

Klubbhåndbok for Hof Idrettslag



Et oppslagsverk for alle tilknyttet Hof IL



1 KLUBBINFORMASJON

Klubbnavn:	Hof idrettslag
Stiftet:	15.januar 1899
Idrett(er):	Fotball, Hopp, Håndball, Voksenidrett, Klatring, Langrenn og Turn
Postadresse:	Postboks 34, 3091 Hof
E-postadresse:	post@hof-il.no
Internettadresse:	www.hof-il.no
Organisasjonsnummer:	884089182
Bankforbindelse:	DNB
Bankkonto:	2515 06 05566
Medlem av:	Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Tilknyttet:	Norges Håndballforbund, Norges fotballforbund, Triathlonforbundet og Holmestrand idrettsråd.



2 INNHOLD

1	Klubbinformasjon	2
3	Innledning.....	5
3.1	Klubbens historie	5
3.2	Verdier	5
3.3	Hovedmål	6
4	Organisasjon.....	7
4.1	Hovedstyret.....	7
4.2	Årsmøtet	8
4.2.1	Styret	8
4.2.2	Styrets arbeid.....	9
4.3	Utvalg/komiteer.....	9
4.3.1	Valgkomiteen.....	9
4.3.2	Kontrollutvalg	9
4.3.3	Tur og trimkomiteen.....	10
4.3.4	Økonomikomiteen	10
4.3.5	Idrettsmerkekomiteen.....	10
4.3.6	Barneidrettsansvarlig.....	10
4.4	Klubbens lov	10
5	Medlemskap	11
5.1	Medlemskontingent.....	11
5.2	Treningsavgifter	11
5.2.1	Fotball	11
5.2.2	Hopp	11
5.2.3	Håndball.....	12
5.2.4	Voksenidrett	12
5.2.5	Klatring.....	12
5.2.6	Langrenn	12
5.2.7	Turn.....	12
6	Klubbens aktivitetstilbud	13
6.1	Fotball	13
6.2	Hopp.....	13
6.3	Håndball	13
6.4	Voksenidrett.....	13
6.5	Klatring	13



6.6	Langrenn	13
6.7	Turn.....	13
6.8	Barne- og ungdomsidrett.....	14
6.8.1	Barneidrett.....	14
6.8.2	Ungdomsidrett.....	14
7	Klubbens arrangementer.....	15
7.1	Faste årlige arrangementer.....	15
7.2	Reise i regi klubben	15
8	Roller i lagene	16
8.1	Utøver	16
8.2	Forelder/foresatt	16
8.3	Trener.....	16
8.3.1	Oppgaver	17
8.4	Oppmann og lagleder.....	17
8.4.1	Oppgaver	17
8.5	Dommer	18
9	Klubbdrift.....	19
9.1	Kurs og utdanning	19
9.2	Medlemshåndtering.....	19
9.3	Dugnad og frivillig arbeid	19
9.4	Politiattester	19
9.5	Trenerattest	20
9.6	Klubbens antidopingarbeid	20
9.7	Kommunikasjon	20
9.8	Sikkerhetsarbeid (HMS)	20
10	Økonomi	21
10.1	Forsikringer	21
10.1.1	Utøvere.....	21
10.1.2	Andre forsikringer	21
11	Anlegg og utstyr	23
12	Utmerkelser og æresbevisninger	24
12.1	Grethe og Johan Lysakers innsatspokal.	24
12.2	Knut J. Johnsens idrettspris.....	24
13	Endringslogg	25
14	Revisjoner	26



3 INNLEDNING

Klubbhåndboka skal svare på de viktigste spørsmålene om Hof idrettslag og gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i idrettslaget. Den skal sikre at det er kontinuitet i det som bestemmes og gjøres.

Klubbhåndboka er laget av Hof idrettslags hovedstyre etter innspill fra våre idrettsgrupper, komiteer, utvalg, trenere, utøvere og foreldre i klubben. Håndboka er et arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøvere, foreldre, styret, komiteer, utvalg, trenere og dommere i klubben vår.

Håndboka skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i vår klubb, hvilken klubb vi er, hva vi skal oppnå, hva vi tilbyr, og hvordan vi gjør ting.

3.1 KLUBBENS HISTORIE

Hof idrettslag ble stiftet 15. januar 1899. Klubben het i begynnelsen Hof Skiklubb, men endret siden til Hof idrettslag. Eidsfoss idrettsforening, som ble stiftet i 1893, ble slått sammen med Hof idrettslag i 1968. I 1899 som idrettslaget ble stiftet så fantes det ikke biler i Norge. Eidsfoss- og Hvittingfossbanen var ikke kommet i gang. Ikke var det radio eller fjernsyn eller internett. Telefonen var så vidt kommet til Norge. Hester ble brukt som fremkomstmiddel. I Hof bodde det 2 136 mennesker i år 1900. Det var 6 skoler i Hof, og ordfører ved århundreskiftet var gårdbruker Jac. Lindseth. Kommunens flateinnhold var ca. 160 kvadratkilometer, hvorav ca. 2/3 skogareal. Skog og bakker ga fine muligheter for skiaktiviteter den gangen som i dag.

