränare ska vara utbildade och fortlöpande genomgå kompetensutveckling i syfte att vara goda föredömen och kunna erbjuda kvalitativ orienteringsträning. En ledare är en förebild och en inspiratör, en person som påverkar barn och ungdomars värderingar och attityder.

Skogslöparnas barn- och ungdomsverksamhet drivs med ideella krafter. Verksamhetens omfattning och innehåll styrs i stor utsträckning av hur många som vill engagera sig som barn- och ungdomsledare och dessa ledares engagemang och intressen. Denna policy ger dock ram och riktning för verksamheten. Grundläggande är att verksamheten ska leva upp till Riksidrottsförbundets och Orienteringsförbundets policys för barn- och ungdomsidrott inklusive ”Barnens spelregler” (www.barnensspelregler.com).

1. Alla barn är lika mycket värda och ska behandlas med respekt.
2. Alla barn har rätt att träna och utvecklas på sina villkor.
3. Alla barn har rätt till stöttande vuxna.
4. Inget barn ska bli utsatt för sexuella övergrepp.
5. Inget barn ska bli utsatt för våld.
6. Inget barn får bli utsatt för mobbning eller trakasserier.
7. Alla barn har rätt att känna sig delaktig i sin förening.

Policy och handlingsplan mot sexuella trakasserier, övergrepp och mobbing

Vi i Skogslöparna accepterar inte några former av mobbing, övergrepp eller trakasserier. Alla som idrottar i en förening ska göra det i en trygg idrottsmiljö. Det gäller alla, barn, ungdomar och vuxna som är aktiva samt ideellt arbetande.

Om någon utsatts för sexuella trakasserier, övergrepp eller mobbing ska det skyndsamt rapporteras till någon av klubbens ledare som i sin tur rapporterar till styrelsens ordförande. Allt hanteras sedan skyndsamt och med diskretion enligt RF's policy.

Skogslöparna följer RFs policy mot sexuella övergrepp samt policy mot mobbing och trakasserier. RFs projekt Trygg idrott syftar till att förstärka skyddet av barn och ungdomar mot sexuella övergrepp, utnyttjande och trakasserier inom idrotten. Den utgår från gällande lagstiftning, Barnkonventionen och ett barnrättsperspektiv.

Laguttagningsprinciper för Stafetter för Juniorer, Seniorer och Veteraner

Juniorer och seniorer (17 år +): Gäller deltagande i stafett i junior- eller seniorklass alternativt stafett med HD17-klass, se nedanstående lista med exempel på vilka stafetter det kan röra sig om:

- 10-mila
- Jukola/Venla
- SM
- DM i junior- och seniorklass
- Övriga stafetter t.ex. Rånäs, Kolmården, Stigtomta eller liknande

Skogslöparnas träningskommitté (TK) utser (tillfrågar) inför varje årsskifte en uttagningskommitté (UK) som ansvarar för uttagning av lag. Det kan utformas så att samma personer tar ut lag till såväl dam- som herrstafetter, men även delas upp. Viktigt att TK tydligt dokumenterar och informerar vem eller vilka som ska göra vad inför varje år.

I UK-arbetet ingår att i god tid sondera intresse för deltagande, t.ex. via intresseanmälan på eventor eller personliga kontakter, för att därefter anmäla rimligt antal lag på av klubben bestämda stafetter. TK bör utse personer som hjälper till att rekrytera löpare till prioriterade stafetter eller själva hjälpa till med detta.

Principer för uttagning till stafetter är följande:

1. Alla medlemmar har rätt att anmäla sitt intresse till stafetter. Förtur lämnas dock till de som aktivt deltar på klubbens träningsaktiviteter¹.
2. UK bedömer utifrån intresseanmälan hur många lag som ska anmälas.
3. Vid svårigheter att fylla lag² kan vissa löpare bli tvingade att stå åt sidan och inte bli uttagna.
4. Vid punkt **3**, eller vid flera anmälda lag, ska uttagning till dessa stafetter (alt. lag 1) alltid ske för att uppnå så bra placering som möjligt. Det vill säga: uttagning ska ske efter principen **det bästa förstalaget springer stafetten**. Det kan innebära att vissa individer hamnar i ett andra- eller tredjelag eller inte får springa alls.
5. Det är mycket viktigt att UK, vid punkt **4**, kommunicerar sitt beslut till dessa individer och motiverar varför.
6. Möjlighet att avvika från punkt 4 kan vid vissa omständigheter vara ok för kategorin övriga stafetter. Faktorer att beakta kan då vara t.ex. vad som är utvecklande för klubben och individen, träning inför större tävlingar osv. Detta diskuteras med TK.
7. Vid känsliga laguttagningar skall jäv undvikas. Detta undviks genom att det är flera i UK som kan fördela uppgifter vid behov.

¹ Och/eller sköter sin träning själv på ett bra sätt (bedöms av UK)

² Exempelvis motiverar knappast 14 intresseanmälda till Tiomila att anmäla 2 lag

Veteraner (35 år +): Gäller deltagande i stafett i klass HD35 eller äldre.

