



**RAUMAR  
ORIENTERING**

# Retningslinjer for Raumar orientering

	10.02.2015	Årsmøte Raumar			Vedtatt
	13.01.2015	Styret i Raumar	Forslag til endring – behandles på årsmøtet 2015		
	05.03.2014	Årsmøte Raumar			Vedtatt
	20.11.2013	Styret i Raumar	Forslag til endring – behandles på årsmøtet 2014		
	05.02.2013	Årsmøte Raumar			Endret
	13.03.2012	Årsmøte Raumar			Vedtatt
	06.03.2012	Styret i Raumar			
	29.02.2012	Treningskomiteen i Raumar			
E01	29.02.2012	Til godkjenning på ekstraordinært årsmøte 13.03.2012	T.Bråten	A. Kinneberg	T. E. Hovind
REVISJON	DATO	TEKST	LAGET	KONTROLL	GODKJENT
Side 1 av 6		UTGIVER	DOK.TYPE	DOK.NR	REVISJON
		Raumar orientering	Styrende dokumenter	R001	E01

## 1. Medlemskap

---

Alle som representerer Raumar orientering skal være medlem av klubben. Som medlem regnes alle som har betalt medlemskontingent.

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis.

### Medlemskontingent i Raumar orientering:

- Kr. 50,- for medlemmer som også er medlem i et av lokallagene (medlemmene betaler i tillegg medlemskontingent i lokallagene)
- Kr. 350,- for medlemmer som melder seg direkte inn i Raumar orientering og som ikke har noen naturlig tilknytning til noen av lokallagene (direktemedlemmer).

## 2. Aktivitetsavgift

---

Aktivitetsavgiften opprettholdes på dagens nivå, 800 kr for junior/senior – 500 kr for ungdom 13 – 16. Betalt aktivitetsavgift er en forutsetning for å få dekning av utgifter etter Raumars retningslinjer.

Treningskomiteen administrerer og krever inn aktivitetsavgiften.

## 3. Startkontingenter

---

For løpere som også er medlem av et av lokallagene gjelder lokallagets regler for dekning av startkontingenter. Raumar orientering viderefakturerer startkontingenten til lokallagene. Lokallagene fakturerer egenandeler til løperne.

Startkontingenter for NM og stafetter dekkes av Raumar orientering.

For løpere som er direktemedlem i Raumar orientering gjelder følgende:

- Klubben dekker startkontingenter for ungdom og studenter på alle terminfestede orienteringsløp, med unntak av rene ferieløp (flerdagersløp i juli/august). Øvrige eliteløpere som får treningsstipend dekker 5 første løp selv, resten dekkes av klubben. Alle andre betaler hele startkontingenten selv.
- Etteranmeldingsgebyr og startkontingent i direktepåmeldingsklasser dekkes ikke av klubben og vil bli fakturert den enkelte løper.
- Dersom løpere ikke stiller til start i konkurranser uten gyldig grunn kan startkontingenten kreves refundert fra løperen.
- Medlemmer som av praktiske grunner selv betaler startkontingenter direkte til arrangør kan få refundert disse etter gjeldende regler ved å sende regning til kasserer senest 30 dager etter konkurransen har funnet sted.
- Kasserer betaler innkommende regninger for startkontingenter og viderefakturerer startkontingenten til lokallagene og sender ut regning på egenandeler til direktemedlemmer.

## 4. Påmeldingsrutiner

---

Klubbens medlemmer melder seg selv på til løp via Eventor (eventuelt andre påmeldingssystemer) eller via e-post til arrangøren. Se påmeldingsinfo i innbydelsene.

Ved løp i utlandet oppfordres løpere til å betale startkontingent direkte til arrangør der det er mulig, da dette sparer klubben for ekstra utgifter.

## 5. Utgiftsdekning

---

### 5.1. For utøvere som har Raumar som eneste klubb

Gjelder aktive medlemmer i klubbens treningsgrupper

- Ved deltagelse på Hovedløp, NM, Norgescup, testløp, stafetter, samlinger og annen representasjon som omfattes av Raumar orienterings sesongplan, dekker klubben normalt 50 % av klubbens reise- og overnattings-tilbud, med utgangspunkt fra Jessheim. Det resterende vil bli innkrevd i form av egenandeler.
- På enkelte elite-aktiviteter kan egenandelene bli vurdert satt høyere enn 50 % og differensieres for andre som ønsker å delta. Dette skal fremgå av innbydelsen.
- Overnattingskostnader inntil 300,- kr pr natt pr. person godkjennes automatisk av styret. Dyrere overnatting må ha forhandsgodkjenning av styret for å kvalifisere til dekning fullt ut.
- Utgifter til mat, bankett og lignende blir tillagt egenandelen dersom det ikke naturlig er inkludert i opplegget (for eksempel overnatting inkl. frokost).
- Ved deltagelse på samlinger eller konkurranser hvor AOOK eller NOF har reise- og overnattingsopplegget, dekker Raumar orientering normalt 50 % av kostnadene.
- Raumar orientering dekker 50 % av egenandeler i forbindelse med NOFs landslag eller forbundsgrupper i orientering.
- Rett på treningsstipend, se pt 7
- Dersom en utøver representerer Raumar på arrangementer som ikke er beskrevet over eller at han/hun ikke har betalt aktivitetsavgift, så kan han/hun sende inn en søknad om utgiftsdekning til styret.