Ski NM i 1984 er det største arrangementet idrettslaget har arrangert. En begivenhet hvor hele Hof's befolkning gjorde en kjempeinnsats.

Hof idrettslag feiret 100 års jubileum i 1999 og i den forbindelse ble det laget en jubileumsbok "Heia Hof" hvor idrettslagets historie er samlet mellom to permer. Bokkomiteen bestod av tre æresmedlemmer: Kolbjørn Grønseth, Arnulf Gurrik og Odd Lian. De fikk hjelp av tidligere journalist Tore Asplin fra Ramnes til å føre boka i pennen. Det var en imponerende jobb av komiteen og Tore Asplin som til slutt ble en veldig flott bok. Hof idrettslag besitter flere eksemplarer av boken og den kan fås ved å ta kontakt.

Per 2017 har Hof idrettslag 7 grupper: Fotball, håndball, turn, innebandy, klatring, hopp og langrenn.

3.2 VERDIER

Hof idrettslag baserer sin aktivitet på felles vedtatte aktivitetsverdier for norsk idrett: Idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet. Klubben vår drives etter idrettens organisasjonsverdier: Frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Ut fra fellesverdiene i norsk idrett, har Hof idrettslag tydeliggjort hva som skal prege oss og klubben vår. Verdiene beskriver hvordan vi er og hvordan vi vil bli.

Verdiene skal hjelpe oss til:

- å skape et godt klubbmiljø, der vi tar godt vare på hverandre

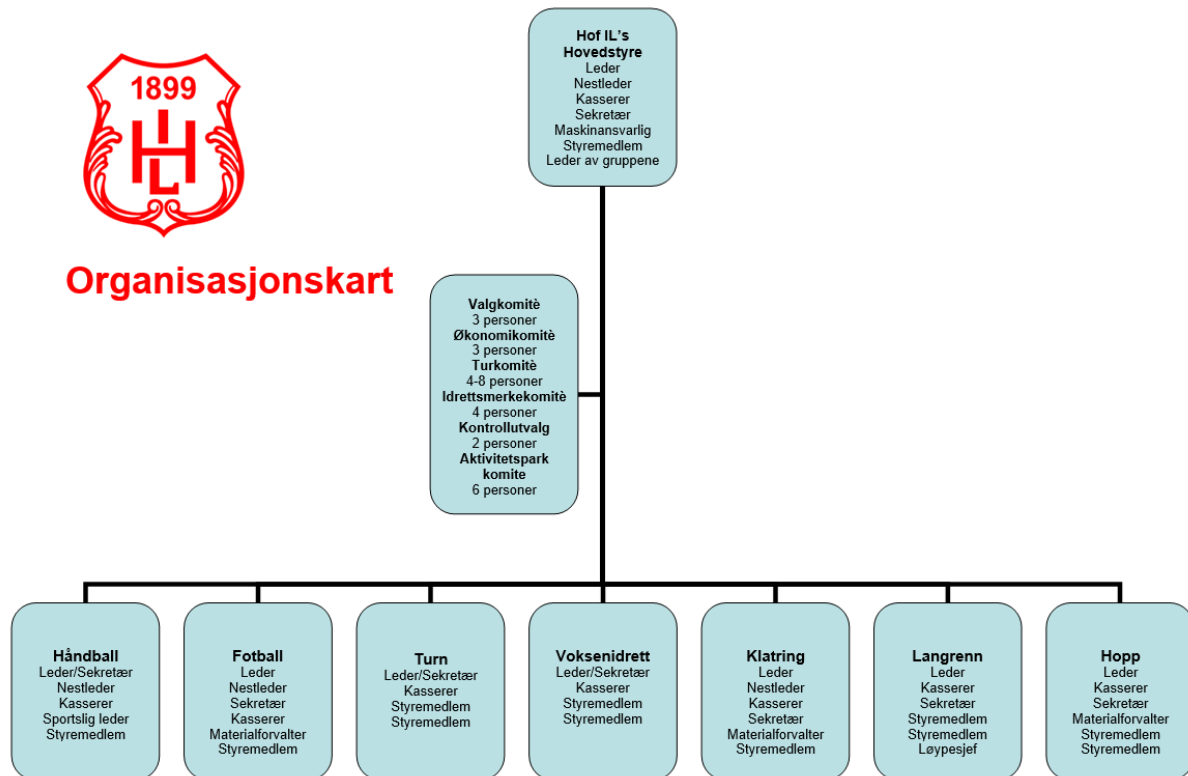


- å skape gode holdninger, som fører til et godt treningsklima
- å være en klubb som er kjent for godt samarbeid og god oppførsel
- å fremstå slik klubben ønsker i alle sammenhenger
- å bli tydelige, få frem det som skiller oss fra andre, og klargjøre vår spesielle identitet

3.3 HOVEDMÅL

Hof idrettslag skal være innbyggerne i Hof sitt klare førstevalg når det kommer til idrettslig aktivitet. Vi skal administrere breddeidrett og folkehelse. Hof idrettslag skal tilstrebe å ha et tilbud til alle som ønsker å være fysisk aktive.