Skogslöparnas TK utser (tillfrågar) inför varje årsskifte en UK som ansvarar för anmälan, uttagning och samordning av lag i samarbete med UK för junior/senior. Det kan utformas så att samma personer tar ut lag till såväl dam- som herrstafetter, men även delas upp. Viktigt att TK tydligt dokumenterar och informerar vem eller vilka som ska göra vad inför varje år.

I UK-arbetet ingår att i god tid sondera intresse för deltagande, t.ex. via intresseanmälan på eventor eller personliga kontakter, för att därefter anmäla rimligt antal lag på av klubben bestämda stafetter. TK bör utse personer som hjälper till att rekrytera löpare till prioriterade stafetter eller själva hjälpa till med detta.

Laguttagningsprinciper för Skogslöparnas ungdomar

Vid stafetter och lagtävlingar är ambitionen att alla ungdomar som vill ska ges möjlighet att vara med i ett passande lag. För Skogslöparna är det viktigare att ha många fullföljande ungdomslag än att ha det bästa. Laguttagningarna ska alltid inriktas på att ge alla ungdomar en så rolig och utvecklande upplevelse som möjligt.

Om det inte kan ordnas lag till alla bör företräde ges till äldre årskullar och betydligt mer tränings- och tävlingsflitiga ungdomar. Flytt mellan klasser kan göras för att så många som möjligt ska kunna vara med men detta bör inte ske på bekostnad av ett annat lag eller annan löpare. Om Skogslöparna själva inte får ihop lag bör bildande av kombinationslag med andra klubbar eftersträvas.

Ansvariga ungdomsledare tar gemensamt ut lagen och ska verka för att det blir så många deltagare som möjligt. Vid jävsituationer bör laguttagningen överlåtas till en annan uttagare.

Vid anmälan av intresse att vara med förbinder man sig att respektera laguttagningen och att delta om inte giltigt förhinder uppstår. Vid sena återbud bör så få lagändringar som möjligt göras.

Ungdomsledare bör inför lagtävlingen prata med ungdomarna om laguttagning, vad det innebär att tävla i lag och hur vi bör uppträda när vi representerar Skogslöparna. Vid motgång försöker vi stödja varandra och framgångar skördas och firas alla lag tillsammans.

Laguttagningsprinciper för 25-manna

Tävlingar där ungdomar och vuxna bildar lag tillsammans.

Uttagningar av dessa lag sker i samråd mellan de UK klubben har. D.v.s. mellan ungdom UK, junior/senior UK och veteraner UK.

Vid denna typ av tävlingar (t.ex. 25-manna) kan det ibland vara svårt att ge alla möjlighet att vara med i ett lag. Kriterier för laguttagning vid denna typ av tävlingar:

1. Vilja och tillräcklig orienteringsmognad för aktuell sträcka.
2. Bästa löparen/löparna för laget.
3. Tränings- och tävlingsflit – mer aktiva före betydligt mindre aktiva.
4. Ålder – äldre ungdomsårskullar före yngre och ungdomar före vuxna.
5. Bedömning av UK.

Klubbmästerskap

Varje år genomför klubben följande klubbmästerskap (KM):

- Sprint-KM
- Medel-KM
- Lång-KM
- Natt-KM
- Ultra-KM
- Triathlon-KM*
- Skid-O*
- Mtb-O*

* Dessa KM arrangeras om intresse finns och klasser och banlängder avgörs beroende på antal deltagare och snötillgång. Ingår inte i KM-Cup.

KM tävlingar ska finnas med i årsplanen samt utlysas 1 månad före tävlingsdag på hemsidan. KM tävling ska i första hand arrangeras som separat tävling. Datum för KM i orientering ska stämmas av med berörda kommittéer (t.ex. träning- och ungdomskommittéerna). För att få KM värdighet krävs endast en tävlande i respektive klass. Klasser bör ej slås ihop för att underlätta uträkningen av KM-Cup. Istället kan flera klasser ha samma bana.

Lång-KM

Lång-KM är det klubbmästerskap som man tävlar om KM-medaljer, Guld, Silver och Brons. Samt att vinnaren i varje klass erhålls klubbmästartröja. Banorna ska vara långdistanskaraktär med något förkortade banlängder.

Tävlingsklasser KM

H10	D10	H18	D18	H45	D45	Inskolning (Grön)
H12	D12	H20	D20	H55	D55	Mycket lätt (Vit)
H14	D14	H21	D21	H65	D65	Lätt (Gul)
H16	D16	H35	D35	H70	D70	Medelsvår (Orange)
						Medelsvår (Violett)

Tävlingsklasser för Skid-O, Mtb-O och Triathlon kan avgöras beroende på antal deltagare.

