

LANDVETTER KONSTÅKNINGSKLUBB

KLUBBPOLICY

Uppdaterad Augusti 2025

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INNEHÅLLSFÖRTECKNING	2
Landvetter Konståkningsklubbs verksamhet.....	4
Vår verksamhetsidé	4
Rollfördelning	4
Tränare	4
Åkare.....	5
Föräldrar	5
Styrelsen	6
Avgifter	6
Medlemsavgifter	6
Träningsavgifter.....	6
Övriga avgifter.....	7
Betalningsvillkor.....	8
Påminnelseavgift.....	8
Dröjsmålsränta	8
Avdrag	8
Tävlingsprogram	8
Att åka i Landvetter Konståkningsklubb.....	8
Säsong	8
Träning	8
Extra träning.....	9
Tävlingar	9
Synkroniserad konståkning	9
Omklädningsrum	9
Läger och extraträningar	9
Utträde ur klubben	10
Säkerhet och hälsa	10
Fysisk och psykisk hälsa	10
Säkerhet på isen	10
Utrustning	10
Träningsetikett	10
Sjukdom och skadehantering.....	11

Ansvar och samarbete.....	11
Kommunikation	11
Intern kommunikation	11
Extern kommunikation	12
Etik och trivsel.....	12
Respekt och inkludering	12
Uppförandekod.....	12
Sociala medier.....	12
Miljö och hållbarhet.....	13

Landvetter Konståkningsklubbs verksamhet

I Landvetter Konståkningsklubb (LKK) ska alla känna sig välkomna och ha möjlighet att utvecklas. Verksamheten som bedrivs i LKK:s regi genomförs av glädje och gemenskap. Alla som tränar hos oss, från den yngsta åkaren till den mest erfarna, ska ges trygghet, glöd och inspiration att utveckla sin konståkning.

Sportsligt: Klubben arbetar för en hållbar sportslig utveckling med professionella, välutbildade tränare och en träningsmiljö där alla åkare kan nå sina individuella mål.

Socialt: Vi respekterar att alla är olika och vi arbetar aktivt med att skapa ett inkluderande gemenskap där alla känner sig välkomna samt med att skapa en inspirerande, trygg och motiverande träningsmiljö.

Föreningsmässigt: Verksamheten bygger på frivilligt arbete och ett starkt föräldraengagemang. Utan detta skulle klubbens verksamhet inte vara möjlig.

Finansiellt: Vi strävar efter ekonomisk stabilitet och transparens för att säkerställa klubbens långsiktiga utveckling.

Värdegrund: LKK:s värdegrund finns beskriven i ett separat dokument och är tillgängliggjort på klubbens webbplats samt i MyClub.

Vår verksamhetsidé

Landvetter Konståkningsklubb vill vara en ledande konståkningsförening i Sverige inom singel och synkroniserad konståkning. Vi vill erbjuda en bred verksamhet som sträcker sig från skridskoskolan till singelåkning och synkroniserad konståkning i världsklass och med flera utvecklingsmöjligheter.

Rollfördelning

Tränare

Våra tränare är professionella, välmeriterade, välutbildade och avlönade. Tränarna är därför ansvariga för allt det sportsliga arbetet. Det är deras uppdrag att få varje åkare att nå sitt personliga mål som konståkare. De har det fulla ansvaret för träningen, gruppindelning och tävlingar. Vid synpunkter på tränarens arbete så vänder du dig direkt till berörd tränare. Vid synpunkter på tränarens arbete kan du som medlem vända dig till styrelsen, som är arbetsgivare, alternativt till Trygghetsrådet.

Vi värnar om att åkare, förälder och tränare ska ha en fungerande och kommunikativ relation.

Åkare

Landvetter Konståkningsklubb är unik i sitt slag genom den bredd vi har. Vi har både en stor skridskoskola, en växande singelverksamhet, två ungdomslag och ett landslag inom synkroniserad konståkning. Vår ambition är att klara av denna spännvidd. Alla åkare är viktiga och alla åkare, oavsett nivå, förväntas vara goda föredömen och bidra till klubbens gemenskap.