4 ORGANISASJON



4.1 HOVEDSTYRET

Funksjonene i hovedstyret har følgende arbeidsoppgaver:

Leder:

- Mål- og strategiarbeidet i klubben
- Står for klubbens daglige ledelse, og koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet
- Er klubbens ansikt utad og klubbens representant i møter og forhandlinger
- Forbereder saker til og leder styremøtene
- Holde oversikt over idrettslagets tillitsvalgte

Nestleder:

- Er stedfortreder for lederen
- Barneidrettsansvarlig

Sekretær:

- Kalle inn til styremøter i samråd med leder
- Føre protokoll for styremøter i hovedstyret.
- Administrativt skrivarbeid i samråd med leder
- Kontaktperson for Holmestrand kommune opp mot utleie av Hofhallen
- Administrere idrettslagets hjemmeside og sosiale medier
- Ansvarlig for GDPR i idrettslaget

Kasserer:

- Føre regnskap og budsjett for idrettslaget
- Bistå gruppens kasserere ved behov

Maskinansvarlig:

- Ansvarlig for drift og vedlikehold av idrettslagets maskiner

Styremedlem:

- Oppgaver tildeles av hovedstyret ved behov
- Bidra til sammen med det øvrige styret å finne konstruktive løsninger på saker som reises i styret

Gruppeledere:

- Leder for den enkelte idrettsgruppe underlagt Hof idrettslags hovedstyre.
- Inngår som en del av Hof ILs hovedstyre.
- Gruppeleder har ansvaret for å organisere sin idrettsgruppe.

Administrativ medarbeider (fast ansatt i idrettslaget):

- Ansvarlig for politiattestordningen
- Administrativt skrivearbeid i samråd med leder
- Ansvarlig for medlemskontingenter i Klubbadmin
- Administrere idrettslagets hjemmeside og sosiale medier

4.2 ÅRSMØTET

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år innen utgangen av mars måned. Årsmøtets oppgaver er nærmere beskrevet i [Hof ILs lovs § 14](#). Hof idrettslag gjennomfører felles årsmøte for hovedstyret og undergruppene.

For å ha stemmerett og være valgbar må et medlem ha fylt 15 år, vært medlem i klubben i minst én måned og ha betalt kontingent.

Innkalling til årsmøtet annonseres på vår [hjemmeside](#), samt i Jarlsberg Avis.

Årsmøtet legger grunnlaget for klubbens virksomhet og styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan den skal drives, bør delta på årsmøtet. Protokollen fra årsmøtet legges ut på hjemmesiden her: [Link til «Årsmøtedokumenter»](#)

4.2.1 Styret

Hovedstyret er Hof idrettslags høyeste myndighet mellom årsmøtene.

Lovpålagte oppgaver for styret:

- Sette i verk årsmøtets regelverk og vedtak.
- Påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte, i samsvar med de vedtakene som er fattet på årsmøtet og sørge for at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen og en forsvarlig økonomistyring.



- Etter behov oppnevne komiteer, utvalg eller personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for deres funksjon
- Representere idrettslaget utad
- Oppnevne en som er ansvarlig for politiattester
- Andre viktige oppgaver:
- Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap
- Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i idrettslaget blir fulgt
- Stå for idrettslagets daglige ledelse
- Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere idrettslagets konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
- Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
- Oppdatering av klubbhåndboka

4.2.2 Styrets arbeid

Hovedstyret har styremøte ca. en gang pr måned. Styremøtene holdes i utgangspunktet på Voldshagan klubbhus.

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende. Styremedlemmene plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot vedkommendes egen stemme.

Styremøter kan avholdes per e-post eller per telefon, se [lovnorm § 10](#). Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene.

Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres. Om inhabilitet, se [lovnorm § 9](#).

4.3 UTVALG/KOMITEER

4.3.1 Valgkomiteen

Består av tre personer, og velges på årsmøtet. Representanter i valgkomiteen sitter for tre år. Siste år i valgkomiteen leder man komiteens arbeid.

Valgkomiteens arbeidsoppgaver:

- Foreslå kandidater til ledige styreverv i hovedstyret.
- Legge frem sin innstilling til nytt styre på årsmøtet.
- Bidra til å finne kandidater til gruppestyrene etter anmodning fra gruppene.

4.3.2 Kontrollutvalg

Består av to personer, og velges på årsmøtet. Representanter i kontrollutvalget sitter for to år. Siste året i kontrollutvalget leder man komiteens arbeid.

Kontrollutvalget skal gjennomføre både en forvaltnings- og regnskapsrevisjon for å ivareta årsmøtets beslutninger og påse at idrettslaget driver etter vedtatte lover og regler. Utvalgets arbeidsoppgaver:

- Påse at idrettslagets midler går til de aktivitetene som årsmøtet har fattet vedtak om

- Påse at idrettslaget har økonomisk kontroll internt
- Påse at årsregnskapet gir et riktig bilde av idrettslagets drift

4.3.3 Tur og trimkomiteen

Tur og trimkomiteen skal vedlikeholde etablerte turstier administrert av Hof IL. Består av leder og et antall medlemmer som leder ønsker å knytte til seg. Ca. 6-8 personer.

Oppgaver:

- Rydde og merke turløypene.
- Administrere system for turregistrering.
- Administrere poengkonkurranse for barn under 16 år.