KM-Cup

I KM-Cup räknas 3 av 5 klubbmästerskap och räknas ut på kilometertid. Segrarna i KM-Cup klasser tilldelas 100p, tvåan 90p och trean 80p osv till 10p, arrangören tilldelas 70p.

Cupklasser

Killar
Herrjuniorer
Herrseniorer
Oldboys

Tjejer
Damjuniorer
Damseniorer
Oldgirl

Tävlingsklasser

(DH10-16)
(DH18-20)
(DH21)
(DH35-70)

Uthyrning av klubbstugan

I första hand disponeras klubbstugan för Skogslöparnas egen verksamhet. Finns ledig tid och utrymme kan även andra orienteringsklubbar och idrottsklubbar få hyra enligt nedanstående taxor.

1. Orienteringsklubbar
 - a) Halvdag (5h) 300 kr
 - b) Heldag (12h) 500 kr
 - c) Övernattning (1st) 800 kr Max 15 pers. (flera 50 kr/person)

2. Andra idrottsklubbar
Efter prövning kan andra idrottsklubbar, idrottsförbund och annan idrottsverksamhet (SOFT, ÅOF, ”Samverkan-Norr” och Brobyggarna) få hyra klubbstugan. Hyran blir då dubbelt så hög än för orienteringsklubbar. Ett hyreskontrakt ska upprättas för den som hyr och ska skrivas under av ansvarig. Vid tveksamma fall krävs styrelsebeslut.

3. Privatpersoner
Uthyrning till privatpersoner sker ej.

Uthyrning av Sportident

Rutiner för lån av Sportidentutrustningen.

- Alla medlemmar i klubben kan låna utrustningen kostnadsfritt för klubbens verksamhet.
- Nybörjare får låna sportident-pinne vid tre tillfällen sedan för en hyra av 50:-.
- För lån/uthyrning utanför klubbens verksamhet kontakta SI – ansvarig.
- Tävlingsarrangemang har företräde före annan verksamhet, samt klubbens aktiviteter före andra föreningar.
- Bokning och utlämning av utrustning sker genom kansliet.
- Bokningsläget dokumenteras i bokningskalendern på hemsidan.
- Utrustningen ska bokas senast 11:00 vardagen innan.
- Om ut- eller inlämning inte kan ske under kontorstid sker detta genom direkt överenskommelse med SI-ansvarig eller kanslist.
- Utrustning som lånas ut dokumenteras av kanslisten som också kontrollerar att allt finns vid återlämning.
- **Borttappad utrustning ersätts av låntagaren.**

En prislista finns att ta del av på kansliet i Sportidentpärmen.

VI. Information för Skogslöpare säsongen 2023

Medlemsavgifter

Medlemsavgift för innevarande verksamhetsår beslutas på ordinarie årsmötet. Avgifterna ska betalas in senast i april. Därefter skickas det en skriftlig påminnelse ut till de medlemmar som inte betalat. Person som inte betalat medlemsavgift, då en betalningspåminnelse gått ut, får ej representera Skogslöparna i tävlingar och har inte tillgång till klubbstugan.

Medlemsavgifter

Pensionärer/Arbetsökande/

Stödmedlemmar/Studerande (från 21 år och äldre) 150:-

Enskild medlem 300:-

Familj med barn tom 21 år 800:-

Hedersmedlem 0:-

Som medlem godkänner du att du kan finnas med på Skogslöparnas hemsida, sociala medier med bild, namn, adress och telefonnummer. För barn och ungdomar under 18 år krävs att föräldrarna skrivit på ett deltagarkort. Den som har skyddad identitet eller av någon annan anledning inte vill finnas med på Skogslöparnas hemsida och sociala medier får höra av sig till kansliet. Läs om vår [skyddspolicy](#) gällande personuppgifter samt [integritetspolicy](#) under rubriken [GDPR](#).

Aktivitetsavgift och aktivitetskort

Tävlings- och aktivitetsavgiften är bl.a. ett sätt för klubben att finansiera klubbens startavgifter. En startavgift kostar som regel mellan 80–200 kr för en tävling och för ett tävlingsår kostar startavgifterna klubben ca 200 000 kronor.

Aktivitetsavgift: 500 kr/år gäller aktiva vuxna från 21 år. Aktiv är den som deltar på tävlingar och/eller träningar inom orientering, skidO eller MTBO, är med på klubbens styrkegympa, innebandy och andra likvärdiga klubbaktiviteter.

I aktivitetsavgiften ingår att du får fritt delta i de svenska tävlingar som finns i SOFT:s tävlingsprogram, förutom O-Ringen. Fritt delta på klubbens ol-, skidO-, MTBO- och löpträningar. Även styrkegympan, innebandy och likvärdiga klubbaktiviteter är fria. Även tillgång till Älgstråkets elljusspår, skidspår, trailstigar och det kommande utegymmet intill klubbstugan med efterföljande dusch och bastu i klubbstugan. Utöver detta även tillgång att ta del av subventionerade klubbresor, klubbaktiviteter och klubbkläder. Du har även tillgång till klubbens egna orienteringskartor för träning.

