

Levanger Svømme- og Livrednings Klubb



Levanger SLK er ett idrettslag som har som mål å drive svømmeopplæring og svømmeaktiviteter og derigjennom utvikle svømmere til å bli dyktige konkurransesvømmere. Svømming skal være for alle og vi ønsker å skape et miljø hvor alle trives og har det bra.

Svømmeskole

Klubben driver svømmeskole etter mal fra Norges svømmeforbund. Svømmeskolen har som mål å gi barn trygghet i vann og basiskunnskap i de forskjellige svømmeteknikkene. Gjennom svømmeskolen ønsker vi å skape motivasjon og interesse for å satse videre på svømming som idrett. Målgruppe er barn fra 4år oppover.

Svømmetrening

Levanger SLK har som mål å tilby et individuelt tilpasset treningsopplegg for alle som ønsker å utvikle seg innen svømmeidretten. Treningene er inndelt i treningsgrupper tilpasset den enkeltes ferdigheter og treningsvilje. Vi har aldersbestemte treningsgrupper, Rekrutt (ca. 8-12 år) og Trim (13 – 18 år).

Konkurransesvømming

Svømmeklubben skal kunne gi tilstrekkelig treningsmengde, treningsveiledning og utfordringer for svømmere inntil de når junior NM-nivå. Frem til dette nivået har klubben et variert og tilpasset treningsopplegg med svømmetrening, basistrening og egentrening for konkurransegruppen. En deltar på svømmestevner fortrinnsvis lokalt, samt noe nasjonalt. Det tilbys en til to treningsleir i året for alle svømmerne. Andre treningsleir utføres i regi av Nord-Trøndelag Svømmekrets

Mer enn bare svømming

Våre aktive svømmere bruker mye tid på idretten. Det kreves tid og det kreves ressurser både fra svømmerne selv og foreldre. Det er derfor viktig at klubben bidrar og stimulerer til at deltakelse gir både en sportslig og sosialt gevinst.

Styret i svømmeklubben har som mål å tilrettelegge for at aktivitetene og kostnadene skal ligge på et akseptabelt nivå for alle. Fra sesong 2015 har vi enhetlig treningsavgift for alle, slik at svømmere kan være aktivt i den grad dem ønsker.



Drift av klubben

Levanger SLK drives i henhold til NIFs lov og lovnorm for idrettslag er gjeldende lov for klubben.

Utover dette har klubben følgende kjøreregler:

- *Hver og en føler seg akseptert og respektert og kan uttrykke seg fritt uten å være redd for å dumme seg ut.*
- *Vi gir hverandre støtte og oppmuntring.*
- *Vi kan vise frem uferdighet og vise hva vi ikke er så gode på, dette er ikke Norsk mesterskap i å være flink.*
- *Vi kan analysere, reflektere og lære av våre "feil" i fellesskap.*
- *Vi kan motta og gi tilbakemeldinger fra hverandre på en konstruktiv måte. Vi skal innse at styrken i vår klubb ligger i vår forskjellighet som vi sammen skal dele.*
- *Vi skal komme på trening og stevner med godt humør og en positiv innstilling.*

Levanger LSK – En klubb i utvikling

Vi jobber nå med å videreutvikle driften som klubb sammen med Norges Svømmeforbund. Dette gjør vi for å få et best mulig tilbud til barn og unge med de begrensede ressursene vi har til rådighet.

Dette er et arbeid som er pågående og vi trenger engasjerte og interesserte foreldre til å være med å bidra på alle nivåer.

Årsmøtet

Årsmøtet er vår høyeste myndighet. Innkalling til årsmøter publiseres på www.LSLK.no og annonseres i avisa Innherred.

