



## ABGS Policydokument

### INLEDNING

ABGS (Askim Billdal Gymnastikskola) är en ideell gymnastikförening med huvudsaklig inriktning mot disciplinen Trupp. Föreningen eftersträvar att ge unga som gamla möjlighet till rolig och utvecklande träning i olika former som passar alla. ABGS erbjuder grundläggande träning i barn- och ungdomsgrupper, stärkande seniorträning till avancerad tävlingsgymnastik på elitnivå. ABGS har målsättningen att ha en attraktiv och kvalitativ breddverksamhet samt en elitverksamhet som representerar föreningen på tävlingar båda nationellt och internationellt. ABGS vill vara en välmående förening med *Bredd och spets i balans*.

Gemenskap, glädje, utveckling samt respekt för varandra är viktiga ledord för verksamheten och föreningen har övergripande mål gällande tillväxt, ekonomi, tävlingsresultat mm. Ledare, styrelse och anställda har en viktig roll i att utveckla verksamheten och agera på ett bra sätt mot föreningens medlemmar. Föreningens policydokument ska fungera som ett stöd i det arbetet i föreningen.

Ändringar i policydokumentet får endast göras efter beslut i styrelsen.

### ORGANISATIONSPOLICY

Styrelsen är föreningens beslutande organ och ytterst ansvariga för verksamheten. Styrelsen tillsätts på årsmötet. Anställd sportchef fungerar som föreningens VD med delegerat ansvar inom olika arbetsområden, se specifikation i dokumentet Sportchef Instruktion. Föreningen har även anställd personal i rollerna tränare, kanslist och konsulent med beskrivna ansvarsområden.

Verksamhetsrådet består av representanter (ledare) från olika sektioner/verksamhetsområden och har till syfte att ta beslut i de frågor som rör den dagliga, idrottsliga, verksamheten. Mer övergripande frågor bereds i verksamhetsrådet och lyfts för beslut i styrelsen. Ansvarig för verksamhetsrådet är sportchefen som även tillfrågar och tillsätter ledamöter.

Marknadsgruppen består av föräldrarepresentanter från olika grupper inom trupp och har till uppgift att bistå i föreningens ekonomiska arbete. Respektive grupprepresentant utses i samband med föräldramöte vid höstterminsstart. Föräldrarepresentanterna sitter med i marknadsgruppen under minst ett år. I samband med föreningsarrangemang ansvarar gruppen för kafé samt lotteri. De är aktiva i arbetet att identifiera nya samt bibehålla befintliga samarbetspartner till föreningen. Ordförande i marknadsgruppen är ledamot i styrelsen och arbetet sker i dialog med sportchef.

Vid större arrangemang (tävlingar odyt) tillsätts en projektgrupp med tydliggjort ansvar och målsättning. Styrelsen tillsätter de kommittéer/råd/grupper den anser vara lämpligt.

Alla ledare och styrelseledamöter är per automatik medlemmar i föreningen.



## VERKSAMHETSPOLICY

Verksamheten bedrivs i grupper där tillgång till ledare och lokaler styr antalet grupper och åldersspannet i grupperna.

Inom varje grupp ska det finnas minst en ansvarig ledare över 18 år som har tidigare erfarenhet av ledarskap och gymnastik och/eller har erhållit relevant utbildning. Ansvarig ledare har till uppgift att stötta övriga ledare och hjälpföräldrar samt styra träningsinnehållet så att föreningens målsättning uppnås.

Plats i föreningens träningsgrupper (Bamse, BAS, Redskap, Parkour mfl) erbjuds enligt ett kösystem och största intaget sker vid höstterminens uppstart. För att säkerställa en aktiv kö tillämpas årlig köavgift (se Ekonomisk policy). Till truppverksamheten (tävlingsgrupper) finns ingen kö utan intag sker efter provträning i mån av plats. Beslut om byte av grupp (inom ABGS) för specifik gymnast tas av ansvariga ledare och större gruppändringar sker efter diskussion i verksamhetsråd samt vid behov styrelse.