- Aktivitetsavgiften betalas in av den aktive under april månad.
- Den som inte betalt aktivitetsavgiften får betala sina egna anmälningsavgifter. Från den dag som aktivitetsavgiften är betald står klubben resterande anmälningsavgifter med undantag till ej start och efteranmälan.
- Aktivitetsavgiften behöver inte betalas om du blir uttagen av klubbens UK till att deltar i stafetter.

Har du friskvårdsbidrag från din arbetsgivare gör då en ekonomisk insats för Skogslöparna genom att satsa på någon av våra aktivitetsmedalj kort nedan!

- Bronskortet för 1 000 kronor som innehåller allt ovan plus egen digital uppföljning av dina ol-träningar via livelox. Att vid ett tillfälle får personlig uppföljning på en ol-bana. Har förtur till nybörjarkurs i orientering för vuxna (minst 5 deltagare och 5 träffar).

- Silverkortet för 2 000 kronor som innehåller allt vad bronskortet innehåller plus har förtur till månadens ol-teknikbana med uppföljande kommentarer under barmarksperioden. Vid två tillfällen får personlig uppföljning på en ol-bana.
- Guldkortet för 3 000 kronor som innehåller allt vad silverkortet innehåller plus har förtur till skidskola på Älgstråket (klassiskt, stakning, skate, skateväxlarna samt stakning smalspår). Vid tre tillfällen får personlig uppföljning på en ol-bana.

Vid behov av kvitto på aktivitetsavgiften/aktivitetsmedaljkortet skriver Yvonne Näslund (kanslist) ut ett sådant som du överlämnar till din arbetsgivare.

Oavsett vilken nivå av aktivitetsavgift/aktivitetsmedaljkort som man betalar in eller om man enbart är medlem i klubben förväntas det att man hjälper till vid klubbens tävlingar, kottplockning, inventeringar och andra klubarbeten.

Deltagande vid klubbens egna arrangemang

Vid våra egna tävlingsarrangemang kan klubbens medlemmar delta utifrån följande:

- Den som har mycket god terrängkänedom **får inte** delta.

Nationella tävlingar, t.ex. Skogslöparnas Nordiska och Örnsprinten

- Ungdomar och elitlöpare i elitklass får delta, men ska ställa upp som funktionär i den mån det är möjligt, t.ex. parkering, marka, plocka in kontroller eller riva arenan.

Distriktstävlingar, närtävlingar och TrailÖvik

- Så många som möjligt av de som vill ska få delta i tävlingen. Med reservation för att tävlingsledaren kan behöva fler funktionärer till tävlingen. Du som är anmäld får vara beredd på att stå över och hjälpa till som funktionär om det skulle behövas.

Tävlingsledaren tillsammans med Tävlingskommittén kan göra undantag för speciella arrangemang och tävlingar.

Vuxenutbildning

Under verksamhetsåret 2023 kommer ansvariga för att erbjuda vuxenutbildning vara Lennart Strandberg, Torgny Näslund och Kristina Kwick.

Elitorienterare i Skogslöparna

Träningskommittén är ansvarig för klubbens elitverksamhet (se punkt VI)

Som elitorienterare klassas aktiva som

- Under aktuell säsong springer elitklass på tävlingar där det erbjuds sådana.
- Har ett uttalat mål, säsongs- och tävlingsplanering för säsongen i dialog med klubbens elitansvarig.

Elitorienterare ska erbjudas

- Stöd att göra en säsongs- och tävlingsplanering
- Ledarstöd på värdetävlingar och vid de större stafetterna.
- Stöd inom träningslära, idrottsmedicin, idrottsnutrition, idrottspsykologi och fysiologi.
- Subventionering av resa och logi vid värdetävlingar och landslagsaktiviteter. Se information om det under, [VI. Information för Skogslöpare säsongen 2023](#)
- Vid O-Ringen subventioneras halva anmälningsavgiften för juniorelitklass och seniorelitklass. Detta gäller för första anmälningsstoppet. Därefter betalar man själv mellanskillnaden.
- Skogslöparna subventionerar 100 % av elitorienterarnas rankingavgift, träningskommittén ansvarar för att meddela kansliet i god tid för vilka rankingavgift ska inbetalas.

Förväntningar på elitorienterare

- Delta på klubbens tränings- och tävlingsaktiviteter
- Delta på klubbens uttagningskommittés utpekade tränings- och tävlingsaktiviteter eller ha rimliga skäl att inte delta.
- Delta löpande i klubbarbetet, t.ex. arrangera träningar samt hjälpa till vid klubbens arrangemang och ungdomsträningar.
- Har en säsongs- och tävlingsplanering upprättad i samråd med klubbens elitansvarige. Löparen ska skicka in sitt förslag för kommande år senast i december året innan.
- På tävling bära klubbens dräkt, enligt gällande klädkod, med aktuella sponsormärken.
- Delta på klubbens sponsoraktiviteter.
- Uppträda som och vara ett föredöme för andra.
- I möjligaste mån ställa upp för klubben i följande stafetter: 10MILA, Jukola, 25-manna SM-stafett, DM samt andra större stafetter där klubben ställer upp med lag.

