

# NORDLANDSIDRETT



NR 4 APRIL 2008

NORDLANDSIDRETT - Aspmyra stadion, 8039 Bodø - I redaksjonen: NIK's administrasjon - Utgivelse: 10 ganger i året

## NYE LAG/STRØKNE LAG

Flg **idrettslag** er tatt opp som medlemmer i NIF og NIK etter anbefaling fra berørte idrettsråd og særkrets/ særforbund:

18410003 (gjenopptak)  
**Fauske Dykkerklubb** Fauske kommune  
Boks 419  
8201 Fauske 27 medlemmer  
Særforbund: Norges Dykkeforbund

18480011  
**Steigen Taekwondo Klubb** Steigen kommune  
Morgan Nygård  
Steigen 37 medlemmer  
8289 Våg  
Særforbund: Norges Kampsportforbund

18270009  
**Dønna Tae Kwon Do Klubb** Dønna kommune  
Boks 46 Solfjellsjøen  
8827 Dønna 57 medlemmer  
Særforbund: Norges Kampsportforbund

18600036  
**Vestvågøy Swingklubb** Vestvågøy kommune  
Lill-Tove Grande  
Skottnesveien 223 78 medlemmer  
8373 Gravdal  
Særforbund: Norges Danseforbund

18050076 **Ofoten Linedanceklubb** er strøket som medlem i NIF og NIK. Aktiviteten er videreført i 18050062 Go'ofoten Swingklubb.

Det er nå **538** idrettslag i Nordland.

Det er ikke opptatt nye **bedriftsidrettslag** i perioden.

Det er nå **178** bedriftsidrettslag i Nordland.



## RENT IDRETTSLAG – STØTT OPP OM REN IDRETT!

I samarbeid med NIF og Norsk Tipping lanserte Antidoping Norge mandag 10. mars "Rent idrettslag".

Idrettslag som deltar i programmet kan på en positiv måte vise sin nulltoleranse til doping overfor utøvere, foreldre og lokalmiljø.

Gjennom "Rent idrettslag" utformer idrettslaget en antidopingpolicy. Blant utøverne gjennomføres enkle tiltak for å øke kunnskapen om antidoping. Slik skapes gode holdninger.

"Rent idrettslag" er et samarbeidsprogram mellom Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF), Antidoping Norge og Norsk Tipping

- Norsk Tippings virksomhet finansierer verdi- og antidopingarbeidet i norsk idrett. Vi er opptatt av fair play, noe som også er avgjørende for vår virksomhet. Juks ødelegger idrettskonkurransen, sier sponsorsjef Tore Elman Tangen i Norsk Tipping.

- Skal idretten opprettholde sin rene verdiprofil for fremtiden, er det viktig at idrettslaget er en tydelig verdiformidler for en Ren idrett, sier Anders Solheim, daglig leder i Antidoping Norge.

Gjennom dette opplegget kan alle idrettslag være med på å oppfylle idrettsingets vedtak fra 2007 om å forhindre dopingbruk.

- Vi er fornøyd med at alle idrettslag enkelt kan sette fokus på verdi- og antidopingarbeidet, sier Morten Schønfeldt, markeds- og kommunikasjonssjef i NIF.

Sertifiseringen "Rent idrettslag" ble samtidig gjennomført av Odin styrkeløft i Bergen, HamKam Fotball, Steinkjer Fotballklubb og Steinkjer Friidrettsklubb i går kveld.

- Nå ønsker vi som står bak satsningen at alle landets idrettslag skal vise en aktiv handling i forhold til antidopingarbeidet og sertifiserer seg som "Rent idrettslag", sier Anders Solheim.

Se: [www.rentidrettslag.no](http://www.rentidrettslag.no)

## OPPSTART- OG UTVIKLINGSSTØTTE IDRETTSSKOLER

Tilskudsordningen for oppstart- og utvikling av idrettskolene fortsetter.