### 5.2. Løpere som løper for en utenlandsk klubb i de fleste løp, men representerer Raumar orientering i NM.

Det er mulig å løpe for en utenlandsk klubb samtidig som man er aktivt medlem i Raumar orientering. Disse løperne representerer Raumar orientering når de deltar på NM og forbindes også med Raumar orientering når de løper mesterskap og landskamper for Norge.

- Raumar orientering dekker 50 % av kostnadene til reise/overnatting ved deltakelse i NM, med utgangspunkt fra Jessheim. Utgifter utover dette kan søkes dekket gjennom treningsstipend.
- Raumar orientering dekker 50 % av egenandeler i forbindelse med NOFs landslag eller forbundsgrupper i orientering.
- Rammene for treningsstipend tilpasses løperens utgifter i forbindelse med NM (maksimalt 1/2 av opprinnelig ramme).
- Raumar orientering kan benytte løperne i sponsorarbeid på lik linje med øvrige løpere.
- Disse løperne kan være med på klubbens samlinger, samt reiseopplegg til Norgescup og andre viktige løp. Raumar orientering dekker 25 % av kostnadene til reise/overnatting i slike tilfeller, med utgangspunkt fra Jessheim, i de sammenhenger han/hun representerer en utenlandsk klubb. Representerer han/hun Raumar, dekkes utgifter som i punkt 5.1 kulepunkt 1.

### 5.3. Utenlandske løpere som ikke er bosatt i Norge, men løper for Raumar orientering

Utenlandske løpere på 1. lagsnivå i 10mila/Jukola, som representerer Raumar orientering på stafetter og samlinger vil få dekket følgende utgifter

- Utgifter til reise og opphold til 10mila/Jukola og Night Hawk

- Reise og opphold på inntil 2 av klubbens samlinger i Norge
- En stk løpsoverdel med sponsormerker

#### **5.4. For trenere/ledere**

- Trenere og ledere som er oppnevnt av treningskomiteen får dekket utgifter til reise og overnatting. Inntil 50 % av kostnadene legges til løpernes egenandel. Resten dekkes av klubben.
- Den som har hovedlederansvaret på turen skal levere eget regnskapsskjema med total oversikt over kostnader fordelt pr løper til kasserer innen 30 dager etter arrangementet.

#### **5.5. Reisekostnader for bruk av bil**

- Reisekostnader for bruk av bil dekkes med kr. 1,50 pr. km + kr 0,50 pr. km pr. passasjer. I tillegg dekkes utgifter til bom og parkering. Det forutsettes at alle kjører tilnærmet fulle biler, og at det ikke er noe annet rimeligere naturlig reisealternativ.
- Kjøregodtgjørelse dekkes normalt ikke på aktiviteter hvor total kjørelengde er mindre enn 400 km. I disse tilfellene tar sjåførene inn bensinpenger.

#### **5.6. Reiseregning**

- For dekning av reisekostnader skal det føres reiseregning. Benytt eget reiseregningsskjema Reiseregning Raumar (i xls-format). Skjemaet finnes også på hjemmesiden.
- Innlevering av reiseregninger skal gjøres til kasserer senest 30 dager etter arrangementet.
- Kasserer beregner egenandel etter gjeldende regler og sender regning direkte til løperne/lokallag senest 60 dager etter arrangementet.

### **6. Utgiftsdekning for kurs og annen administrativ representasjon**

All deltagelse på kurs og representasjon skal forhåndsgodkjennes av styret. Raumar orientering dekker normalt 100 % av kostnadene, men styret kan vedta lavere utgiftsdekning i spesielle tilfeller.

### **7. Treningsstipend**

Treningskomiteen kan etter søknad, innenfor økonomiske rammer vedtatt av årsmøtet, tildele treningsstipend til aktive juniorer og seniorer basert på oppnådde resultater. Ved lengre skadeavbrekk skal skjønn benyttes.

Stipendet skal stimulere til økt målrettet satsning videre i karrieren. Eliteløpere skal gis muligheten til å utvikle seg i Raumar orientering til å bli en av landets beste orienteringsløpere.