Tävlings- och anmälningsavgifter

- Skogslöparna betalar ordinarie anmälningsavgift för alla ungdomar upp till 20 år för alla tävlingar i Sverige som finns upptagna i SOFT:s tävlingsprogram. Det gäller orientering, SkidO och MTBO. Detsamma gäller för vuxna, från 21 år, förutsatt att aktivitetsavgift är betald.
- Brickhyra betalas av den tävlande då den inte springer med egen bricka (gäller även barn och ungdom).
- Ej start och efteranmälningsavgift betalas av den tävlande (gäller även barn och ungdom).
- Utlandstävlingar betalas inte av klubben, undantag kan göras för klubbens elit. Kontakt tas med träningskommittén i god tid innan.
- Ovanstående regler gäller även för klubbens skidungdomar upp till och med 16 år (tävlingarna är begränsade till vårt distrikt).

Reseersättning

- Ersättning från klubben på 25,00 kr/mil utgår vid föreningsrepresentation till ÅOF, SOFT och kurser. Bilföraren lämnar in reseersättning till kansliet löpande, dock senast november månads
- Ersättning från klubben på 25,00 kr/mil utgår till medlemmar som ritar karta åt föreningen och fått godkänt från kartkommittén innan påbörjat jobb.
- Ingen reseersättning från klubben utgår för aktiva till tävlingar. Värde tävlingar har särskilda bestämmelser.
- Medlemmar uppmanas att samåka i möjligaste mån. Rekommendationen är att föraren bör få 20-25 kr/mil därför rekommenderar vi att alla betalar följande till föraren:

3 i bilen: 7 kr/mil/person

4 i bilen: 6 kr/mil/person

5 i bilen: 5 kr/mil/person

Observera att detta endast är riktlinjer, gör alltid upp med föraren innan så att ni är överens!

Ex. Umeå OK:s tävling i Umeå. Om det är 3 st. i en bil och det är 10 mil enkel väg → 20 mil tur och retur x 7 kr/mil = 140 kr/person som betalas till föraren.

Målet ska vara att lämna så många bilar som möjligt hemma och fylla upp dem så långt det går. Försök även att variera förare.

Resor och läger

Träningskommittén och ungdomskommittén upprättar årligen budgets som ingår som underlag för föreningens totala budget vilken behandlas på årsmötet. Tränings- respektive ungdomskommittén har i budgeten angivit vilka läger och tävlingsresor som planeras för året och för dessa gäller nedanstående riktlinjer. Om någon kommitté önskar genomföra ytterligare läger eller tävlingsresor måste det godkännas av styrelsen.

Gemensamt ordnade resor och läger ska ha ett tydligt sista anmälningdatum för att underlätta planeringen för reseansvarig. Väljer man att inte åka med efter anmälningstoppet har gått ut får man betala självkostnadspris om inte en ersättare tar över platsen. Vid återbud p.g.a. skada, sjukdom eller liknande betalar den aktive 75% av det den annars skulle betalt.

Resor

Både reseansvariga och alla chaufförer som kör vid klubbresor ska nyligen ha läst klubbens Trafiksäkerhetspolicy och Krisplan.

Skogslöparbussen (normalresa t/r Stockholm)

Nedan gäller normalresa t/r Stockholm. För annat resmål måste reseansvarig efterfråga resespecifik information från kansliet i förväg.

- Väljer klubben att anordna bussresan med Skogslöparbussen kostar resan 200: -/person
- Medföljande supportrar som deltar på tävlingen får följa med i mån av plats och betalar 200: -/person.
- Medföljare som inte är medlem eller med på tävlingen betalar 600: - för bussresan.

Minibuss/Bil

Vid resor med minibuss/bil delar alla resenärer på den totala kostnaden på resan.

Klubbläger inom Sverige

Orienterings träningsläger (majoritet av aktivitet är orienteringsträning)

Klubbläger där det i inbjudan framgår vilka aktiviteten riktas till, betalar de aktiva och av ansvarig kommitté utsedda ledare 50 % av lägrets kostnader (logi, resa och kartor). Övriga medlemmar åker för självkostnadspris.

Icke Orienteringsträningsläger (mindre inslag av Orienteringsträningsläger)

Klubbläger där det i inbjudan framgår vilka aktiviteten riktas till, betalar de aktiva och av ansvarig kommitté utsedda ledare 75 % av lägrets kostnader (logi, resa och kartor). Övriga medlemmar åker för självkostnadspris.

Fjällläger

På Fjällläger som riktar sig till alla medlemmar betalar barn och ungdomar upp till 20 år 75% av boendekostnaden och vuxna hela boendekostnaden.