## GRUPPINDELNING

Barn i åldern 3-5 år tränar i föreningens **barngrupper** som följer konceptet Bamsegymnastik (framtaget av Svenska Gymnastikförbundet). Ledare utgörs av föräldrar till barnen i grupperna som alla erhållit Bamseutbildning. Föreningens **BAS-grupper** vänder sig till barn i åldern 6-7 år och träningen är upplagd efter föreningens egna BAS-koncept med målet att ge alla barn en grundläggande motorisk träning. En övergripande ansvarig för BAS, med erfarenhet och utbildning, planerar träningarna och stöttar yngre ledare. Gymnaster i dessa ålder erbjuds en lekande och lärande träning, utan fokus på tävling. I BAS-gymnastiken väljer gymnasten själv träningsmängd, efter vad som erbjuds av föreningen.

Efter BAS-blocket delas gymnasterna in i olika grupper där merparten av dem erbjuds plats i föreningens **Redskapsgrupper**, träningsgrupper indelade efter främst ålder och träningserfarenhet. Önskemål om träningsdag, lokal etc tas hänsyn till i mån av plats. Inom Redskap I, II och III fortsätter grundträningen från BAS med stationsuppbyggnader inom matta och hopp/trampett samt även vissa inslag av dans och rörelseskolning. Träningen blir mer avancerad i takt med att gymnasterna blir äldre och utvecklas och ansvarig ledare har relevant utbildning samt licenser. I Redskap III (från ca 12 års ålder) tas hänsyn till kunskapsnivå vid indelning av grupper och dessa grupper tävlar även på regionala tävlingar (frivilligt).

Ett färre antal gymnaster erbjuds träning i **Förberedande trupp** (FT) efter avslutat BAS-block. Det är också en träningsgrupp men med målsättning att på sikt tävla. Vid gruppindelningen beaktas föreningens kravprofil avseende målövningar, träningsnärvaro samt gymnasternas engagemang på träningen. Hänsyn tas inte till önskemål om träningsdag, kompisar osv.

Inom föreningens **Truppverksamhet** erbjuds träning för gymnaster inom disciplinen Trupp där det finns olika alternativ avseende ålder, kunskapsnivå, träningsmängd och tävlingsinriktning. Antalet gymnaster som erbjuds plats inom truppverksamheten varierar beroende på underlag, intresse och tillgång till ledare och lokaler. Gruppstrukturen inom Trupp bygger på Sv Gymnastikförbundets tävlingsindelning i de tre olika stegarna RT, RM & SM. Gruppsammansättningarna förändras över åren då föreningen eftersträvar homogena grupper avseende



kunskapsnivå, ålder och målsättning med träningen. Tanken är att varje gymnast ska ha möjlighet att träna och tävla på en nivå med lagom utmaning, för att ha roligt och få utvecklas på bästa sätt.

Inom föreningens **Parkourverksamhet** finns olika nybörjar- och fortsättningsgrupper indelade efter både kunskapsnivå och ålder. ABGS rekommendation är att utövarna lär sig grunderna inom barngymnastiken och därav erbjuder föreningen parkourgrupper från 9 års ålder. Träningen sker huvudsakligen inomhus.

**Alla Kan** är Svenska Gymnastikförbundets koncept för barn och vuxna med speciella behov. ABGS erbjuder träning för barn och ungdomar i en träningsgrupp.

ABGS erbjuder även motionsgymnastik för vuxna i olika former.

Lindåshallen är knutpunkten i ABGS verksamhet men träning bedrivs även i andra hallar/skolor i västra Göteborg. För gällande principer vid tilldelning av halltider, se dokument Tilldelningsprinciper. Sportchefen ansvarar för hallfördelning och träningsschema.

