



RETNINGSLINJER FOR REISE OG OVERNATTING I KRETSREGI

GENERELT

KRETSTURER

Østfold Orienteringskrets har i dag 18 medlemsklubber, i varierende størrelse og med et godt barne-, ungdoms og juniormiljø. Kretsen, ved kretssekretær, har ansvar for planlegging, koordinering og organisering av samlinger i regi av kretsen.

Faste hovedsamlinger er som regel: Hallandspremieren i mars, Unionsmatchen i mai/juni, og Hovedløpet & O-landsleiren i august. I tillegg bistår Kretsen, ved kretssekretær, klubbene med organisering og koordinering av samlinger i krets gjennom vinterhalvåret. I dette skrivet vil du få mer informasjon om de ulike turene, og om hva vi forventer av deg som utøver, leder og foresatt.

ØKONOMI

Som utgangspunkt er det klubb eller løperens eget ansvar å melde seg på konkurranser i Eventor, og her knyttes kostnadene opp mot egen klubb. For Unionsmatchen er det kretsen som står for påmelding, og fakturerer klubbene i etterkant. Kretsen er i alle situasjoner kun et mellomledd når det kommer til turer og kostnader knyttet til de ulike turene.

Kretssekretæren bestiller transport og betaler overnatting etc., og fakturerer hver enkelt klubb i ettertid for sine deltagere som var med på turen. Det er videre de interne avtalene i klubbene lokalt som avgjør hvor stor andel av egenandelen hver utøver må betale.

Kretsen dekker kostnader for Ledere på tur. Vi har vedtatt på Kretsting at alle klubber stiller med 1 leder per 10. deltagere de stiller. Mindre klubber med få deltagere kan velge og samarbeide om leder, dette avtales klubbene imellom, og meldes inn til kretssekretæren. Kretssekretær vil komme

med et forslag til rulleringsplan for hvilke klubber som er ansvarlige for å stille med hovedleder på de ulike turene gjennom året. Denne sendes ut til barne- og ungdomsansvarlige i klubbene i forkant av hver sesong.

For å få dekt lederutgifter må oppsatt leder følge kretsen sitt reiseopplegg, og være med på buss. Alle utlegg må sendes kretssekretær pr. mail ostfold.okrets@gmail.com innen 30 dager etter avsluttet aktivitet.

Det er utøver/foresattes ansvar å overholde oppsatte påmeldingsfrister for felles samlinger eller kretsturer. Kretsen kan ikke garantere plass på buss eller overnatting i etterkant av påmeldingsfristen, og det er den enkelte utøver som må bære de eventuelle merkostnadene ved etteranmelding.

SYKDOM, ALLERGIER OG ANDRE UTFORDRINGER

Hver enkelt utøver og foresatt er ansvarlig for å videreformidle til kretssekretæren om det er hensyn som må tas under turen. Enten det er matallergier, medisiner utøvere trenger hjelp til å huske å ta, eller andre hensyn. Ved påmelding til aktiviteten er det viktig at slike opplysninger gis.

FORSIKRING

Dersom deltakeren blir forhindret fra å delta på aktiviteten etter at påmeldingsfristen er utløpt, vil klubben faktureres fullt ut for de kostander som ikke kan refunderes. Det er viktig at alle deltakere har en god reiseforsikring som dekker forfall, skader eller lignende på tur/reise.

NOF tilbyr en skadeforsikring som anbefales for alle deltakere: <http://www.orientering.no/nyheter/onsker-du-skadeforsikring-for-2024-sesongen/> (Merk: Dette er en skadeforsikring og ikke en reiseforsikring)

HVILKE TURER REISER VI PÅ?

HALLANDSPREMIEREN / VINTERSAMLING

Årets første tur, og starten på orienteringssesongen for mange, har pleid og gå til Halmstad og Hallandspremieren i første halvdel av mars. Vi reiser med felles buss fredag og kommer hjem søndag kveld. Her deltar vi på nattløp fredag, mellomdistanse lørdag og langdistanse på søndag. Turen er et tilbud til kretsens ungdommer i alderen 13-20 år, men er også åpen for yngre seniorer som ønsker å delta.