Nyttjas klubbens buss vid läger – se punkt ovan om kostnad för buss.

Läger och tävlingsresor för klubbens elit utomlands

För läger och tävlingsresor utanför Sverige kan föreningen betala del av kostnaden för aktiva och ledare om lägret ingår i träningskommitténs årliga planering. Då kostnaden kan vara särskilt svårbedömd om beräkning sker långt i förväg (mer än ett år i förväg) kan styrelsen besluta särskilt om hur stor del av kostnaden föreningen ska stå för i ett senare skede närmare träningskommitténs detaljplanering.

Som exempel nämns att för 2023 planerade klubben 1 000 kr/elitlöpare för ett läger till Portugal/Spanien under mars månad.

Ungdomsläger

- Distriktsläger, Regionläger (Breddlager, USM-läger, Brobyggarna, Samverkan i Norr) och Riksaktiviteter (Riksläger, SOFT-läger) står klubben 50 % av kostnaden upp till 1 500 kr och den aktiva för resterande.
Resan till alla läger ovan betalas av den aktive.
För utsedda ledare betalar klubben 75 % av kostnaden för lägret (utsedd ledare betalar 25%).

Tävlingsresor med boende

Boende i vandrarhem eller campingstuga betalas av vuxna aktiva med 250:-/natt och barn/ungdomar upp till 20 år med 100:-/natt. Hårt underlag/husvagnsplats betalas av vuxna med 100: - och barn/ungdomar upp till 20 år 50: -. Resan ska vara sanktionerad av träningskommittén och/eller ungdomskommittén samt styrelsen. Träningskommittén och/eller ungdomskommittén lämnar förslag på sanktionerade tävlingsresor till styrelsen.

Stafetter

Träningskommittén och ungdomskommittén upprättar årligen budgets som ingår som underlag för föreningens totala budget vilken behandlas på årsmötet. Tränings- respektive ungdomskommittén har i budgeten angivit antalet lag som planeras bli anmälda till stafetter för året och för dessa gäller nedanstående riktlinjer. Om någon kommitté önskar anmäla ytterligare stafettlag måste det godkännas av styrelsen. Träningskommittén ansvarar för att utse reseansvarig i god tid och reseansvarige ska verka för att resor och boende sker så kostnadsfördelaktigt som rimligt för klubben.

- **10mila** – Skogslöparna subventionera en ledare och deltagare i lag, inklusive en reserv, uttagna av uttagningskommittén (UK) i respektive klass där vuxna löpare betalar 25 % av klubbens nettologi- och resekostnad. Alla barn/ungdomar upp till 20 år betalar hälften av en subventionerad vuxens kostnad. För övriga lag står klubben endast för anmälningsavgiften. UK utser en ledare och klubben subventionerar en ledare per stafett likt med de vuxna tävlande. Medföljande betalar självkostnadspris.
- **Jukola/ Venla** - Skogslöparna subventionera en ledare och deltagare i lag, inklusive en reserv, uttagna av uttagningskommittén (UK) i respektive klass där vuxna löpare betalar 50 % av klubbens nettologi- och resekostnad. Ungdomar upp till 20 år betalar hälften av en vuxens kostnad. För övriga lag står klubben endast för anmälningsavgiften. Medföljande betalar självkostnadspris. Klubben står inte för färdiguppställda tält utan enbart tältplats.
- **25Manna** – Tävlade vuxna betalar 500 kr för logi. Tävlade barn/ungdomar (upp till 20 år) betalar 250 kr. Medföljande supportrar får följa med i mån av plats och får räkna med att hjälpa till med marktjänsten och betalat hela logikostnaden. Medföljande (i mån av plats, tävlande går före och även supportrar) som inte är medlem eller med på tävlingen betalar hela logikostnaden och 500: - för bussresan.
- **SM Stafett** – Skogslöparna subventionerar en ledare och deltagare i lag, inklusive en reserv, uttagna av uttagningskommittén (UK) i respektive klass med 75 % av klubbens nettologi- och resekostnad (deltagarna betalar 25 %). UK utser en ledare och klubben subventionerar en ledare per stafett likt med de vuxna tävlande. Medföljande betalar självkostnadspris.
- **DM Stafett** – Klubben står anmälningsavgiften för alla medlemmar som deltar i något lag. Detta gäller även medlemmar som inte har betalat aktivitetsavgiften.
- **Daladubbeln** – Resa med minibuss/bil delas lika av de som åker med. Logi betalas med 25 % av den aktive. 2 ledare/minibuss.

Värdetävling för klubbens elit inom Sverige och USM

Vid tävlingar inom Sverige typ SM, USM, Swedish League, svenska cupen SkidO/ MTB-O och landslagstester betalar klubben 75 % av kostnaden för resa och logi (den aktive betalar 25%), samma subvention utgår för ledares resa och logi om tränings/ungdomskommittén beslutar att behov finns.

Billigaste färdstätt och billigast logialternativ ersätts av klubben.