## TÄVLING

Från och med 7-års ålder erbjuds gymnaster i ABGS att tävla på klubbmästerskap. I förberedande trupp (FT) sker deltagande på regionala tävlingar men i övrigt får gymnaster inom truppsektionen möjlighet att tävla på riksnivå från 10 års ålder. Alla gymnaster i en tävlingsgrupp ska få möjlighet att tävla minst en gång per termin förutsatt att tävlingsutbudet gör det möjligt.

Ansvariga ledare i respektive grupp beslutar om laguttagning samt vilka tävlingar som gruppen ska ställa upp i, efter avstämning med sportchef.

På regionstävlingar samt RT-stegen (*lägsta tävlingsnivån för rikstävlingar*) får alla i gruppen vara med och föreningen eftersträvar jämna lag då gruppen ställer upp med fler än ett lag. Om det är stor spridning i gymnasternas kunnande får man vid behov nivåanpassa lagen så att alla ges möjlighet att tävla på sin nivå.

På rikstävlingar med högre svårighetsnivå (RM- och SM-stegen) finns krav på att kunna utföra vissa övningar. Uttagning till tävling sker efter gymnasternas kunskap. Inom ABGS R-ben (grupper R1, R2, R3 mfl) samt yngre gymnaster (upp till 13 år) i S-ben eftersträvas att alla i gruppen får vara med. På SM-stegen (ungdom till seniornivå) sker uttagning till laget med fokus på att tävla med föreningens bästa möjliga lag (oavsett grupptillhörighet).

Vid tävling finns en klädpolicy för gymnaster och ledare, se rubrik Beteendepolicy.

För att delta i tävlingsgrupp krävs att förälder, eller annan lämplig person som förälder ordnat, utför ålagd uppgift i samband med tävlingar och andra arrangemang som föreningen arrangerar. I huvudsak gäller det föreningens våruppvisning, klubbmästerskap samt rikstävlingar som föreningen arrangerar. De grupper som har schemalagda träningar i teknikhallen (Lindåshallen) har också ett ansvar för att utföra städning enligt fastställt schema.



## **BETEENDEPOLICY**

### **REPRESENTATION**

Representation kan vara extern eller intern. Extern representation riktar sig utåt och syftar till att inleda eller utveckla förbindelser som är viktiga för ABGS verksamhet eller är ett led i marknadsföringen. Intern representation riktar sig inåt mot ABGS personal, ledare eller andra representanter och har främst karaktär av personalfrämjande åtgärder.

Alla som representerar externt för ABGS räkning har ett särskilt ansvar och förväntas visa gott omdöme vid utövandet. Måttfullhet ska iakttas vid representationsmåltider. Måttfullhet gäller särskilt bruk av alkohol och det är under inga förhållanden tillåtet att representera med enbart alkohol. Vid intern representation ska måttfullhet iakttas. Alkoholhaltiga drycker ska förekomma endast i undantagsfall, och i dessa fall ska särskild måttfullhet råda, aktuella lagar avseende ålder följas och alkohol ska aldrig förekomma i samband med idrottsutövning.

Gymnaster och ledare representerar i första hand ABGS vid deltagande i tävling och andra arrangemang ABGS eller annan förening anordnar. Alla förväntas uppträda som goda kamrater, visa respekt för varandra och arbeta för god laganda. Gruppens regler ska följas. Ledarna är ansvariga för gruppens regler och är förebilder för gymnasterna. Föreningskläder ska bäras (profilsortimentet) med särskilda regler för tävlingskläder samt förträningskläder.

Vid överträdelser av regler har ansvarig ledare rätt att avvisa/skicka hem gymnaster/ledare.

### **DROGPOLICY**

ABGS tar avstånd från, och arbetar mot, användandet av tobak, alkohol och droger. Bland ungdomar under 18 år gäller alltid nolltolerans. Alkohol eller droger skall aldrig förekomma bland ledare eller gymnaster i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar, tex under träningar, träningsläger och tävlingar eller resor till och från dessa. Då föreningen anordnar fest ska det alltid finnas alkoholfria alternativ och alkohol serveras ej till minderåriga.