4.3.4 Økonomikomiteen

Består av fire personer, velges for to år.

Oppgaver:

- Administrere lotteri på tvers av gruppene etter vedtak i hovedstyret.
- Holde oversikt over idrettslagets sponsorer.
- Bistå gruppene ved behov innenfor økonomi og sponsorer.

4.3.5 Idrettsmerkekomiteen

Arrangerer idrettsmerkeprøver på grusplassen ved Hofhallen. Ordinære merkevelder hver mandag kl 1800. Individuelle avtaler kan gjøres med komiteen. Idrettsmerkekomiteen er også til stede under Idrettens dag. [Mer informasjon her ->](#)

4.3.6 Barneidrettsansvarlig

Barneidrettsansvarlig skal:

- Sikre gode rutiner for å spre informasjon om idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett i alle ledd i idrettslaget
- Oppfordre til at idretter og grupper samarbeider, koordinerer og videreutvikler et mangfoldig og variert aktivitetstilbud for barna i idrettslaget
- Arbeide for at alle barn blir inkludert i idretten, og at kostnaden for å drive idrett (som også inkluderer utstyr og reise, ikke bare treningsavgift) bør være lavest mulig

Eksempler på hvor barneidrettsansvarlige kan nå ut med informasjon om idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett: foreldremøter, trener- og styremøter, nettsider og sosiale medier.

4.4 KLUBBENS LOV

Hof idrettslags lov er basert på NIFs lovnorm. Alle lovendringer må vedtas av årsmøtet og godkjennes av idrettskretsen.

Les mer: [Hof idrettslags lover](#)



5 MEDLEMSKAP

Alle som ønsker å delta på aktivitet organisert av Hof idrettslag skal være medlem. Informasjon om innmelding finnes på vår hjemmeside: [Link til innmelding ->](#). Hof IL benytter Min Idrett for medlemsadministrasjon. Alle medlemmer er nødt til å opprette profil. [Link til Min Idrett ->](#)

Her kan du melde deg på arrangementer og kurs, endre dine egne personopplysninger, finne informasjon knyttet til lisensinnbetaling, dine kommende aktiviteter og andre funksjoner og tjenester som kan være aktuelle og interessante for deg.

Medlemskapet regnes fra den dagen kontingenten er betalt.

Medlemskapet i idrettslaget kan opphøre ved utmelding, strykning eller eksklusjon. En utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt. Et medlem som skylder kontingent for mer enn ett år, kan strykes, og da kan ikke medlemmet tas opp igjen før den skyldige kontingenten er betalt. Hvis medlemmet skylder kontingent etter forfalt to års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra idrettslagets side. Dersom idrettslaget vurderer ekskludering av et medlem, må det ta kontakt med idrettskretsen. Der finnes egne prosedyrer for ekskludering.

5.1 MEDLEMSKONTINGENT

Medlemskategorier og kontingent vedtatt på årsmøtet 2025:

Aldersgruppe	Avgift
Til og med 7 år / funksjonshemmede	kr 100
8 – 19 år	kr 200
Over 20 år	kr 500
Familiemedlemsskap	kr 600

I tillegg kommer treningsavgift til den eller de gruppene du deltar i.

5.2 TRENINGSAVGIFTER

For 2026 er det vedtatt at alle t.o.m. fylte 10 år får gratis treningsavgift i Hof Idrettslag. Ellers gjelder følgende summer for de ulike gruppene:

5.2.1 Fotball

Aldersgruppe	Avgift
11 – 12 år	kr 500
13 – 16 år	kr 1.000
17 – 19 år	kr 1.750
Senior	kr 2.000

5.2.2 Hopp

Aldersgruppe	Avgift
11 –	kr 200



Fra 13 år kreves i tillegg forsikringslisens etter skiforbundets satser.

Hoppgruppa tilbyr i tillegg leie av utstyr etter følgende satser:

Utstyr	Avgift
Ski	kr 250 pr. år
Støvler	Kr 250 pr. år

5.2.3 Håndball

Aldersgruppe	Avgift
11 –	kr 600

5.2.4 Voksenidrett

Aldersgruppe	Avgift
Alle	kr 200

5.2.5 Klatring

Aldersgruppe	Avgift
11 –	kr 500
Maksbeløp familie	kr 1.500

5.2.6 Langrenn

Langrennsgruppa har for 2026 ingen treningsavgift.

5.2.7 Turn

Turngruppa har for 2026 ingen treningsavgift.



6 KLUBBENS AKTIVITETSTILBUD

Hof idrettslag organiserer idrett innen syv forskjellige grener: Klikk på den idretten du ønsker å vite mer om, da kommer du til gruppas hjemmeside. Her finner du informasjon om gruppas aktivitet, kontaktpersoner, treningsavgifter med mer.

6.1 FOTBALL

Fotballgruppa i Hof idrettslag har som målsetning å tilby fotball til alle gutter og jenter som ønsker det. Aktivitetene foregår på Hof kunstgressbane. Gruppa har noe trening innendørs i Hofhallen om vinteren. Fotballgruppas målsetning er å ha med flest mulig, lengst mulig.