Det finns ett "tak" för bidrag på 10 000 kr per person och år.

Vid veteranmästerskap och skolmästerskapstävlingar, t.ex. skol-, akademi- eller veteran-SM/VM utgår inte bidrag.

Landslagsaktiviteter för klubbens elit

Skogslöparna betalar resa, logi och avgifter för svenska landslagsaktiviteter upp till ett "tak" på 10 000 kr per person och år. En förutsättning är att den aktive är "landslagsaktuell" elitorienterare och inte bara med för att det fanns plats.

Öppna landslagsaktiviteter stäms av med träningskommittén i god tid i förväg.

O-Ringen

Skogslöparna subventionerar klubbens

- ungdomar upp t.o.m. 16 år med hela anmälningsavgiften,
- juniorer 17-20 år med halva anmälningsavgiften,
- seniorelitklass med halva anmälningsavgiften.

Ovanstående gäller för första anmälningsstoppet. Därefter betalar man själv mellanskillnaden. Övriga betalar hela anmälningsavgiften själv.

För utbetalning måste kopia av faktura inlämnas till kansliet.

Övriga aktiviteter som godkänts av träningskommittén

Aktiviteterna faktureras klubben där klubben står för 50 % och den aktive för resterande 50%. Ex. ett SOFT-läger som kostar 2 000 kr i självkostnadspris där ingen mat ingår, står klubben 1 000 kr och den aktive 1 000 kr. Resan till och från lägret får den aktive själv stå för. "Taket" för lägerstöd är 1500 kr per läger.

Ledare vid tävlingar och läger

Träningskommittén och ungdomskommittén ska utse ledare i god tid innan till alla läger, tävlingsresor och värdetävlingar som klubben har representation på och som är en planerad aktivitet.

Nya medlemmar som är elitorienterare

Får som gåva av klubben en klubboverallsjacka det år man byter klubb till Skogslöparna.

Klubbkläder

Klädpolicy

Man bör i alla sammanhang som man representerar Skogslöparna eftersträva att stolt bära senaste modellen av klubbkläder. Detta har betydelse för hur Skogslöparna uppfattas och är ett åtagande gentemot våra sponsorer. Undantag kan göras för ungdomar, nybörjare, nya medlemmar och mindre tävlingsaktiva medlemmar samt året efter att modellen på klubbkläder bytts, när klädkoden så bjuder och vid träning.

- Elit** Under tävling och prisutdelning i elitklass samt i klubbens representationslag och vid kontakter med media ska senaste modellen av klubbkläder med aktuella sponsorloggor bäras.
- Vuxna** Under tävling och prisutdelning ska löpare med över 5 tävlingsstarter/år bära senaste utseendet av klubbkläder.
Löpare med färre starter/år bör tävla i någon av de senaste modellerna av klubbkläder.
- Ungdomar** Bör eftersträva att tävla i någon av de senaste modellerna av klubbkläder.

Subventionering av klubbkläder

Skogslöparna subventionerar klubbens tävlingskläder med 20 % för ungdomar, juniorer, elitorienterare samt vuxna som betalat aktivitetsavgiften. Subventionen utbetalas i efterhand mot till kansliet redovisat kvitto. De kläder som subventioneras är de som finns tillgängliga i den webbshop som kommer att finnas tillgänglig för klubbens medlemmar vid särskilt meddelade tillfällen. Tillfällen för köp av klubbkläder meddelas via medlemsmail och inlägg på klubbens webbsida.

Premiesystem

Något premiesystem för fina resultat utgår inte.

VII. UTMÄRKELSER

Hedersmedlemmar

Till hedersmedlem utnämns den som har gjort förtjänstfulla insatser för föreningens bästa eller genom idrottsliga prestationer har gagnat föreningen. Vederbörande bör ha uppnått en ålder av 60 år. Förtjänstfulla insatser bör innebära att fordringarna för förtjänsttecken i silver uppnåtts, men andra insatser kan även ligga till grund för utnämningen.

Följande medlemmar har utnämnts till hedersmedlemmar:

Erik Sjödin -74 avliden 1989, Stig Näslund -80 avliden 2020, Bertil Strandberg -83 avliden 1992, Sture Nordfjell -88 avliden 2000, Halvard Nyberg -92 avliden 2012, Sture Byström -97 avliden 2017, Erik Knutsson -97 avliden 2019, Stig Lindblad -98 avliden 2022, Roland Karlsson -98, Harry Norberg -00, Sol-Britth Westin -03, Bertil Nordin -07, Margareta Solax -13, Leif Strandberg -16, Eero Niemi-18, Jan Isaksson-18, Lennart Strandberg-19, Gunnar Sjölund-19. Per Sundin-23 och Mats Larsson-23.