Informasjon om idrettsskolene er nå revidert på bakgrunn av Idrettens bamerettigheter og Bestemmelse om barneidrett vedtatt på Idrettsinget 2007. Samtidig har idrettsskolene fått en tydeligere profil og tilskuddet til oppstart og utvikling er økt.

De viktigste endringene er:

1) **Ingen nedre aldersgrense** for å kunne starte

idrettsskoler for barn. Før gjaldt oppstartstøtten for idrettsskoler for barn fra 5 til 12 år.

2) Tydeligere krav til **forankring i idrettslagets styre** (ref. kriteriene og underskrift på søknadsskjemaet)

3) **Fra 5 krav til 9 kriterier.** Tidligere krav til organisering er tatt ut, mens noen krav er omskrevet. Blant annet nevnes spesifikt antall idretter og antall uker i årsløpet. Krav om årsplan opprettholdes, mens punktet om kompetanse er nytt.

4) **Satsene for oppstart- og utviklingsstøtte er hevet** Oppstartstøtte økes fra 10 000 til 11 000 for idrettsskoler med færre enn 50 barn, og fra 15 000 til 16 000 for idrettsskoler med flere en 50 barn. Utviklingsstøtte økes fra 7500 til 8 500.

5) Det gis kun oppstartstøtte til **én idrettsskole pr lag**, for å stimulere til samarbeid og samordning internt og i nærmiljøet, til beste for bama.

6) Større fokus på **skadeforebygging**

Mer informasjon og søknadsskjemaer for idrettsskolene finner du [her](#). De er også lagt ut på [www.idrett.no](http://www.idrett.no)

Spørsmål vedr. ordningen kan rettes til [maj.elin.svendahl@nif.idrett.no](mailto:maj.elin.svendahl@nif.idrett.no)

## § LOVSPALTEN

Ved å gå inn på [www.idrett.no/nordland](http://www.idrett.no/nordland) og klikke på siden som heter "Lover/bestemmelser" får du tilgang til hele det felles lowerket i norsk idrett og en rekke retningslinjer og regler som det er en fordel å kjenne til, f eks:

- **Alkohol:**

[Idrettens holdning til alkohol](#)

- **Barn/markedsføring:**

[Retningslinjer for markedsføring overfor mindreårige i idretten](#)

- **Databehandling:**

[Retningslinjer for idrettens databehandling \(pdf\)](#)

Retningslinjer for idrettens behandling av personopplysninger. De gjelder for alle organisasjonsledd tilsluttet NIF.

[Idrettslags bruk av medlemsinformasjon \(pdf\)](#) 322kB

Idrettslagets markedsføring av egne eller andres produkter samt utlevering av medlemsopplysninger til tredjeparter

- **Dugnad**

[Dugnadsvett - enkle kjøreregler](#)

- **Lege og sanitet:**

[Retningslinjer for lege- og sanitetsjeneste ved idrettsarrangement](#)

- **Seksuell trakassering:**

[Retningslinjer i forhold til seksuell trakassering i idrett \(pdf\)](#) 153kB

## NORDLAND IDRETTSKRETS – UTDANNING

### CD-ROM BASISTRENING

Er du interessert i variert, morsom og effektiv trening, da har Nordland IK det du er på jakt etter. CD-rom'en innen Basistrening kan på det varmeste anbefales for alle idrettsmiljøer.

CD-en inneholder ca 300 øvelser og om lag 50 leker. Øvelsene har ulik vanskegrad slik at det kan tilpasses i treningen. Hovedfokus er på øvelser innen utholdenhet, styrke og balanse. Øvelsesbanken kan være et viktig verktøy for all idrettsungdom, instruktører, lærere og trenere. Basistrening utvikler koordinative, fysiske, psykiske og sosiale egenskaper og denne form for trening er "seriøst moro".