Innkommne forslag skal være styret i hende 2 uker før årsmøtet og sakspapirene skal sendes ut 1. uke før. Protokollen fra årsmøtet sendes til samordnet registrering (Altinn). Årsmøtet er for medlemmer i klubben, nærmere bestemt de som har betalt medlemskontingenten senest 1 måned før årsmøtet holdes. Foreldre/foresatte har ikke fullmakt til å stemme for medlemmer under 15 år. Årsmøtet legger grunnlaget for styrets arbeid. Alle som ønsker å være med å bestemme hvordan klubben skal drives bør stille på årsmøtet.

Levanger Svømme- og Livrednings Klubb



Styret

Styrets sammensetting:

Leder, nestleder, sekretær, kasserer, sponsoransvarlig, stevneansvarlig, svømmeskoleansvarlig. Til sammen 7 medlemmer Det er møterett for sportslig representant og representant av foreldreforeningen.

I utgangspunktet avholdes det styremøter 1 gang i måneden Dette er ikke et absolutt krav. Normalt vil daglig leder og hovedtrener kalles inn til styremøter ved behov. Andre kan kalles inn ved behov. Styrets leder avgjør behovet.

Styrets oppgaver:

- planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap samt oppgaver beskrevet i §1 NIFs lover, lovnorm for idrettslag. styret har ansvar for at det finnes retningslinjer for aktiviteten i klubben*
- iverksette bestemmelser og vedtak fattet av årsmøte eller andre overordnede idrettsmyndigheter*
- stå for lagets daglige ledelse, og representere laget utad*
- disponere lagets inntekter (tilskudd, kontingent o.a.) og fordele disse etter plan og godkjent budsjett*
- oppnevne komiteer og utvalg etter behov, og utarbeide instruks for disse.*



Ny i Svømmeidretten - litt informasjon om rammevilkår.

Svømmelisens til Norges Svømmeforbund

Fra det året svømmeren fyller 10 år kan en delta på approberte stevner. Det må da betales lisens til Norges Svømmeforbund. Man får all informasjon man trenger ved å kontakte sin trener! Ved å betale lisens får en også tilsendt et medlemsblad fra Norges Svømmeforbund 6 ganger pr år, samt at svømmeren er forsikret. Det tar ca. 14 dager før betalt lisens blir registrert. Dette kan du se på Internettsiden <http://www.medley.no> kan du under "Annet" finne lisensierte svømmere. For mer informasjon om lisens og forsikringen lisensen henvises til: <http://svomming.no/index.php?menuid=75&expand=13,75>

Stevner

Uapproberte stevner kan svømmes uten lisens og er uhøytidelige stevner uten "regler". Ingen blir diskvalifisert. Det er kun tidtakere og ingen dommere. Dette er stevner for de yngre som ønsker å prøve seg på stevner. Barn kan delta fra det året de fyller 8 år. For 10 år og yngre skal resultatlisten listes alfabetisk, og for 9 år og yngre skal ikke resultatet oppgis i resultatlisten.

Approberte stevner følger regler gitt av svømmeforbundet. Svømmere må ha løst svømmelisens for å kunne delta. I et approbert stevne kan deltagerne bli diskvalifisert for tyvstart, feil svømmeteknikk, vendinger etc. Det er svømmedommere til stede på approberte stevner som påser at regler blir overholdt. Det er disse som evt. diskvalifiserer svømmere.

For kretsstevner er yngste klasse 10 år, hvor resultatene for 10-åringene skal listes alfabetisk. For juniorene skal det være en klasse for hver årsklasse.

Landsdelsårsklassemønstring 11-16 år –LÅMØ. For 11 og 12 årsklassene er åpne. Dette betyr at alle 11 og 12 åringene som har gyldig tid i alle 5 øvelser har rett til å delta. LÅMØ gjelder som direkte kvalik til ÅM (Årsklassemesterskap) for årsklassene 13-16 år. Det er fem øvelser på LÅMØ:

11 - 12 år: 50 Butterfly, 100 rygg, 100 bryst, 200 medley, 400 fri

13 – 16 år: 100 Butterfly, 200 rygg, 200 bryst, 200 medley, 400 fri

Strukturen er i tråd med NIF sine, idrettens barnerettigheter for bestemmelser for barneidrett

http://www.idrett.no/tema/barneidrett/bestemmelserogrettigheter/Sider/rettigheter_bestemmelser.aspx



Dugnad og frivillig arbeid i Levanger SLK.