Genom föreningens ansats och vilja att hålla våra gymnaster kvar upp i åldrarna som bl.a. ledare verkar vi till en meningsfull fritid och därmed minskar risken för att ungdomarna skall lockas till att använda tobak, alkohol eller droger.

Vi arbetar för att föreningens äldre gymnaster/ledare skall vara goda förebilder för yngre gymnaster.

### **ÄTSTÖRNING**

ABGS ska proaktivt förebygga ätstörningar och alla ledare skall vara uppmärksamma. Föreningens önskan är att gymnaster med dessa problem ska kunna få hjälp att bli friska och få en hälsosam syn på träning, kost och vila.

Vid misstanke om ätstörning inleds ett åtgärdsprogram som initieras av ett första samtal med gymnast samt förälder om gymnasten är under 18 år. Respektive huvudledare med stöttning från sportchef/styrelse är involverad för att ta fram en handlingsplan. Oftast rekommenderas en kontakt med experter såsom läkare eller psykolog.



## **MOBBNING**

I ABGS ska alla känna sig välkomna och det är därför inte acceptabelt att någon form av mobbning av vare sig barn, ungdomar eller vuxna, egna medlemmar eller gäster, förekommer. Mobbning är att beteckna som misshandel vare sig den är fysisk eller psykisk. Med mobbning avser föreningen handling där medlemmen eller dess anhörig utsätts för kränkande behandling. Föreningen ska aktivt motverka att någon känner sig utanför föreningens gemenskap och därför är alla former av diskriminering, trakasserier eller annan form av kränkningar inte acceptabelt inom föreningen. Ingen form av bestraffning får förekomma.

## **SEXUELLA ÖVERGREPP OCH TRAKASSERIER**

Föreningen har nolltolerans kring sexuella övergrepp och trakasserier. Misstanke om sexuella övergrepp leder till polisanmälan samt omedelbar avstängning i avvaktan på utredning.

## **ANSVAR OCH ÅTGÄRD FÖR AVVIKELSER FRÅN BETEENDEPOLICYN**

Styrelse, anställd personal, ledare och övriga föreningsrepresentanter har ett gemensamt ansvar för att dessa regler följs samt att regelbrott upptäcks. Styrelsen är ytterst ansvarig och säkerställer att uppföljning sker vid misstanke om brott. Ett enskilt samtal ska genomföras med misstänkt och föräldrakontakt tas om medlemmen är under 18 år.

Om ledare eller gymnast upptäcks påverkad av alkohol eller droger måste personen omedelbart avsluta pågående träning eller tävling. Styrelsen kan besluta om avstängning av ledare eller gymnast om personen vid upprepade tillfällen upptäcks påverkad, då påverkan under idrottsutövande är en allvarlig säkerhetsrisk.

Om gymnast misstänks lida av ätstörning kan en åtgärd som blir aktuell vara att tillfälligt, helt eller delvis, stänga av gymnasten från träning. Vid delvis avstängning kan gymnasten tillåtas att tex träna ett begränsat antal gånger per vecka eller viss typ av träning. En avstängning och upphävandet av den godkänns av sportchef. För att få börja träna obehindrat igen efter en avstängning kan ett läkarintyg krävas och därefter är gymnasten välkommen tillbaka.

Vid misstanke om sexuella övergrepp och trakasserier stängs personen av under utredning och vid misstanke om brott polisanmäls händelsen omedelbart.

Då föreningen lägger stor vikt att beteendepolicyn följs av alla medlemmar sker kommunikation och utbildning i samband med föreningsmöten, ledarmöten, interna utbildningar osv. Värdegrundsarbete ska vara en obligatorisk del i interna ledarutbildningar.

## **EKONOMISK POLICY**

### **MEDLEMSAVGIFTER**

Alla medlemmar erlagger årlig medlemsavgift för att ha rätt att delta i verksamheten. Ledare och styrelseledamöter är automatiskt medlemmar utan att erlagga avgift (föreningen står för dessa kostnader).