Treningsstipendet betales ikke ut i form av penger til utøverne, men skal benyttes til å dekke egenandeler som opparbeides etter disse retningslinjer, skadebehandling, samt kjøp av klubbens løps- og overtrekkstøy.

Treningskomiteen utarbeider kriterier, som skal godkjennes av styret. Treningskomiteen gjennomfører søknadsprosessen. Tildeling til den enkelte løper skal være avklart innen 30 dager etter årsmøtet.

## 8. Avtaler

---

Raumar dekker 30 % av egenandelen for behandlingsutgifter, fra de som har betalt aktivitetsavgift, hos helseinstitusjoner vi samarbeider med. Krav om refusjon må fremmes senest 30 dager etter avsluttet behandling. Tak for hva Raumar dekker er 3 500kr per år.

## 9. Sponsorer

---

Styret har fullmakt til å inngå sponsoravtaler på vegne av Raumar orientering. Lokalklubbene disponerer en sponsorplass på løpsdrakt/overtreksdrakt.

Utøvere kan profilere en privat sponsor i forbindelse med klubbdrakta. Denne kan profileres på skulder på løpsoverdel såfremt lokalklubben ikke benytter denne plassen eller på bukse i andre tilfeller. Det forutsettes at sponsor ikke sammenfaller med eller er i konkurranse med klubbens sponsorer. Privat sponsor skal godkjennes av styret på forhand.

Løpere som får dekket kostnader utover startkontigent etter disse retningslinjer, må løpe i klubbdrakt med klubbens sponsormerker. På premieutdeling benyttes premievest eller overtreksdrakt med sponsormerker.

For øvrig oppfordres alle klubbens løpere til å benytte klubbdrakt med sponsormerker i alle åpne løp.

## 10. Administrative rutiner

---

Raumar orientering's styre består av 8 medlemmer med følgende ansvarsfordeling:

- Leder
- Sportslig leder
- Arrangementsansvarlig
- Økonomiansvarlig
- Rekruttkoordinator
- Informasjonsansvarlig/sekretær
- Kasserer
- Styremedlem

Styret velges av årsmøtet. Leder velges for et år av gangen. Øvrige styremedlemmer velges for 2 år. Første år velges 3 styremedlemmer for et år, 4 styremedlemmer for 2 år.

Styret oppnevner medlemmer til de forskjellige underkomiteene.

Valgkomiteen iht lov. Lokallag og klubbens treningsgrupper bør være representert i valgkomiteen. Valgkomiteen velges av årsmøtet. Medlemmer av valgkomiteen velges for 2 år. Første år velges 3 medlemmer for 2 år og 2 medlemmer for 1 år.

## 11. Klubbmesterskap

---

Klubbmesterskap arrangeres årlig. Styret bestemmer om det skal være mellom- eller langdistanse. Det bør varieres fra år til år.

I klassene H/D 11 – 12 t.o.m. H/D 17 deles det ut medaljer i henhold til AOOK's regler. Rekruttklassen skal ha full premiering. De øvrige klasser har ingen premiering.

I tillegg til medalje, vil det i klassene D/H 17 bli utdelt en vandrepremie. Denne blir gitt til odel og eie til den løper som vinner den for 3. gang. Vinnerens navn blir inngravert på premien hvert år.

## **12. Klubbranking**

---

Det velges hvert år ut inntil ti åpne løp som teller med i klubbrankingen. . Se egne retningslinjer på klubbens hjemmeside.

## **13. Raumarkarusellen**

---

Lokalklubbene i Raumar orientering arrangerer hvert år Raumarkarusellen bestående av 7 løp. Det er en serie med uhøytidlige orienteringsløp med klasser og løyper for alle. Se egne retningslinjer på klubbens hjemmeside.

## **14. Sommerkarusellen**

---

Sommerkarusellen er en serie med enkle treningsløp i løpet av skolens sommerferie. Det er et flott treningstilbud for alle som vil trene orientering. Legges gjerne til steder hvor det er bademuligheter i nærheten. Se egne retningslinjer på klubbens hjemmeside.

## **15. Øvrige arrangement**

---

Raumar Orientering har som målsetting å arrangere Romerike O-Weekend årlig. Dette arrangementet bør rulleres på nye eller nyreviderte kart lokalklubbene i Raumar disponerer.

Ca. hvert 4 år er målsettingen å arrangere et større nasjonalt løp, f.eks Norges-cup eller NM. Styret søker om løp og oppnevner løpsleder.

## **16. Kartprosjekter**

---

Gode og oppdaterte kart er helt avgjørende for Raumar orienterings aktiviteter. Raumar orientering ønsker derfor å ta initiativ til koordinering og bidra med kompetanse i forbindelse med lokallagenes kartproduksjon.

**Vedtatt på Raumars årsmøte 10/02-2015**