CD-rom'en koster kr 400,- og kan bestilles hos Nordland Idrettskrets v/Tore Strand: 75711409/ e-post: [tore.strand@nif.idrett.no](mailto:tore.strand@nif.idrett.no)

### IDRETTS-DVD'ER

Nordland IK ønsker å gjøre oppmerksom på at det finnes en rekke idretts-DVD'er i markedet som kan anbefales. Vi nevner her noen av disse som Nordland IK innehar og har gjort seg gode erfaringer med:

- **"En øvelsesbank i fysisk trening":** Styrketrening, Spensttrening, Hurtighetstrening og Bevegelsestrening
- **"Utholdenhetstrening":** Metoder og prinsipper fra norsk toppidrett. Effektiv trening for alle
- **"Kunsten å være i bevegelse":** Idé-bank for aktiviteter
- **"Med hodet først":** Ta kontroll over egne prestasjoner gjennom mental trening
- **"Taping av idrettsskader"**
- **"Unngå skader-Bli bedre"**
- **"TOPPidrett – for barn og ungdom med utviklingshemninger"**

Hvis interesse, ta kontakt, så kan vi være behjelpelig med kontaktopplysninger for bestilling.

### KLUBBUTVIKLING

Tiden flyr og nå står våren snart for døren. Hva med litt påfyll i treningshverdagen, for eksempel et 4 t basistrenerkurs? Utfordringer innen klubbarbeidet har man hele tiden, da er det greit å vite at det finnes virkemidler og tiltak for å sette i gang de gode utviklingsprosessene.

Alle i idrettslaget fortjener å bli inspirert og motivert. Klubb utvikling og kurs er således kanskje den viktigste arenaen for å gi tillitsvalgte, både nye og eksisterende, pågangsmot og ideer!

Ønsker ditt idrettslag å ta tak i dette, kan kanskje et av følgende utdannings tiltak være aktuelt?:

#### Organisasjonsutvikling/lederutvikling:

- Startmøte/klubb utviklingskveld – 4 timer
- Utvikling og trivsel – verdiavklaring – 4 timer
- Temakveld barneidrett – 4 timer



- Handlingsplanarbeid – "Klubben min"
- "Å være idrettsleder" og 26 andre moduler som kan kjøres som en studiering på klubbhuset

#### Trenerutdanning:

- Aktivitetslederkurs barneidrett – 16 timer
- Idrettsskadekurs – 12 timer
- Grunnkurs og temakveld Basistrening – 4 t/12 t

For flere av tiltakene, slik som eks.vis

**Startmøte/klubb utviklingskveld** og **Utvikling og Trivsel-verdiavklaring**, har vi gode økonomiske betingelser i det at dette gjennomføres **kostnadsfritt** i fleridrettslagene. De øvrige fellesidrettslige tiltakene vil det være kursavgift på, men avvikles med god støtte fra Nordland Idrettskrets. For klubber som tar initiativet og legger til rette lokale kurs, vil **2 av deltakerne fra klubben få delta kostnadsfritt**.

Er dere interessert i nærmere informasjon eller ønsker å avvikle et av ovennevnte tiltak, ta kontakt snarest.

For nærmere info, kontakt Nordland Idrettskrets  
v/Tore Strand:  
E-post: [tore.strand@nif.idrett.no](mailto:tore.strand@nif.idrett.no)  
Tlf: 75711409/41900997

## IDRETTSKRETSTINGET 2008 – NORLANDSIDRETTENS MØTEPlass



Vi har tidligere meddelt at Idrettskretsinget 2008 skal avvikles i **Bodø 25.-27. april**. Idrettskretsen har også invitert særkretsene til å avvikle sine ting samme helga, og pr i dag har **Bedriftsidrettskretsen** bekreftet at de vil arrangere sitt ting.

Det er sendt brev til særkretsene med invitasjon til å legge andre typer møter/kurs/ seminarer til denne siste helga i april. Alle møtene foregår på **Rica Hotell Bodø**.

