

BK Tromsø

Velkommen til ny sesong
Informasjonsskriv 2020-21



Velkommen til ny volleyballsesong, og for dere som er ny i klubben enten det er spillere eller foreldre: Velkommen til BK Tromsø og volleyballsporten. Vi ønsker å gi litt informasjon til både spillere og foreldre om både oss som klubb, hva som kan forventes av oss og hva som forventes av både spillere og trenere. For informasjon om det dere ikke finner svar på her, så kan enten undertegnede kontaktes, evt. lagleder eller trener på respektive lag.

Litt om BK Tromsø

BK Tromsø er et idrettslag som har som formål å drive med volleyball, både aldersbestemt og på seniornivå. Klubben har lag på alle nivåer fra og med 9-årsalder til og med elitelag både på dame og herresiden. For sesongen 2020-21 har klubben følgende lag:

	Gutter	Jenter
Eliteserien	X	X
1. divisjon	X	X
2. divisjon	X	X
U17	X	X
U15	X	X
U13/mini	X	
U11/mini	X	X

For U13 og U11 så kan det være miks-lag.

Klubben har et styre som består av følgende personer:

Leder:	Edgar Broks
Nestleder:	Lars Andre Hansen
Økonomiansvarlig:	Andre Jensen
Leder yngres avdeling:	Stig T. Johnsen
Leder sportslig utvalg:	Ketil Zachariassen
Sekretær:	Heidi
Arrangementsansvarlig:	Mette-Kristian Alstad Østvik



Vårt mål og hva dere kan forvente av oss i BKT

Vi har som mål å ha et aktivitetstilbud for barn og unge i Tromsø som ønsker å drive med ballidrett. Vi legger stor vekt på å skape et inkluderende og sosialt miljø i klubben preget av vennskap og godt miljø. Volleyball er en fantastisk idrett, som er teknisk krevende men passer for de fleste mennesker. Vi har som mål å skape en arena for utvikling og idretts glede og fra oss kan dere forvente et godt treningsmiljø for alle, der både sportslig og menneskelig utvikling står i fokus.

BKT er underlagt Norges Volleyballforbund og Norges Idrettsforbund, og vi følger alle retningslinjer for barneidrett. Mer om dette kan dere lese her:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/>

Våre trenere har så langt som mulig gjennomført trenerutdanning i regi av NVBF, og vi forsøker så langt vi klarer å ha høyt kompetansenivå i trenerkorpset vårt. Hovedtrener for hvert enkelt lag, i alle fall på U15/U17-nivå bør/skal ha formell trenerkompetanse og gjennomført nødvendig opplæring og trening. Vi vektlegger at hver enkelt skal få trening som er tilrettelagt for sitt nivå. Det vil være store forskjeller mellom hver enkelt spiller i forhold til både tekniske, fysiske og mer kognitive forutsetninger. Ingen skal spille i BKT uten å kjenne på god mestringsfølelse og glede over å delta på trening.

Klubben har også som mål og ambisjon at vi skal delta på nasjonale mesterskap om vi kvalifiserer oss til det. I slike mesterskap er det begrenset med antall spillere som kan delta, og det har nødvendigvis et litt høyere sportslig fokus. Det er utarbeidet egne retningslinjer for hvordan evt. lag til slike mesterskap skal settes sammen på tvers av ulike lag, og hvilke kriterier som skal legges til grunn. Dette er kommunisert til lagleder/trener.

Medlemsskap, treningsavgift og lisenser

For å delta i organiserte aktiviteter i regi av BKT så må man være medlem i klubben, betale treningsavgift og for deltakelse i turneringer betale lisens til Norges Volleyballforbund. For sesongen 2020/21 gjelder følgende satser:

Type kostnad	Kostnad	Merknad
Medlemskontingent	200,- p.p./pr. sesong	Betales ved innmelding eller ved sesongstart
Treningsavgift	2200,- p.p./pr sesong	Betales i halvårsterminer
Lisens (gjelder kun for deltakelse i turneringer fra og med U15 og oppover)	800,- p.p./pr sesong	Betales ved sesongstart. Inkluderer nødvendig forsikring for spilleren.



Innmeldelse i klubben og betaling av kontingent skjer via <https://minidrett.nif.no/>.

Økonomi for øvrig

Kontingenter og avgifter dekker ikke for kostnader til reiser i forbindelse med deltakelse i turneringer osv. Dette må spillerne/lagene organisere selv. Klubben dekker deler av transportkostnadene, påmeldingsavgift og deler av overnattingkostnadene. Det må derfor påregnes egenandel for deltakelse på turneringer og reiser. Det er derfor opp til hvert enkelt lag å sette egenandel for deltakelse på reiser og turneringer, og om man ønsker lavere egenandel så kan lagene selv samle inn penger gjennom aktiviteter eller skaffe sponsorer. Dersom lagene skal ha egne sponsorer utover klubbens sponsorer, så finnes det egne retningslinjer for dette, de har laglederne fått. Dersom lagene ikke velger å samle inn penger selv, så vil en typisk egenandel for deltakelse på turneringer på steder vi kan kjøre buss ligge på mellom 800,- og 1000,- kroner (inkludert reise, opphold og middag), mens for reiser som innebærer flytransport så vil disse kostnadene bli høyere.