Bästis- och Mästisutmärkelser

År	Bästispris	Mästispris upp till 16 år
1970	Lennart Strandberg	
1971	Kerstin Olsson	
1972	Katarina Axenström	
1973	Roland Karlsson	
1974	Gunilla Näslund/Edman	
1975	Sture Nordfjell	
1976	Birgitta Näslund/Strandberg	
1977	Berit Pettersson/Öström	
1978	Stig Lindblad	
1979	Hans-Åke Öström	
1980	Berit Öström	
1981	Charlotta Svensson	Annelie Norberg
1982	Fam. Strandberg	Krister Solax
1983	Johan Westin	Elisabeth Strandberg
1984	Berit Öström	Jonas Hälldahl
1985	<i>Ingen utdelning</i>	Krister Sundström
1986	Annelie Norberg	<i>Ingen utdelning</i>
1987	Annelie Norberg	Annika Sundeby, Helena Nordin
1988	Per-Olov Wedin	Jenny Nordin, Annika Pettersson
1989	Anja Dahlberg	Peter Näsholm
1990	Jens Westin	Peter Bylund
1991	Per-Olov Wedin	Mathias Bylund
1992	Helena Nordin/ Forsberg	Kennet Solax, Börje Pauler
1993	Per-Olov Wedin	Malin Sundeby
1994	Börje Pauler	Stefan Sjölund, Tomas Holmgren, Morgan Näslund, Peter Ivarsson
1995	Helena Nordin/ Forsberg	Lisa Nordin
1996	Lisa Nordin/ Wester	Linnea Pauler
1997	Helena Nordin/ Forsberg	Sofi Näslund
1998	Åsa Lindqvist	Håkan Persson
1999	Roland Karlsson	Emil Holmgren
2000	Åsa Lindqvist	Susanne Näsström
2001	Börje Pauler	Daniel Persson
2002	Anders Sundin	Emma Isaksson
2003	Helena Nordin/ Forsberg	Olof Sundin
2004	Åsa Lindqvist	Hans Persson
2005	Stefan Sjölund	Elin Sandström
2006	Emma Isaksson	Johan Norberg, Per Olsson
2007	Stefan Sjölund	Anette Persson
2008	Börje Pauler	Linus Lindberg
2009	Anders Hansson, Lennart Strandberg	Arvid Strandberg
2010	Helena Forsberg, Börje Pauler	Marcus Niemi
2011	Henrik Pilvinge	Anton Strandberg
2012	Marcus Niemi	Emanuel Näslund
2013	Marcus Niemi	Emma Wiberg
2014	Helena Forsberg	Benjamin Näslund, Emelie Wiberg
2015	Börje Pauler	Amelie Josefsson
2016	Stefan Sjölund	Marcus Nilsson, Jonatan Hälldal
2017	Benjamin Näslund	Smilla Sandström, Filip Nordström
2018	Ida Pauler	Alice Rytterstedt, Sixten Persson
2019	Benjamin Näslund	Liam Hälldal, Clara Nordström, Liv Pauler, Alva Perbo
2020	Benjamin Näslund	Linnea Björklund, Viktor Öhman, Axel Jonsson
2021	Benjamin Näslund	Tindra Rytterstedt, Martin Nilsson, Signe Forsberg
2022	Benjamin Näslund	Emma Perbo, Ida Pauler, Alva Mattson

Bertil Strandbergs ledarpris

1993	Bertil Nordin	ungdomsledare
1994	Margareta Solax	tävlingsledare O-Ringen
1995	Lennart Strandberg	klubbtränare
1996	Hans-Åke Öström	kartansvarig
1997	Berit Öström	ungdomsledare
1998	Gunnar Sjölund	klubbchaufför
1999	Bertil Axelsson	klubbtidningen
2000	Eero Niemi	arrangemangsansvarig
2001	Roland Karlsson	älgstråket
2002	Susanne Näsström och Emil Holmgren	ungdomsledare

2003	Jan Månsson och Sture Byström	arenaansvariga elitseriefinalen
2004	Leif Strandberg, Bertil Nordin och Stig Lindblad	tävlingsledare kort-SM
2005	Jens Westin	data-, SI-ansvarig
2006	Helena Forsberg	träningsansvarig
2007	Maria Näsholm	ola-ansvarig
2008	Stefan Sjölund	kartansvarig
2009	Sol-Britth Westin	kanslist
2010	Henrik Pilvinge	trailansvarig
2011	Christina Josefsson, Per-Johan Josefsson	ungdomsledare
2012	Helena Forsberg, Åsa Svensson, Karin Persson	ungdomsledare
2013	Arvid Strandberg	arenaansvarig
2014	Monica och Lars Sandström	triathlonarrangör
2015	Yvonne Näslund	kanslist
2016	Jan Isaksson	föreningsledare
2017	Jonas Hälldal	trailansvarig
2018	Börje Pauler	träningsavsvaring och O-Ringen banläggare
2019	Torgny Näslund	klubbledare
2020	Gudrun Pauler	marknadskommittén och miljöprojektgruppen
2021	Lisa och Kristofer Wester	ungdomsledare
2022	Marlene Hälldal	trailansvarig