Rammeprogrammet for helga ser foreløpig slik ut:

### Fredag 25.04

18.00 – 20.00: Hvordan motivere til frivillighet/ rekruttere nye tillitsmenn/-kvinner  
v/Frode Kyvåg, Bækkelaget's Sportskl

### Lørdag 26.04

09.00 – 13.00: Ting i Nordland Idrettskrets  
10.00 – 13.00: Fagmøter i Nordland Skikrets  
14.00 – 15.00: Parallele fagseminarer  
- Idrett og ledelse  
v/Johnny Fløyli, NIF  
- Rekruttering i bedriftsidretten  
v/ Atle Hunstad, NBIF  
15.00 – 17.00: Framtidige anlegg – status, krav og utfordringer  
v/Nordland fylkeskommune, NIK m.fl.  
17.30 – 19.00: Fysisk aktivitet – innebandy i Bodø Spektrum

19.45: Tingmiddag med statuettutdeling og underholdning:

### Søndag 27.04

09.00 – 12.00 Ting i Nordland Bedriftsidrettskrets  
09.00 – 09.30 Idrett for funksjonshemmede – et ansvar for særvidrettene  
v/Robert Olsvik, NIF  
09.35 – 12.00: Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett  
v/Anders Hoff, NIF

Tingdokumentene for tinget i NIK og ISF Nordland er tilgjengelige på [www.idrett.no/nordland](http://www.idrett.no/nordland)

Vi håper at dette skal bli ei helg til inspirasjon og kompetanseutvikling for mange tillitsvalgte i idretten i Nordland.

## Idrettens Barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett



Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett ble vedtatt på Idrettsinget 2007. Idrettsstyret har i den forbindelse sendt ut et

informasjonsbrev med kommentarer om bestemmelsene, rettighetene og arbeidet videre. Vedlagt er informasjonsbrevet, samt de vedtatte rettigheter og bestemmelser.

Last ned (pdf):

[Brev fra Idrettsstyret - Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett \(12. sept 2007\)](#)

[Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett - vedtatt på Idrettsinget 2007](#)

Idrettsforbundet har også kommet med en hendig brosjyre som inneholder "Idrettens barnerettigheter" og "Bestemmelser om barneidrett". Brosjyren kan fås ved henvendelse til Idrettekretsen, tlf 75 71 14 09 eller [nordland.ik@nif.idrett.no](mailto:nordland.ik@nif.idrett.no)

## NY BROSJYRE OM IDRETT FOR FUNKSJONSHEMMEDE

NIF har utarbeidet en ny brosjyre med gode eksempler på hvordan aktivitet for funksjonshemmede kan etableres og tilrettelegges i idrettslag.



Heftet er nå tilgjengelig i pdf-format. Last ned ["Over 40 gode eksempler"](#)

## GRATIS LEDERUTDANNING FOR UNGDOM!

Idrettsforbundet gjennom prosjektet **Idrett og Ledelse** og NIH tilbyr fremtidige yngre ledere i idretten et gratis utdanningsprogram. Interesserte sender søknad til egen klubb, særforbund eller

## Nordland Idrettskrets innen 8.mai 2008.

Søknadsskjemaet finner du [her](#).

Det skal plukkes ut 20 ungdommer (i alderen 18-29 år) som skal få delta på denne første runden. Dette er en unik mulighet, og vi ber lagene finne frem sine potensielle ledere for fremtiden.

Brosyre til [nedlasting](#).



Målet med utdanningen

- å tiltrekke, utvikle og holde på dyktige unge (18-29 år) som vil gjøre karriere innenfor idretten
- å bygge nettverk mellom de ulike idrettene og mellom klubb, krets og særforbund
- utdanne flere unge som er dyktige i praktisk ledelse

Gjennomgående tema og arbeidsmåte på samlingene vil være trening og coaching. Du vil jobbe med dine egne utfordringer og problemstillinger og motta coaching fra eksterne coach i til sammen 20 timer gjennom hele studiet.