Treninger

Klubben har ansvaret for å planlegge og gjennomføre treninger i hht. plan for sesongen. Normalt sett så trener vi etter følgende oppsett:

Nivå/alder	Antall treninger i uka	Antall timer pr. trening
Mini/U11	1	1,5
Mini/U13	1-2	1,5
U15	3	1,5-2
U17	3-4	2-2,5

Treninger på Mini vil normalt sett foregå i gymsaler på skoler, mens vi så langt som mulig tilstreber at trening for U15/U17 skal gjennomføres i idrettshall. Treningstider på lagnivå for sesongen er fastsatt og fordelt.

Det er selvsagt frivillig at man deltar på treninger, og hver enkelt må tilpasse sin treningsaktivitet i forhold til sine ønsker om deltakelse. Det som er viktig er at evt. individuelle tilpasninger skjer i samarbeid med trener, slik at dette er forutsigbart. Vi ønsker ikke at man «kommer og går som det passer», men at man føler en viss forpliktelse til deltakelse når man er med i et idrettslag.

Utstyr

Volleyball er en idrett som i utgangspunktet som har relativt lavt utstyrsbehov. Det vi anbefaler at alle har er:

- Gode innesko (NB! Ikke svart såle)
- Normalt treningstøy
- Knebeskyttere kan være en fordel
- For deltakelse på klubbens arrangementer og turneringer så anbefaler vi (ikke et pålegg) at spillerne stiller med utstyr i tråd med klubbens farger.
- For deltakelse på turer så er det i tillegg behov for liggeunderlag/luftmadrass og sovepose utover treningsklær.
- Klubben stiller med spillerdrakt til hver enkelt spiller
- Klubbutstyr og treningsutstyr kan kjøpes i BKT sin klubbshop: <https://www.sport-x.no/produktkategori/klubbshop/bk-tromso-klubbshop/>

Hva forventer vi av spilleren?

Det å delta i frivillige aktiviteter skal være lystbetont og forbundet med glede for det enkelte barn/ungdom. Hver enkelt må derfor finne sitt eget nivå på treningsdeltakelse og turneringsdeltakelse. Det vi forventer er:

- Man gir beskjed til trener i god tid i forveien om man ikke kan komme på trening
- Har respekt for lagkameratene og trener, og innordner seg lagets og klubbens retningslinjer og rutiner både i trening og turneringer.
- Stiller på oppgaver som blir tildelt laget i forbindelse med arrangementer som klubben har (eksempelvis balltrillere på elitekamper)
- Har motivasjon til deltakelse innenfor egne individuelle forutsetninger

Hva forventer vi av dere som foreldre?

BK Tromsø er drevet som et frivillig idrettslag, med marginalt med offentlig støtte. Vi er derfor helt avhengige av at foreldre stiller opp på forskjellige aktiviteter som kan gi inntekter til klubben, og dermed også skape fundamentet for et godt tilbud til alle barn og unge. Konkret så innebærer dette:

- Deltakelse på dugnader som klubben eller laget setter opp. Det vil bli utarbeidet lister i forbindelse med dugnader
- Stille opp på gjennomføring av arrangementer som klubben har ansvaret for. Det kan være i forbindelse med kamp eller turneringer. Typiske oppgaver kan være baking, kafedrift, ryddehjelp osv.
- Stille opp på foreldremøter og andre møter som klubben innkaller til.
- Stille opp og bidra i evt. dugnader som laget spilleren tilhører bestemmer seg for å

Korona

VI i BKT er selvsagt veldig oppmerksom på situasjonen rundt Korona-pandemien i samfunnet. I klubben forholder vi oss strengt til retningslinjer for trening og arrangementer som utarbeides av Norges Volleyballforbund, som igjen har nær kontakt med Norges Idrettsforbund og myndighetene. Både lagledere og trenere får jevnlig oppdateringer fra styret i klubben i forhold til hvilke retningslinjer som gjelder. Det er særdeles viktig at alle både spillere og foreldre kjenner seg trygg på at alle smittevernshensyn blir ivaretatt. Vi har erfart at endringer kommer raskt, og dette vil bli kommunisert i hvert enkelt lag. For å lykkes med dette er det viktig at foreldre og spillere fokuserer på de grunnleggende forhold som:

- Ikke møt på trening om man har symptomer på sykdom
- God håndhygiene før, under og etter trening. Trenerne har utstyr for desinfeksjon av utstyr, men håndsprit medbringes av hver enkelt som personlig utstyr.

Om det fortsatt er noe dere lurer på i forbindelse med BKT så ikke nøl med å ta kontakt med enten lagleder, trener eller undertegnede. Noe lenker til nettsteder som har nyttig informasjon:

BKT på Facebook: <https://www.facebook.com/bktromso/>

Hjemmeside: Ny under utarbeidelse

Norges Volleyballforbund: <https://volleyball.no/>

Min Idrett: <https://minidrett.nif.no/>

Ønsker nok en gang velkommen til BK Tromsø og ny volleyballsesong. Lykke til med sesongen og forhåpentligvis mange fine opplevelser for store og små.

BK Tromsø – yngres

Stig T. Johnsen, leder

Tlf. 91 30 64 11

E-post: sto-john@online.no