När man åker i ett av LKK:s synkrolag krävs att alla kommer på träningarna och att man är disciplinerad och gör det som sägs och beslutas av tränaren samt av laget. Det är viktigt att ha en öppen dialog med såväl tränare som sina lagkamrater. Varje team skapar egna ordningsregler.

Som LKK:s tävlingsåkare äldre än 10 år förväntas man hjälpa till som hjälptränare i skridskoskolan. Detta har två syften. Dels att man som åkare får vara en förebild för yngre åkare, dels ett första steg för de som önskar utbilda sig som tränare.

Om du/ditt barn inte kan komma på träningen det är förälders/åkarens ansvar att meddela detta till berörd(a) tränare. Kontaktuppgifterna finns på My Club.

Föräldrar

Som en ideell förening är det medlemmar och deras föräldrar som driver föreningen. För att kunna bedriva verksamheten förväntas samtliga medlemmar hjälpa till. Fler träningstimmar för en åkare kräver större insats av föräldrarna. För föräldrar till tävlingsåkare med många träningstimmar innebär detta att man ska leda arbetsgrupp, ingå i styrelsen eller liknande ansvarsfull uppgift.

Föräldrar till tävlingsåkare/blivande tävlingsåkare bidra genom att:

- Ingå i arbetsgrupp eller styrelse
- Bemanna vid arrangemang
- 1-2 cafeteriapass per termin

Om man inte kan genomföra sin tilldelade uppgift, är det ens ansvar att byta med någon annan eller säkerställa att någon annan tar på sig arbetspasset.

Som förälder till åkare i LKK har du ansvaret att finansiera barnens träning. Konståkning kan vara en dyr idrott och vi vill att så många som möjligt ska ha möjlighet att träna hos oss. Om ni har svårigheter med betalningar är det viktigt att ni informerar styrelsen så vi kan göra en betalningsplan.

Styrelsen

Styrelsens huvudsakliga ansvar är att leda och fatta beslut som rör verksamheten. Den har arbetsgivaransvar för tränarna och hanterar administrativa uppgifter såsom medlemsregister, bokföring och distribution. Styrelsen fattar även beslut om arrangemang och ser till att det finns en ansvarig för varje arbetsgrupp.

Trygghetsrådet

Trygghetsrådet består av personer med erfarenhet av att arbeta med barn och ungdomar, samt av ett åkarombud. Rådet arbetar självständigt, utanför styrelsen, med frågor som rör trygghet. Det är hit alla kan vända sig om de upplever bekymmer med tryggheten.

Avgifter

Medlemsavgifter

Medlemsavgiften ska betalas före den 31 augusti varje år. Obetald avgift när säsongen startar innebär att åkaren EJ FÅR GÅ PÅ IS!

Det finns en försäkring i medlemsavgiften för alla aktiva åkare som är på is. Är inte avgiften betald innan åkaren går på is gäller inte försäkringen.

- Enskild åkare: 500 kr
- Familjemedlemskap: 700 kr
- Skridskoskola (utan rösträtt): 200 kr
- Passiv medlem (utan rösträtt): 100 kr
- Hedersmedlem: Ingen avgift

Om medlemsavgiften ändras kommer detta att meddelas på årsmötet efter beslut från medlemmarna.

Träningsavgifter

Avgifterna baseras på den totala träningstiden per säsong.

Singelåkare

Singelåkare som har mer än 3 000 kr i träningsavgift per termin har möjlighet att dela upp sin betalning i maximalt **tre delar**. Betalning skall göras i augusti-september-oktober och till våren i januari-februari-mars.

Om man väljer att avsluta sitt medlemskap under **första halvan av terminen** återbetalas **50 % av terminsavgiften**. Avslutas medlemskapet under **andra halvan av terminen** sker ingen återbetalning, utan hela terminsavgiften betalas.

Synkroåkare

Att åka synkroniserad konståkning (synkro) skiljer sig från singelåkning. I synkro hänger resultatet på samtliga åkares prestationer och närvaro, där höstens uppbyggnad och vårens tävlingsperiod hör samman. Alla som åker med eller bredvid ett tävlingssatsande team betalar samma avgift. Avgiften gäller oavsett om man åker med eller bredvid laget. Den som går med i ett lag på hösten förbinder sig därmed att delta och betala för hela säsongen, både träningsavgifter samt övriga månadsavgifter som gäller för laget man åker i. Synkroåkare förbinder sig att delta och betala för hela säsongen.