UNIONSMATCHEN

Unionsmatchen er en vennskapelig duell mellom fire norske fylker og fire svenske distrikter. De som deltar er Halland-Skåne, Göteborg, Bohuslän-Dal, Västergötland fra Sverige og Buskerud, Østfold, Akershus og Oslo og Mjøs-O fra Norge.

Dette er en konkurranse for ungdom i alderen 13-16 år, og det konkurreres i klassene D/H 13-14 og D/H 15-16. Avreise skjer på fredag, og hjemreise søndag. Helgen består av en treningsøkt, et individuelt løp og en stafett. Det gjennomføres rangeringsløp i forkant av avreise, som legger grunnlag for uttak til stafetten.

Mer informasjon finner du her: <http://www.unionsmatchen.com>

CAMP STOKKE

Camp Stokke ble for første gang arrangert i 2012, av Stokke IL Orientering. Campen arrangeres samtidig med Midtsommerløpene. Samlingen er rettet mot ungdom i alderen 13-16 år, og det er lagt opp til to treningsøker og to løp. Samt foredrag og kompetanseutvikling fredag og lørdag.

HL & OLL

Hovedløpet & O-landsleiren arrangeres i sommerferien, typisk første uken av august, hvert år for ungdommer i alderen 13-16 år. Hovedløp & O-Landsleiren er et høydepunkt for mange O-løpere. Der samles ungdom fra hele landet til konkurranser og moro. Oftest foregår hovedløpet fra fredag til onsdag. Første helg er selve «Hovedløpene» og inkluderer fortrening, Hovedløp lang og Hovedløp sprint. Etter at konkurransene er gjennomført starter selve O-Landsleiren. Den består ofte i en aktivitetsdag, en treningsdag og en kretsstafett. I kretsstafetten oppfordres en til å stille med kreative antrekk så her er det mye moro på startsstreken.

OVERNATTING I UNGDOMSSERIEN

Det har vært en tradisjon å arrangere en «etterfinale» for Ungdomsserien. Dette er ofte en overnatting etter siste løp i Ungdomsserien, med felles busstransport til KM-Langdistanse dagen etter. Det kan variere litt fra år til år når denne overnattingen legges, men det forsøkes å få til en slik overnatting pr. sesong.

HVA FORVENTES AV VÅRE UTØVERE?

FELLESKAP

Når vi reiser på kretsturer, er det viktig å huske på at vi alle løper for samme krets, og at vi alle derfor har et ansvar for å inkludere alle som er med på turen, slik at alle har det gøy. Vi heier på hverandre og vi venter til alle fra kretsen er i mål før vi forlater arena. Vi støtter hverandre, og vi lærer av hverandre.

RETNINGSLINJER

Vi snakker opp hverandre på tur, og vi oppfører oss ordentlig mot hverandre. Oppførsel på sosiale medier gjelder som oppførsel generelt. Inkluder alle som ønsker å være med.

Vi respektere og oppfører oss også overfor utøvere og ledere fra andre kretser eller klubber.

Vi respekterer ledere som er med på tur

Alle deltakere må rette seg etter de retningslinjene og tidspunktene som blir gitt av ledere når det gjelder avreisetidspunkter, måltider, sosiale aktiviteter, og leggetider.

Alle skal sørge for å ha tillatelse fra leder før de forlater området kretsen oppholder seg på, for eksempel er det ikke lov å forlate skolen vi bor på uten tillatelse, eller å forlate arena før dette er avklart med lederne.

All bruk eller besittelse av alkohol eller rusmidler er strengt forbudt

Alvorlig brudd på retningslinjene medfører hjemsendelse på foresattes regning. Utøvere som nyter alkohol eller andre rusmidler vil bli sendt hjem på foresattes regning uten unntak.

Det er deltakernes ansvar å ha med seg klær og utstyr tilpasset vær og forhold.

-

HVA FORVENTES AV VÅRE LEDERE?

På alle turer/samlinger i kretsregi har vi med flere ledere. Regelen er som utgangspunkt «en leder per 10 ungdom klubben stiller», men her er det rom for samarbeid klubbene imellom for å dekke opp med ledere. Det viktigste er at det er voksne med på turen som ungdommene kjenner godt til, og at begge kjønn er representert blant lederne.

På hver tur har vi med en hovedleder og flere ledere.

