



Utøverkontrakt Bryteakademiet i Fredrikstad

Det er herved inngått kontrakt mellom _____.

Heretter kalt «utøver» og Fredrikstad BK Atlas.

Adresse utøver: _____.

E-mail: _____. Mobil: _____.

For hospitanter: Utøver er medlem i _____, heretter referert til som «hjemmeklubb».

Kontrakten gjeldende for tidsperioden 15.08.20-15.02.2021. Ved umyndig utøver signeres kontrakten også av en foresatt.

Bakgrunn for kontrakten

I 2020 opprettet Fredrikstad BK Atlas *Bryteakademiet i Fredrikstad*. Etter modell fra vår samarbeidsklubb Sigakkan University i Japan skal Bryteakademiet utdanne mennesker med gode holdninger og sunn livsførsel i et høykompetent idrettsmiljø. Vi skal ha fokus på utøveren også utenfor treningslokalet, enten det gjelder skadeoppfølging eller –forebygging, bosituasjon eller skole-/jobbsituasjon. Fredrikstad Bryteklubb Atlas, Wang Toppidrett Fredrikstad, Høgskolen i Østfold og Olympiatoppen Øst er alle lokalisert i Fredrikstad, og vi samarbeider tett. Til sammen utgjør dette et høykompetent idrettsmiljø med nærhet til gode utdanningsinstitusjoner. Dette gir en unik mulighet til å kombinere idrett på høyeste nivå med skole eller jobb i Fredrikstad.

Bryteakademiet består av alle aktive utøvere fra Atlas og hospitanter fra andre klubber som er 16 år (fra høsten man starter på videregående skole) eller eldre. I tillegg til å gi en tettere oppfølging av alle utøvere i denne aldersgruppen med et sterkt fokus på å se helhetssituasjonen rundt utøverne, er intensjonen at Bryteakademiet også skal skape en sammensveiset gruppe hvor utøvere fra Atlas og hospitanter fra andre klubber føler en likeverdig tilhørighet.

Denne kontrakten søker å bevisstgjøre utøverne rundt sine målsetninger, hva som kreves av de, hva de kan forvente av Atlas og hva de kan forvente av hverandre. I tillegg vil vi gjennom

kontrakten søke å få et tettere samarbeid mellom hospitantenes hjemmeklubber, og med utøvernes foreldre dersom utøveren er under 18 år.

Kontraktens punkter

1. Utøveren skal respektere hverandres ulikheter, på trening er vi alle brytere. Man skal ha godt humør og gi positiv energi inn i treningsgruppen ved å ha positive holdninger og kroppsspråk. Negative uttalelser om andre i treningsgruppen tolereres ikke.
2. Utøveren plikter å respektere trenerteamets treningsplan for treningene, møte på alle planlagte treninger og fullføre treningene når det er mulig. Dersom man er forhindret fra å trene gis umiddelbart beskjed muntlig eller via mail/SMS til en i trenerteamet, dvs Gheorghe Costin (e-post: costinbryting@gmail.com eller mobil: 979 79 042) eller Gudrun Høie (e-post: gudrunah@gmail.com eller mobil: 976 52 459). Alle må fullføre treningen og ikke gå før treningen er ferdig, såfremt annet ikke er kommunisert til treneren før treningsstart og/eller det er gitt tillatelse fra trener. Man plikter å være klar til trening i tide. Utøveren har påvirkning på treningsplanen gjennom samtaler mellom trener og utøver, se punkt 11.
3. Utøveren plikter å holde god personlig hygiene, alltid dusje etter trening, alltid starte trening med rent treningstøy, behandle treningslokalet med respekt og all treningsutstyr skal ryddes og holdes rene etter bruk. Utøveren hjelper til med renhold om en får oppgaver av trener.
4. Utøveren plikter å overholde reglene til antidoping Norge og WADA som er det internasjonale antidopingbyrået. Utøveren skal fremme en god holdning gjeldene antidoping-arbeide og spre gode holdninger til yngre utøvere angående anti-doping i idretten. Alle skal ta nettkurset "Ren utøver" ved oppstart i Bryteakademiet, deretter hvert annet år, se <https://www.antidoping.no/forebygging/ren-utøver>. Kopi av kvittering på kurset sendes Gudrun Høie på e-post gudrunah@gmail.com.
5. Utøver plikter til enhver tid å ha gyldig lisens. Merk spesielt at med lisens følger utøvers lisensforsikring, som er viktig ved skade. Ved skade skal utøver påse at skaden meldes umiddelbart til idrettens skadetelefon, se <https://www.idrettshelse.no/>.
6. Utøver plikter å informere Fredrikstad BK Atlas skriftlig om sine personlige sponsorer. Utøver som er medlem i Fredrikstad BK Atlas plikter alltid å informere Atlas skriftlig før personlig sponsorkontrakt inngås. Atlas skal godkjenne avtalen. Som hovedregel bør personlige avtaler ikke være bindende mer enn ett år. Dette er fordi personlige avtaler kan komme i konflikt med klubbens avtaler, f. eks. når det gjelder markedseksklusivitet.
7. Mitt ønske med å være hospitant/utøver i Bryteakademiet i Fredrikstad

8. Sportslig mål med å være hospitant/utøver i Bryteakademiet i Fredrikstad

9. Kostnad for hospitanter hos Atlas er 4000 kr per halvår. For elever ved Wang Toppidrett er det rabatt og kostnaden er 2500 kr per halvår. Atlas sine utøvere betaler vanlig Atlas treningsavgift og medlemskontingent.
10. Fredrikstad BK Atlas plikter å gi utøver tilgang til de oppsatte treningene for Fredrikstad BK Atlas. Per august 2020 er dette tre treningsøkter i uken på morgenen i samarbeid med Wang Toppidrett og fem treningsøkter kveld, til sammen åtte treningsøkter per uke.
11. Fredrikstad BK Atlas plikter å organisere en personlig samtale mellom trener og utøver hvert kvartal, samt sesongplanlegging i samråd med hjemmeklubb og eventuelt landslagstrener. Informasjon om Atlas sitt medisinske team, skadeforebygging og tilbud ved Idrettens Helsesenter (<https://www.idrettshelse.no/>) er en naturlig del av samtalen.
12. Fredrikstad BK Atlas plikter at trenerteamet sender skriftlig rapport hvert kvartal til hjemmeklubb (trener og leder) samt utøver/forelder (om utøver ikke er myndig). Rapporten skal inneholde antall treninger og oppmøteprosent per måned i tillegg til kort vurdering av treningsinnsats og eventuelt fremgang. Trener i egen klubb:
- _____.
- Kontakt: e-post _____ mobil _____.
13. Utøver plikter å delta i eventuelle markedsføringsaktiviteter gjeldende Bryteakademiet i Fredrikstad.
14. Tvister: En eventuell tvist med bakgrunn i denne kontrakten skal partene forsøke å løse gjennom samtaler. Over samtalene føres protokoll som undertegnes av begge parter.

Dato _____

Signatur utøver _____

Signatur forelder (om umyndig utøver) _____

Sportslig ansvarlig Fredrikstad BK Atlas, Gudrun Høie _____

Hovedtrener, Gheorghe Costin _____

Leder, Klas Pettersen _____

Kopi av kontrakten går til utøver (og forelder dersom utøver ikke er myndig), leder av Bryteakademiet Klas Pettersen, trenerteamet Gheorghe Costin og Gudrun Høie, utøverens trener og klubbleder.