6.2 HOPP

Hoppgruppa har hoppanlegg i «Skolebakken» ved Hofhallen. Rekrutteringsanlegg med fokus på hoppglede og å vekke interesse for sporten. Hoppgruppa samarbeider med øvrig hoppmiljø på østlandsområdet.

6.3 HÅNDBALL

Hof håndball skal ha et variert og inkluderende idrettstilbud, der barn og ungdom møter venner, har det gøy og blir så gode som de selv vil. Gruppa har lag som spiller seriespill og de yngste lagene er med på aktivitetsturneringer.

6.4 VOKSENIDRETT

Erstatter fra 2025 Innebandygruppa. Gruppa arrangerer blant annet volleyball- og innebandytreninger.

6.5 KLATRING

Klatregruppa i Hof IL ønsker å ha et godt klatretilbud inne og ute for alle som vil prøve klatring. Inkludering og tilhørighet i et fellesskap hvor alle er velkomne.

6.6 LANGRENN

Langrennsgruppa i Hof består av en liten gruppe utøvere fra 3.klasse og oppover. Langrennstreningen starter med barmarks- og innetrening på høsten før skiføret kommer. Gruppa arrangerer løpskarusell på høsten og skikarusell på vinteren. Langrennsgruppa samarbeider med Ivrig og Botne om trening.

6.7 TURN

Turngruppa i Hof IL ønsker å skape et trivelig miljø hvor alle føler seg velkomne. Turngruppa arrangerer allidrett i samarbeid med de andre gruppene i Hof IL.



6.8 BARNE- OG UNGDOMSIDRETT

6.8.1 Barneidrett

Alle som har ansvar for barn eller er trenere for barn, skal kjenne til idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett. All aktivitet for barn skal legges opp slik at klubben følger intensjonene i retningslinjene og bestemmelsene. Det innebærer at

- aktiviteten skjer på barnas premisser
- barna har det trygt
- barna har venner og trives
- barna opplever mestring
- barna får påvirke egen aktivitet
- barna kan velge om og hvor mye de vil konkurrere

Les mer om [Idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett.](#)

6.8.2 Ungdomsidrett

Alle som er trenere for ungdom i klubben, skal kjenne til retningslinjene for ungdomsidrett. Klubben og trenerne skal sørge for

- at ungdom kan bli så gode som de selv vil
- å legge til rette både for dem som vil konkurrere, og dem som ikke ønsker å konkurrere
- at ungdom får være med på å bestemme over egen aktivitet
- at ungdom får bidra med det de kan
- at ungdom får utdanning eller kurs for å utvikle seg
- at treningsavgiften er overkommelig for ungdom

Les mer om [Retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges Idrettsforbund](#)

7 KLUBBENS ARRANGEMENTER

7.1 FASTE ÅRLIGE ARRANGEMENTER

Januar	Poenglangrenn i Bråtan lysløype
Februar	Poenglangrenn i Bråtan lysløype
Mars	
April	
Mai	
Juni	
Juli	
August	Hof toppers
September	- Idrettens dag - Hof løpet - Løpskarusell
Oktober	Løpskarusell
November	
Desember	

7.2 REISE I REGI KLUBBEN

På alle reiser i regi av Hof idrettslag (samlinger, cuper, turneringer, konkurranser osv.) skal det pekes ut en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Reiselederen kan være oppmann, trener eller en av foreldrene som har meldt seg frivillig til å være med på et stevne eller et annet arrangement. Det kan være en eller flere reiseledere, og det velges ut én hovedansvarlig blant dem. Alle skal være kjent med og følge instruksene. Alle barn under 10 år skal ha følge av foreldre eller annen foresatt dersom reisen innebærer overnatting, hvis ikke annet er avtalt.

Det må vanligvis innhentes politiattest for foreldre som er med en gruppe mindreårige på et utenlandsopphold eller trenings-/konkurransopphold i regi av laget.

8 ROLLER I LAGENE

8.1 UTØVER

Utøverne bør være kjent med

- hva Hof idrettslag står for (verdier, visjon og idrettslagets mål)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- dugnad
- klubbens retningslinjer og forventninger til utøverne

8.2 FORELDER/FORESATT

Foreldre skal være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- forsikringer
- politiattest
- dugnad
- klubbens retningslinjer og forventninger til foreldrene

Hof idrettslag ønsker aktive og engasjerte foreldre. Hof IL ønsker at du som forelder oppfordrer barna til idrettslig aktivitet og gi de råd og informasjon om valg av idrett. Barna bør selv få ta den endelige avgjørelsen om de ønsker å delta eller ikke. Hof IL ønsker at du som forelder er med på å gi barna gode holdninger. Støtt trener, oppmann og andre som på frivillig basis benytter sin tid til å tilrettelegge aktivitet for dine barn.

8.3 TRENER

Trenerne har ansvar for å sikre at medlemmene som deltar i klubbens aktiviteter, får et godt tilbud og ivaretas på en god måte. Som trener er man en representant for klubben. Trenerne skal derfor være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- politiattest
- kompetansetilbud for trenere
- klubbens retningslinjer og forventninger til trenerne
- hva klubben tilbyr sine trenere (honorar, utstyr, bekledning, kurs ...)