Levanger SLK drives av oss foreldre på frivillig basis. Vi arrangerer 2 approberte stevner i året, Levangerstevne i mars og Levangersprinten i september. Vi har klubbstevner til jul- sommeravslutning.

For å gjennomføre disse arrangementene har vi behov for dugnadsinnsats fra samtlige.

I tillegg er det behov for ledsagere i forbindelse med treningsleier og stevner.

Slik innsats er en forutsetning for å holde treningskontingenten på ett akseptabelt nivå.

Dugnad er gøy, krever ingen forkunnskaper, man blir kjent med de andre foreldrene og får mer innsikt i hva barna våre driver med.

De frivillige oppgavene man kan melde seg til kan være:

- Tidtaker på svømmestevner*
- Dommer på svømmestevner (krever en dags kurs, som betales av klubben).*
- Datasekretariatet / Stevnekontoret*
- Oppsetting av tribuner*
- Oppmann for treningsgruppe - Reiseledere (ad hoc)*
- Foreldreforeningen (mat, drikke, sosiale arrangement)*
- Markedsutvalget: sponsorarbeid, profilering, bekledning, hjemmesidejobbing, mediekontakt, fotograf, etc.*
- Styrevern (leder, nesteleder, sekretær, kasserer) - Bidra med spesialkompetanse: snekring, jus, revisor, data, etc –*
- Svømmeinstruktør/trener*

I tillegg til dette, kan det være behov for at alle deltar på fellesdugnader. De økonomiske rammene for dugnadsarbeidet vil være gitt av klubbens budsjett, og overordnede føringer for dugnadsarbeidet vil være gitt fra klubbens styre i tillegg til disse retningslinjene



Hva er din rolle som foreldre – «Foreldrevett» –

Idretten er i stor grad drevet av foreldrene og foresatte. Idretten er helt avhengig av foreldre og foresattes positive engasjement og tillit både på egne, barnas og ungdommens vegne.

Som foreldre/foresatte er det viktig at du har tenkt gjennom hvordan ditt engasjement kan få betydning både for deg selv og for miljøet i klubben!

Viktige spørsmål kan være: Hva er ditt engasjement rettet mot? Hvem er ditt engasjement rettet mot? Hvordan påvirker ditt engasjement barna?

Hva tenker barnet om ditt engasjement? Hva skjer når/dersom ditt positive engasjement går over i et negativt engasjement?

En veiviser for ditt engasjement kan være følgende: Husk at ditt barn deltar for å glede seg selv – ikke deg! Motiver barn til deltakelse, ikke tving dem! Barn trenger voksenkontakt og setter pris på at du er sammen med dem. Fortell ditt barn at aktivitet og idrett skal skje etter regler/ene og fortell dem hvordan de skal løse og takle konflikter. Støtt og oppmuntre alle barna som deltar – ikke bare egne barn ☑ Være positiv i både medgang og motgang. Barn lærer best gjennom praksis og eksempler. Verdsett barnas mestring. Mestringsbehovet til barna er grenseløst!

Respekter dommere og funksjonærer sine avgjørelser. Si fra til den det gjelder, dersom du mener andre foreldre/foresatte går over streken. Ha respekt for barnas rettigheter, integritet og menneskeverd - hvert barn er unikt og fortjener din respekt.

Vær kritisk til aktører som driver unødig kjøpepress på barna. Si fra dersom du opplever mobbing og trakassering.

Se NIF's nettsider :

http://www.idrett.no/tema/verdier/etiske_vevisere/Sider/foreldre.aspx