Varje enskilt lag har sin egen lagkassa för övriga kostnader, t.ex tävlings-, och träningsklänningar, lagkläder, tävlingsavgifter. Kostnader för läger och resor tillkommer oftast.

Singelåkare och synkroåkare

Samtliga åkare betalar full avgift för den grupp man ingår i oavsett om man kan eller vill delta på alla träningstider.

Avgifterna är inte förhandlingsbara. Avgiften baserar sig på en total träningstid per säsong. Även tävlingar räknas som "träningstid" eftersom en avlönad tränare finns med.

Övriga avgifter

Licensavgift

Betalas varje säsong som åkaren avser att tävla. Licensen anmäls av klubben som betalar till förbundet. Åkaren faktureras därefter. Det är viktigt att åkare som inte avser att tävla kommande säsong meddelar detta till styrelse eller kassör före den 31 augusti.

För- och eftersäsongsgift

Träning vid för- och eftersäsong, sommarläger ingår inte i träningsavgiften.

Dansavgift

Ingår inte i träningsavgiften.

Tävlingsavgifter

Ingår inte i träningsavgiften. Klubben anmäler och betalar avgifter för tävlingen, åkaren faktureras därefter och betalar tillbaka till klubben.

Koreografi

Vid nytt tävlingsprogram som utförs av våra egna tränare är kostnaden 300 kr/timma.

Betalningsvillkor

30 dagar

Påminnelseavgift

50 kr vid utebliven betalning efter 5 dagar

Dröjsmålsränta

Vid utebliven betalning debiteras dröjsmålsränta enligt räntelagen: Riksbankens referensränta + 8 procentenheter (f.n. 2% 250701-260630) vilket blir totalt 10 %.

Avdrag

För att få avdrag på träningsavgiften (per termin) vid skada eller långvarig sjukdom så måste perioden man inte kunnat träna vara 75% av den tänkta träningen under en termin. Om detta uppfylls så får man tillbaka 50% av träningsavgiften. Frånvaron skall styrkas av läkarintyg. Ansökan om avdrag skall lämnas in till styrelsen med fullständig redovisning.

Tävlingsprogram

Första tävlingsprogrammet är kostnadsfritt för åkaren. Efterföljande program avtalas mellan åkare och tränare/koreograf och betalas direkt till den som gör programmet, såvida inte programmet görs av Landvetter KK:s tränare. I det fallet faktureras programträningen av klubben till en kostnad av 300 kr/timma.

Programträning ska om möjligt ske på annan tid än ordinarie träningstid.

Att åka i Landvetter Konståkningsklubb

Säsong

Hösttermin: Vecka 34-52

Vårtermin: Vecka 1-22 singelåkning, Vecka 1-17 synkrolag.

Träning

Gruppindelningar görs av tränare. Gruppindelning sker baserat på ålder, kunskapsnivå och motivation. Se Landvetter KK:s verksamhetsmodell som baseras på SKF:s utvecklingstrappa.

Riktlinjer för träning

Landvetter konståkningsklubb är en klubb för både singel- och synkroåkning. Klubben ska bedriva en bred och kvalitativ skridskoutbildning med kompetenta tränare och ledare. Vi ska utveckla både åkare och tränare i klubben för att höja nivån för samtliga individer. En filosofi

– en vägledare. Utbildningen ska bedrivas långsiktigt och träningen ska vara ålders- och individanpassad. Vi ska ge alla bästa möjliga utvecklingsmöjligheter.

Tränarna får vid behov använda fysisk vägledning, till exempel genom att hålla, justera positioner eller visa rörelser. Syftet är alltid att underlätta inläring och säkerhet på isen. Om en åkare inte önskar fysisk kontakt är det viktigt att meddela tränaren detta, så att hänsyn kan tas.

Tränarnas ansvar och utveckling

Klubbens målsättning är att alla tränare ska arbeta efter en gemensam strategi och teknikfilosofi, för att skapa en tydlig röd tråd i verksamheten. Det är viktigt att ha tränare på alla nivåer – från nybörjare till elit.