Trenerne er ansvarlige for oppfølging av sine respektive tildelte utøvere/grupper/lag. Trenerne

rapporterer til hovedtreneren / gruppas styre. I lagidretter samarbeider trenerne med laglederen om organiseringen av aktivitetene som laget deltar i.

8.3.1 Oppgaver

- Sette opp sportslige og sosiale mål for laget foran hver sesong i samsvar med gruppas sportslige plan
- Planlegge trening i samsvar med aktivitetsplan/terminliste og klubbens sportslige plan
- Lede treningene i samarbeid med eventuelt andre trenere/hjelpetrenere
- Møte i god tid til trening og konkurranser/kamp
- Ha dialog og samarbeid med foreldre
- Lede laget/gruppen/utøvere under kamper, turneringer eller løp
- Bidra i trenergruppen og møte i trenerforumet i regi av klubben
- Følge gjeldende regelverk
- Sette seg inn i barneidrettsbestemmelsene og retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges idrettsforbund
 - Sette seg inn i klubbens verdigrunnlag og retningslinjer for utøvere/spillere og trenere
 - Se til at både egen og utøvernes/lagets opptreden er i samsvar med klubbens verdier og retningslinjer
- Være oppdatert på informasjon fra styret
- Representere klubben på en god måte

Mal på [treneravtale](#) fra Norges Idrettsforbund. Informasjon om [trenerutdanning](#) fra Norges Idrettsforbund.

8.4 OPPMANN OG LAGLEDER

Laglederen er lagets/treningsgruppas administrative leder og har ansvaret for at alt praktisk fungerer rundt laget/treningsgruppa. Laglederen skal overlate alt det sportslige til treneren/trenerne som har ansvar for organisering av treninger, lagoppsett til kamper/stevner, gjennomføring av kamper osv.

Oppmenn/lagledere skal være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- klubbens aktivitetstilbud
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- politiattest
- klubbens retningslinjer og forventninger til foreldre
- hva tilbyr klubben sine oppmenn/lagledere (utstyr, bekledning, kurs ...)

8.4.1 Oppgaver

- Ajourføre og sende inn navnelister på spillere/utøvere og lag
- Gjøre seg kjent med klubbens sportslige plan



- Arrangere møter for foreldre og spillere/utøvere
- Gå igjennom fair play-regler, foreldrevettregler og sportslig plan med alle spillere og foresatte
- Møte på lagleder- og allmannamøter
- Gi informasjon til spillere/utøvere, trenere og foresatte
- Oppdatere lagets hjemmeside
- Ansvar for lagskasse
- Melde på til cuper, stevner og turneringer
- Innkalle til dugnader
- Arrangere hjemmekamper, ta imot gjestende lag og dommere, fylle ut kamprapport
- Administrere reiser til/fra kamper eller stevner
- Skaffe dommere
- Sikre at alle utøvere/spillere har lisens
- Ha korrekt utstyr/medisinbag sammen med treneren

8.5 DOMMER

Klubben er avhengig av dommere for å kunne delta i seriespill og ønsket konkurranseaktivitet. Dommerne har ansvar for å sikre en god gjennomføring av kamper/konkurranser.

Dommerne skal være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- krav til dommere på ulike nivåer
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- klubbens retningslinjer og forventninger til dommere
- hva klubben tilbyr sine dommere (utstyr, bekledning, kurs ...)



9 KLUBBDRIFT

9.1 KURS OG UTDANNING

Hver enkelt gruppe har egne muligheter for trenerutdanning innen egen idrett. Ta kontakt med gruppeleder i din idrettsgruppe om du ønsker informasjon om kurs og utdanning.

Tilbud om kurs og utdanning i regi av Vestfold idrettskrets vil også bli distribuert fra hovedstyret til gruppeledere.

Her finner du informasjon om Norges idrettsforbunds trenerutvikling, [«Trenerløypa»](#)

9.2 MEDLEMSHÅNDTERING

Hof idrettslag benytter KlubbAdmin, som er et elektronisk medlemssystem. Vi sender elektroniske betalingskrav til medlemmene, noe som gir enklere oversikt over utsendelser og rimeligere innkreving av kontingenter.

KlubbAdmin er gratis for idrettslag, og det er integrert med idrettens øvrige systemer. Via Min idrett kan medlemmene selv utføre innmelding/utmelding på en enkel måte. Link til innmelding finner du på hjemmesiden vår.

I KlubbAdmin registrerer vi hvilke grupper medlemmet er aktiv i. Det er gruppas ansvar å kreve inn treningsavgift i henhold til aktivitet og hva som er besluttet.

9.3 DUGNAD OG FRIVILLIG ARBEID

Hof idrettslag drives av frivillighet. Det vil si at foreldre og foresatte, søsken og andre stiller opp uten å motta lønn. Denne ubetalte innsatsen bidrar til at idrettslaget har gode aktivitetstilbud og blir et godt sted å være. Det er mange oppgaver som skal løses i idrettslaget, blant annet vaske drakter, rydding, parkeringsvakt under turneringer, kjøring til og fra kamper og kiosksalg. Dette frivillige arbeidet som kommer idrettslaget og medlemmene til gode, kalles «dugnad». Dugnadsarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Din innsats blir satt stor pris på!