Det vil også bli lagt stor vekt på å skape resultater underveis for deg selv og i enheten (klubb, krets eller særforbund) du kommer fra. Studiet gir 15 studiepoeng på Norges idrettshøgskole.

Dette er en utdanning kun for yngre ledere der du blir godt kjent med andre unge i norsk idrett. Studiet er praktisk rettet og du får hele tiden utfordrende oppgaver som du er med på å bestemme innholdet i selv.

### HVEM KAN SØKE?

Utdanningsprogrammet er for deg som har eller vil ha lederoppgaver innen idretten på klubb-, krets- eller særforbunds nivå. Det vil bli lagt stor vekt på at du vil noe med engasjementet ditt.

- Aldersgruppen er 18-29 år
- Det kreves ingen formelle krav utover fullført VGS, men du må ha engasjement innen idretten
- Det tas opp 20 personer til utdanningen, 10 av hvert kjønn

### HVORDAN SØKE?

Det første studiet starter allerede 3. september 2008.

- Søknadsfrist: 8. mai 2008**
- Kontakt idrettskretsen eller særforbundet for å få søknadsskjema
- Søknad sendes via idrettslaget, idrettskretsen eller særforbundet.

### KOSTNAD

Din deltakelse er dekket av Idrettsforbundet. Det forventes at du «betaler» tilbake i form av lederoppgaver i ditt idrettsmiljø etter at du er ferdig med studiet. Du vil også få tilbud om coaching dekket av Idrettsforbundet i ett år etter fullendt program.

## NYBEGYNNERKURS I TEGNSPRÅK INNEN IDRETTE

Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité i samarbeid med Nordland Idrettskrets og Tolketjenesten i Sør-Trøndelag inviterer til Nybegynnerkurs i tegnspråk innen idretten (Gloser i startfasen) i Bodø.

Tid: Fredag 6. juni fra kl. 1700-2100 og lørdag 7. juni fra kl. 0900-1530.

Invitasjonen med mer informasjon finner du [her](#).

## GENERELL INFORMASJON OM IDRETT FOR FUNKSJONSHEMMEDE I NORGE

På [www.idrett.no](http://www.idrett.no) (klikk på linken "Funksjonshemmede") ligger det nå mye nyttig informasjon om idrett for funksjonshemmede i Norge.

Kom direkte til sidene her:

<http://www.idrett.no/t2.aspx?p=72870>

Les blant annet om:

- Hvordan idretten for funksjonshemmede i Norge er organisert (egen brosjyre i pdf-format).
- Gode eksempler på hvordan aktivitet for funksjonshemmede kan etableres og tilrettelegges i idrettslag/klubber (egen brosjyre i pdf-format)
- Idebank
- Materiell
- Klassifisering
- Aktivitetshjelpemidler
- Kurs, konferanse og arrangementer (på tvers av idrettene)
- Hvordan komme i gang med idrett?
- Kontakter i norsk idrett
- Linker
- Søke midler

Det er særforbundene (56 i tallet) som har det formelle ansvaret for blant annet tilrettelegging og rekruttering av utøvere med eller uten funksjonsnedsettelse til norsk idrett (bredde og topp). Hvor langt hvert enkelt særforbund er kommet i dette arbeidet vil variere fra orbund til forbund. Kom direkte til særforbundenes nettsider her: <http://www.idrett.no/t3.asp?p=20629>

## REKRUTTERINGSLEIR FOR FYSISK FUNKSJONSHEMMEDE UNGDOMMER

Akershus Idrettskrets i samarbeid med NIF og særforbundene arrangerer **Rekrutteringsleir for fysisk funksjonshemmede ungdommer på Haraldvangen, Hurdal** i tidsrommet **3. – 8. august 2008**. Målgruppen er barn og ungdom i alderen 10 – 25 år med ulike funksjonshemminger. Leiren er åpen for deltakere fra hele landet.

Les mer om arrangementet [her](#).