Extra träning

Vill man ha möjlighet att träna en extra timme till exempel före tävling så kan man prata med tränarna. Detta får endast ske efter överenskommelse med de tränare som står på is den aktuella tiden.

Tävlingar

Att tävla är givetvis frivilligt. Anmälan till tävling samt tävlingsklass görs i samråd med tränare. LKK erbjuder varje tävlingsåkare att tävla 2 (två) tävlingar per termin med en medföljande tränare. Vill åkaren tävla på ytterligare tävlingar ska tränare konsulteras och en avgift på 200 kr för medföljande tränare kommer att faktureras. För system 3 åkare samt elitåkare kan fler tävlingar med medföljande tränare erbjudas.

Synkroniserad konståkning

LKK har tre lag i synkroniserad konståkning.

Uttag till respektive lag görs av tränarteamet baserat på åkarens ålder, ambitionsnivå och de tekniska element som krävs för laget. Lagindelning sker i samråd med tränare.

Omklädningsrum

Hjälp till att hålla ordning i omklädningsrummet och respektera andra. Begränsa ytan du har dina saker på och släng skräp i papperskorgen.

Läger och extraträningar

Läger och extraträningar erbjuds utanför den ordinarie säsongen och är frivilliga. För extraträningar under lov samt för- och eftersäsong gäller särskilda villkor, och dessa aktiviteter ingår inte i den ordinarie säsongen. Läger kan även erbjudas genom förbunden eller andra klubbar och är frivilliga. Klubben är inte involverad i läger arrangerade av andra klubbar eller förbunden. Det är åkarens eller förälderns ansvar att ta reda på kostnader och övriga villkor för deltagande i dessa läger.

Utträde ur klubben

Vid utträde gäller följande:

- Mejl om utträde skickas till kansli@landvetterkk.com
- Alla avgifter vara betalda vid utträde.
- Byte av klubb sker enligt Svenska Konståkningsförbundets regler. Mer information kring klubbyte och lämpliga ansökningsformulär finns på www.skatesweden.se
Ifyllda övergångsdokument skall lämnas till ordförande eller kassör för påskrift.
För samtliga åkare gäller att alla avgifter till klubben skall vara betalda innan en övergång beviljas!

Säkerhet och hälsa

Fysisk och psykisk hälsa

Klubben verkar för en sund och trygg träningsmiljö där både fysisk och psykisk hälsa prioriteras. Vi arbetar aktivt förebyggande för att stödja åkarnas utveckling och välmående.

Säkerhet på isen

Utrustning

- Halsskydd och huvudskydd är obligatoriska för alla ungdomslag inom synkroniserad konståkning.
- Halsskydd är obligatoriskt för samtliga lag inom synkroniserad konståkning och rekommenderas även för singelåkare upp till 12 års ålder.
- Hjälmska ska användas fram tills åkaren är tävlingsklar och har klarat märke 8.
- Pannband ska bäras av alla åkare tills de nått system 3-nivå och deltar i förbundstävlingar.

Träningsetikett

- Regler för säkerhet på isen ska alltid följas.
- När singelåkare kör sina program under ett träningspass ska alla på isen vara observanta och ge plats för att förhindra olyckor. Den åkare som kör sitt program ska bära reflexväst eller liknande för att tydligt skilja sig från övriga.
- Alla måste vara uppmärksamma och samarbeta för att undvika olyckor.

Sjukdom och skadehantering

Sjukdom

Vid sjukdom ska åkaren stanna hemma. Det är viktigt att anmäla frånvaro till tränaren, särskilt inom synkro där lagets samträning är avgörande.

Skador

Vid skador ska tränaren informeras och medicinsk vård sökas vid behov. Rehabiliteringsplaner beslutade av vårdpersonal ska meddelas tränaren.

Anpassad träning

Det är åkarens, eller för åkare under 18 år, vårdnadshavarens ansvar att avgöra om åkaren kan delta i träning trots skada.

Om en skadad åkare deltar i träning ska tränaren informeras om skadans natur och vilka moment som kan utföras. Detta bör helst ske genom en skriftlig rehabiliteringsplan.

I singelträning kan träningen anpassas efter åkarens behov. Inom synkro är detta svårare eftersom alla i laget måste utföra samma moment samtidigt.