Gruppene har også egne dugnader for å skaffe penger til drift av gruppa.

Her kan du lese Norges idrettsforbunds retningslinjer for [Dugnad i idrettslag](#).

9.4 POLITIATTESTER

Trenere, instruktører og lagledere som skal ha direkte kontakt med mindreårige eller mennesker med utviklingshemming, vil alltid være omfattet av ordningen.

Politiet utsteder attest til alle over 15 år.

Vi har samlet all informasjon om politiattestordningen i Hof idrettslag på vår hjemmeside. [Link til Politiattester ->](#)



9.5 TRENERATTEST

I tillegg til politiattest, har Idrettstinget i NIF vedtatt at Trenerattesten skal være obligatorisk for alle som skal være trener i norsk barne- og ungdomsidrett. Trenerattesten tar deg gjennom de viktigste oppgavene og forventningene som stilles til deg som trener. For å ta trenerattesten må du logge inn med min idrett.

Mer informasjon om [trenerattesten finner du her](#).

9.6 KLUBBENS ANTIDOPINGARBEID

Hof idrettslag og medlemmene er omfattet av idrettens bestemmelser om doping. Vi tar avstand fra all bruk av dopingmidler.

Les mer informasjon om [rent idrettslag](#) fra Antidoping Norge

9.7 KOMMUNIKASJON

Hof idrettslag kommuniserer med sine medlemmer på flere arenaer: På vår hjemmeside www.hof-il.no skal du finne all informasjonen du trenger. Alle våre syv idrettsgrupper har i tillegg sine egne hjemmesider.

Hof idrettslag benytter også facebook: <https://www.facebook.com/HofIL/>. Flere av våre grupper benytter også lukkede grupper på facebook for informasjon til gruppas medlemmer. Ta kontakt med trener eller leder for aktuell gruppe for å få tilgang.

Vi har ikke egen konto på Instagram, men ønsker at bilder som legges ut og som har en relasjon til oss merkes med #hofil. For vårt arrangement HofToppers kan Instagram-bilder merkes #hoftoppers.

Vår epostadresse: post@hof-il.no.

9.8 SIKKERHETSARBEID (HMS)

Hof idrettslag har ansvar for sikkerhet for medlemmer og andre som kommer i kontakt med Hof IL på arrangementer, på dugnader, under reiser og under organisert trening i vår regi.

Hof idrettslag har implementert EUs personvernregelverk (GDPR) i henhold til retningslinjer fra NIF. Databehandleravtaler skrives der hvor det er behov for at Hof IL deler personopplysninger med andre

10 ØKONOMI

Det er hovedstyret i Hof idrettslag som har det overordnede økonomiske ansvaret for idrettslagets økonomi. Det innebærer at hovedstyret har ansvar for at:

- Hof idrettslags midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte
- Hof idrettslag har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
- Hof idrettslag har en forsvarlig økonomistyring

Videre har hver enkelt idrettsgruppe ansvar for gruppas økonomi, og at denne forvaltes i henhold til vedtatt budsjett. Idrettsgruppa skal ha en tilfredsstillende organisering av regnskapsfunksjonen og en forsvarlig økonomistyring.

Styrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi:

- Styret skal sikre at det er en forsvarlig ansvarsdeling knyttet til regnskap og økonomistyring. Det skal utarbeides en fullmakts matrise og en tydelig rolleavklaring.
- Styret skal utarbeide et realistisk budsjett.
- Styret skal sikre at regnskapet føres fortløpende.
- Styret skal sikre at klubben har en egen bankkonto.
- Styret skal påse at det kreves to signaturer i banken.
- Styret skal påse at klubben har tegnet underslagsforsikring.
- Styret skal påse at klubben har valgt revisor eller engasjert revisor og kontrollkomité.

10.1 FORSIKRINGER

10.1.1 Utøvere

Alle barn, til den dato de fyller 13 år, som er medlem av idrettslag tilsluttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) er forsikret gjennom Gjensidige barneidrettsforsikring. Hof IL er tilsluttet Norges Idrettsforbund. Mer informasjon om medlemskap i Hof IL finnes [her](#). For forsikringsavtalen gjelder vilkår for Idrettsforsikring og de generelle vilkår. Forsikringspremien betales av NIF. Oversikt over kriterier og vilkår [finner du her](#).

For barn fra 13 år og eldre som er medlem og aktiv utøver i en idrett gjelder følgende: fra den dagen barnet fyller 13 år og eldre må det løses lisens, som inneholder en forsikringsdel, for den idretten vedkommende deltar i. Her gjelder ulike ordninger i de enkelte gruppene. For mer informasjon om hvilke ordninger som gjelder, ta kontakt med gruppeleder for den aktuelle idretten. Kontaktinfo til gruppelederne finner man på [Hof ILs hjemmeside](#).

Man er selv ansvarlig for å sette seg inn i hvilke forsikringsordninger som gjelder før man deltar på aktivitet i regi av Hof Idrettslag.