## TRÄNINGSAVGIFTER

Alla gymnaster ska erlägga träningsavgift och avgiftens storlek är beroende på träningsmängd. I träningsavgiften på hösten ingår en årlig kostnad för försäkring och tävlingslicens för de grupper som har behov av det.

## KÖAVGIFT

Föreningen eftersträvar en aktiv kö och tillämpar därav en årlig köavgift á 100 kr.

## KOSTNAD I SAMBAND MED TÄVLING

I samband med regionstävling står ABGS för tävlingskostnaden, gymnasterna/föräldrar står för sin egen transport. Vid rikstävling står gymnasten för 50% av den faktiska kostnaden och ABGS tar ansvar för transport, mat och logi. Föreningen följer de antalsregler som gäller vid anmälningar till tävlingar och i mån av plats får övriga åka med. Ledarna åker kostnadsfritt på tävling.

## KOSTNAD I SAMBAND MED LÄGER

Gymnast betalar den faktiska kostnaden i samband med läger och om föreningen har god ekonomi (erhållit stipendium eller liknande) kan subvention ske. Ledarna åker kostnadsfritt på läger.

## TÄVLINGSDRÄKTER

Gymnast som tävlar (ej KM) ska införskaffa föreningens tävlingsdräkt samt föreningsoverall (ingår i profilsortimentet). Information om beställning av kläder finns på hemsidan. Grupper som tävlar på högre nivå kan använda föreningens inköpta tävlingsdräkter och då betala en dräkthyra á 50 kr/gymnast och termin. Ansvarig ledare beslutar om det inför varje termin. Förträningsskläder (krav för S- och R-grupper) ingår i profilsortimentet.

Alla ledare som representerar föreningen på tävling ska införskaffa föreningsoverallen, inköps till 50% rabatt.

## GRUPPAKTIVITETER

Grupper kan äska medel av styrelsen för särskilda behov eller önskemål. Alla grupper kan (utan att äska pengar) köpa fika/frukt i samband med terminsavslutning (inriktning 10-15 kr/gymnast) samt i samband med rikstävlingar.

## DOMARARVODE

Utbildade domare ersätts med 450 kr per tävlingsdag i samband med att föreningens gymnaster ställer upp på lokal eller regional tävling. Vid långa tävlingsdagar (> 8 h) ersätts domaren med dubbelt arvode.

## STYRELSEARVODE

Styrelseledamöter erhåller årlig ersättning enligt följande:

Ordförande: 2 000 kr

Kassör: 1 000 kr

Övriga ledamöter: 500 kr

## LEDARARVODE

Alla ledare (inriktning 14 år och äldre) får ersättning per träningstimme enligt dokumentet Ledararvode. Arvode utgår för träningstiden och respektive ledare ansvarar för att sammanställa antal träningstimmar per termin enligt





fastställd mall. Ersättningen betalas ut per termin. Vid föreningens våruppvisning samt ledarträffar förväntas alla ledare delta utan ersättning.

I samband med tävling och läger som föreningen anordnar ersätts ledare med arvode för fyra timmar (per dag om flera dagar). Vid dagläger som föreningen arrangerar (skollov) ersätts ledare enligt fast arvode för faktisk träningstid.

Föreningen ersätter ledare som fått i uppdrag att koreografera ett fristående.

Körersättning utgår med 18,50 kr per mil till ledare som kör till läger, tävlingar etc. Om transporten sker med allmänna kommunikationsmedel ersätts faktisk kostnad mot uppvisande av kvitto.

Ledarpresenter delas ut i samband med julavslutning och vid övriga tillfällen om ekonomin tillåter.

## **KOMMUNIKATIONSPOLICY**

*Ska uppdateras med information om:*

- *Kontaktuppgifter (hemsida, sociala medier mm):*
- *Mål och visioner (hemsidan)*
- *Årshjul, policies, stadgar mm på hemsidan*
- *Administration (arvodesunderlag, brevmallar mm på hemsidan)*
- *Föreningsnamn, logga, föreningsfärger, tryckt kommunikation, webkommunikation*