Ansvar och samarbete

Klubben strävar efter att skapa en trygg och utvecklande miljö för alla medlemmar. Detta bygger på samarbete mellan åkare, tränare och vårdnadshavare. Tillsammans säkerställer vi att regler och rekommendationer följs för att förhindra skador och främja åkarnas utveckling och välmående.

Kommunikation

Intern kommunikation

Styrelsen informerar medlemmarna via hemsida, nyhetsbrev och mejlutskick via My Club och via medlemsgruppen på Facebook. Dessa kanaler används för att hålla alla medlemmar uppdaterade om klubbens aktiviteter, beslut, schemaändringar och andra viktiga händelser. Kontaktuppgifterna för styrelsemedlemmar, tränare och övriga arbetsgrupper hittas enkelt i My Club, vilket underlättar direktkommunikation för frågor eller synpunkter. Medlemmar uppmanas också att aktivt följa och läsa den information som publiceras för att vara delaktiga i klubbens utveckling och beslut.

Extern kommunikation

All extern kommunikation ska godkännas av styrelsen för att säkerställa att klubbens budskap är enhetliga och professionella. Sociala medier (som till exempel Facebook, Instagram) används av klubben och synkrolagen för att sprida en verklig och positiv bild av klubbens verksamhet. Det är viktigt att kommunikationen är transparent och reflekterar klubbens värderingar och mål, för att skapa en positiv bild och engagera både nuvarande och potentiella medlemmar samt externa samarbetspartners.

Etik och trivsel

Respekt och inkludering

Klubben har nolltolerans mot mobbning, trakasserier och diskriminering i alla former. Vi strävar efter att skapa en trygg och inkluderande miljö där alla medlemmar känner sig välkomna och respekterade. Alla medlemmar uppmanas att agera med omtanke och hänsyn gentemot varandra och att aktivt bidra till en positiv klubbkultur där olikheter värdesätts. Vid upptäckt av mobbning, trakasserier eller diskriminering kommer styrelsen och trygghetsrådet att vidta lämpliga åtgärder enligt klubbens policy och rutiner för att säkerställa att en trygg miljö bibehålls för alla.

Uppförandekod

Alla medlemmar, oavsett roll inom klubben, ska följa klubbens uppförandekod som syftar till att skapa en positiv, respektfull och professionell atmosfär. Uppförandekoden omfattar bland annat regler kring samarbete, respekt för andra medlemmar, ansvarsfullt beteende och hur vi bemöter varandra både på och utanför tränings- och tävlingsarenor. Brott mot uppförandekoden, såsom osportsligt beteende, trakasserier eller att bryta mot klubbens värderingar, kan leda till disciplinära åtgärder, vilket kan innebära varning, avstängning eller i allvarliga fall uteslutning från klubben.

Sociala medier

Medlemmar uppmuntras att dela sina positiva upplevelser och framgångar inom klubben på sociala medier för att främja klubbens gemenskap och synlighet. När medlemmar delar innehåll bör de alltid tänka på att agera ansvarsfullt och respektfullt, samt undvika att sprida negativ eller skadlig information som kan påverka klubbens anseende. Det är viktigt att vara medveten om att all kommunikation, både privat och offentlig, reflekterar på klubben och dess medlemmar. Vid tveksamheter om vad som är lämpligt att dela, rekommenderas medlemmar att konsultera styrelsen.

Miljö och hållbarhet

Miljömedvetenhet: Ishallen drivs i Härryda kommuns regi och LKK delar ishallen med Härryda Hockey Club.

Klubben arbetar aktivt för att minska sin miljöpåverkan genom val av energieffektiva lösningar när det är möjligt. Samåkning vid resor till tävlingar och olika arrangemang uppmuntras alltid.

Hållbara inköp: Klubben prioriterar inköp av hållbara material. Återanvändning av textilier och annan utrustning sker genom bidrag från åkare och föräldrar samt genom arrangemang som försäljningsdagar för konståkningskläder och skridskor. Klubben har också en ”köp och sälj” sida på Facebook.

Denna klubbpolicy syftar till att skapa en trygg och inspirerande miljö för alla medlemmar i Landvetter Konståkningsklubb. Vi ser fram emot att fortsätta utveckla vår verksamhet tillsammans med er!