10.1.2 Andre forsikringer

Hof idrettslag har følgende forsikringer gjennom Gjensidige forsikring:

Forsikring	Beskrivelse	Dekning
Uregistrert traktor og arb.maskin	Andre inntil 4 tonn, UREG	Ansvar Kasko Ulykke
Eiendeler	Hof Idrettshall 1, 3090 Hof	Eiendeler Naturskade Ran av penger og verdipapirer
Eiendeler	Lindsetveien 1, 3090 Hof	Eiendeler Naturskade
Eiendeler	Lindsetveien 9, 3090 Hof	Eiendeler Pluss Naturskade
Personal - med antallsoppgave	Alle ansatte	Lovbestemt yrkesskade Utvidet yrkesskade Lovbestemt yrkessykdom
Kriminalitet	Idrettslag	Formuestap påført sikrede
Dugnad, Organisasjoner, Korps/klubb	Medlemmer	Ulykke invaliditet Ulykke død
Næringsbygg	Lindsetveien 1, 3090 Hof	Næringsbygg Pluss Naturskade Huseieransvar
Næringsbygg	Lindsetveien 9, 3090 Hof	Næringsbygg Pluss Naturskade Huseieransvar
Ansvarsforsikring	Idrettslag	Bedriftsansvar Produktansvar
Traktor	Antonio Carraro SUPERPARK HST, KR 9807	Ansvar Kasko Trafikkforsikringsavgift til staten Ulykke
Snøscooter	BOMBARDIER SKI-DOO ALPINE, JR 9622	Ansvar Brann Tyveri Ulykke Trafikkforsikringsavgift til staten
Snøscooter	BOMBARDIER SKI-DOO ALPINE, KV 9420	Ansvar Brann Tyveri Ulykke Trafikkforsikringsavgift til staten
Snøscooter	Lynx 69 RANGER STD 900 ACE, NB 4533	Kasko Ansvar Ulykke Trafikkforsikringsavgift til staten
Ansvar for styre	Idrettslag	Styreansvar for lag og klubb
Spesifisert mobilt utstyr	Tidtakeranlegg	Spesifisert mobilt utstyr Pluss Naturskade
Rettskjøpsforsikring	Idrettslag	Rettskjøp
Idrettsutøver - Individuell	Utøvere	Ulykke invaliditet



11 ANLEGG OG UTSTYR

Hof idrettslag benytter følgende anlegg til sine aktiviteter:

- Hofhallen - Eies av Holmestrand kommune. Hof Idrettslag leier Hofhallen alle hverdager i skoleåret.
- Hof kunstgress - Eies av Holmestrand kommune. Hof Idrettslag leier banen alle hverdager. Idrettslaget drifter vedlikehold av banen.
- Sundbyfoss skiløype - Eies og driftes av Hof Idrettslag.
- Bråtan skiløype (ved Hof Skole) – Driftes av Hof Idrettslag
- Skolebakken hoppbakke - Eies og driftes av Hof Idrettslag.
- Klubbhus (ved kunstgressbanen) – Eies og driftes av Hof Idrettslag
- Pumptrackbanen/sykkelløype – Driftes av Hof Idrettslag



12 UTMERKELSER OG ÆRESBEVISNINGER

12.1 Grethe og Johan Lysakers innsatspokal.

Pokalen er en vandrepokal og har «vandret rundt» blant ildsjeler, utøvere, tillitsvalgte, trenere og lag siden 1984. Mottaker er en som gjennom det foregående år har gjort en ekstra innsats for idrettslaget eller prestert spesielt godt i sin idrett.

Det er hovedstyret som velger kandidat etter nominasjon fra gruppene. Pokalen deles ut på årsmøtet.

12.2 KNUT J. JOHNSENS IDRETTSPRIS.

- Prisen tildeles enkeltmedlem / aktiv utøver i Hof IL, alder 13 til 25 år
- Vedkommende må ha utmerket seg på en positiv måte, er en inspirator for andre. Er med og skaper et godt miljø i sin idrett, som igjen har gitt gode resultater for gruppa som prismottaker tilhører.
- Vedkommendes resultater innen sin idrett er ikke avgjørende for tildeling av prisen.
- Hovedstyret velger kandidat etter forslag fra gruppene.
- Prisen er på kr 5000 og kan tildeles årlig forutsatt at hovedstyret finner en verdig kandidat.
- Prisen utdeles på Idrettens dag, første gang i 2014



13 ENDRINGSLOGG

2026:

Oppdatert organisasjonskart

Oppdatert treningsavgifter

2025:

Innebandygruppa erstattes av voksenidrettsgruppa.

4. organisasjonskart tillagt

4.1 rollen som barneidrettsansvarlig er tildelt nestleder

5.2 oppdaterte treningsavgifter

10.1 spesifisert om forsikringer

12 lagt til klubbhus og pumptrackbanen/sykkelløype

Nye kapitler/avsnitt:

- 4.3.6 Barneidrettsansvarlig

Fjernede avsnitt

- 6.8.3 Funksjonshemmede
 - Turngruppa hadde et eget tilbud for funksjonshemmede frem til 2020. Grunnet at idrettslaget ikke lenger har dette, forsvinner kapittelet fra Klubbhåndboken.

2024:

Endret filformat til PDF.

Ryddet i struktur.

Nye avsnitt:

- 4.3.2 Kontrollutvalg



14 REVISJONER

Klubbhåndboka skal revideres etter årsmøtet hvert år.