Det er viktig å huske på at alle er ansvarlige for at turen skal bli bra, og at vi hjelper hverandre. På tur i kretsregi forsøker vi å være klubbneutrale når vi representerer kretsen på tur.

HOVEDLEDER

Hovedleder er primærkontakt for kretssekretær i forkant og underveis i samlingen/turen.

Videre er hovedleder oppført som kontaktperson for arrangør/arrangement, og representerer kretsen ved lagledermøter, o.l.

Hovedleder er ansvarlig for å kontakte kretssekretær ved;

- a) Ulykke med personskade
- b) Økonomisk utroskap eller tyveri
- c) Hærverk og andre skader
- d) Mobbesaker

Ved alvorlige saker under reise/samling skal kretsen varsles umiddelbart. Eksempler er:

- a) Brudd på regler om alkohol og rus
- b) Voldsepisoder
- c) Seksuell trakasering eller overgrep

Under samlingen/turen er det hovedleder sitt ansvar å påse at det til enhver tid er ledere tilgjengelig for utøverne.

Kontaktdata (tlf. og mail) skal være lett tilgjengelig for alle utøvere og foresatte.

Ansvarlig for opptelling av alle deltakere ved forflytting f.eks. forlate arena, reise med buss, o.l.

LEDER

Ledere er felles ansvarlig for å bistå og hjelpe hovedleder under og i forkant av samling/tur. Ved flere ledere blir disse enig seg imellom om fordeling av oppgaver.

Som leder på tur er man en viktig rollemodell for utøverne og har med det et ansvar for å opptre deretter.

All bruk av rusmidler og alkohol er strengt forbudt.

En voksen leder skal ikke overnatte med en enkeltutøver på eget rom som grupperom, hotellrom e.l. med mindre det er foresatte til utøveren, uansett kjønn og alder.

Det skal minst være en leder av samme kjønn som deltakende utøvere

Ledere har ansvar for å gi tydelige beskjeder til deltakerne når det gjelder oppmøtetidspunkter, innetider og leggetid.

HVA FORVENTES AV FORESATTE

Foreldre/foresatte må informere kretssekretær eller hovedleder i forkant av turen om det er spesielle hensyn som må tas mot en utøver/deltaker m.h.t mat, allergi, medisiner, sosiale relasjoner eller eventuelle andre hensyn.

Foresatte til utøvere som har behov for ekstra oppfølging, eller har større behov som må tilrettelegges for, slik at samlingen/turen skal bli en positiv opplevelse for vedkommende og resten av deltakerne, bes å informere kretssekretær i anledning påmelding, slik at vi kan legge en plan for tilrettelegging. Kretsen oppfordrer sterkt til at foresatte er tett på deltakelsen, slik at de eventuelt kan bistå ved behov.

På samling eller tur er det lederne som er ansvarlig for utøverne/deltakerne. Foresatte bes om å respektere lederne, og ikke bryte inn i aktivitetene uten først å ha avklart dette med ansvarlige ledere.

Foresatte er hjertelig velkommen til å delta på konkurranser, som deltakere eller publikum. Ved samlinger/turer hvor det er tilbud fra kretsen om felles overnatting på skole, leirsted eller lignende, oppfordrer vi at utøverne bor sammen med resten av kretsen, selv om det finnes andre alternativer med foresatte/familie. Felles overnatting er sosialt og skaper tilhørighet, og legger til rette for gode opplevelser i felleskap.

Vi ønsker ikke at foresatte tar ut utøvere for å delta på private arrangement under oppholder, med mindre dette er avtalt spesielt med ledere.

Foresatte som ikke er med i kretsens påmeldte reisegruppe, som enten leder eller bistandsperson, skal ikke sove over i klasserom eller på leirskole med utøverne, selv om det er plass til dette. Dette er blant annet for brannsikkerheten hensyn hos arrangør

Det er foresattes ansvar å bistå utøverne med fornuftig pakking, slik at utøverne har med seg nødvendig utstyr og tøy for all slags vær.

Det er foresattes ansvar å sørge for at utøveren har gyldig reiseforsikring som dekker sykdom, tap av eiendeler o.l.

Foresatte skal gjøre seg kjent med informasjonsskriv gitt i forkant av samlinger/turer, og sørge for nødvendige påmeldinger til konkurranser eller aktiviteter innen gitte frister.

