



# Klubbhandbok Førde volleyballklubb





## 1. Klubbinformasjon

Klubbnavn:	Førde volleyballklubb
Stifta:	18.09. 1974
Idrett(ar):	Volleyball og sandvolleyball
Postadresse:	Postboks 485, 6803 FØRDE
E-postadresser:	<a href="mailto:leiar@fvbk.no">leiar@fvbk.no</a> <a href="mailto:post@fvbk.no">post@fvbk.no</a>
Internettadresse:	<a href="http://www.fvbk.no">www.fvbk.no</a>
Instagram	Førde_volleyballklubb
Facebook:	Førde Volleyballklubb @FørdeVolleyballklubb
Utstysleverandør:	Sport 1 (Mizuno)
Org.nr. (brreg.):	991 657 002
Hovudsponsor:	Sparebanken Sogn og fjordane
Rekneskap:	Vest Rekneskap v/Thomas Haug
Vipps nr.:	132763
Medlem av:	Norges Volleyballforbund
Tilknytt:	Norges Idrettsforbund

## 2. Innleing

Klubbhandboka skal

- svare på dei viktigaste spørsmåla om klubben
- vise kva som gjeld internt i klubben
- sikre at det er kontinuitet i klubben sitt arbeid
- reviderast jamleg av ei arbeidsgruppe i styret
- godkjennast av styret og leggst fram for årsmøtet

## 3. Organisasjonskart FVBK

### Styre (etter årsmøtet 2023)

Thomas Østerbø, leiar  
Jan Ove Hafstad, nestleiar  
Jan Egil Tvinde, styremedlem  
Linn Grepstad Nes, styremedlem  
Kristine Wallevik, styremedlem  
Johan K. Kjerstad, styremedlem  
Helge Robert Midtbø, styremedlem  
Espen Bowitz Arefjord, styremedlem



Administrasjonsutval	Arrangementsutval	Økonomiutval	Sportsleg utval
<ul style="list-style-type: none"><li>• Johan Kjerstad</li><li>• Anja Solheim Kiil</li><li>• Lene Lofnes</li><li>• Finn Reed</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Helge Robert Midtbø</li><li>• Johan Kjerstad</li><li>• Torill Gundersen</li><li>• Stian Sjursen Takle</li><li>• Thomas Vie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jan Ove Hafstad</li><li>• Thomas Østerbø</li><li>• Kristine Wallevik</li><li>• Thomas Haug</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jan Egil Tvinde</li><li>• Frank Kalstad</li><li>• Jan Ove Hafstad</li><li>• Arne Eikeland</li><li>• Daniel Klopstad</li><li>• Mikal Kalstad</li><li>• Linn Grepstad Nes</li></ul>

## 4. Retningslinjer i klubben

### 4.1 Generelt for FVBK

- FVBK er ein dugnadsklubb på alle nivå
- Foreldre er trenarar og oppmenn for dei andre laga
- Alle medlemmar vert registrerte i medlemsregisteret
- Vi trenar og spelar i klubbkle
- Vi representerer klubben når vi har på oss FVBK-kle
- Vi er gode rollemodellar
- Trenarar legg vekt på at alle skal delta
- Det å spisse og toppe lag vert prioritert i NM-kampar og kvalifisering til desse
- Sjøførarar skal ha minst to år køyreerfaring før ein kan med seg andre spelarar i bilen. Lærekøyring er ikkje tillat.

### 4.2 Deltaking på NM for alderslag – rutinar

- Foreldre / oppmenn
  - Organiserer transport
  - Bestiller overnatting og mat
  - Samlar inn pengar og betaler for laget
- Klubben
  - skaffar dommar til kvart lag
  - betaler påmeldingsavgifter til laga
  - sponsar kvart NM-lag med:
    - Kr. 7500,- til laget
    - Overnatting for 1 trenar / lagleiar pr. lag



## 4.3 FVBK har følgjande forventningar:

### 4.3.1. Treningar

- Organiserer treningar
- Deltek på trenarutdanning
- Legge til rette for alle spelarar opplev meistring og glede på trening

### 4.3.2. Oppmenn

- Følgjer opp og organiserer reiser/køyring til kampar og turneringar, inkl. fordeling av kostnader
- Organiserer dugnad laget har ansvar for
- Hjelpe til med foreldremøte
- Bidreg til sosialt samhald og ulike samkomer for laget
- Har oversikt over
  - Medlemmane på laget (m/kontaktinfo.)
  - Dugnadslister

Sjå eigen oppmannsinnstruks for utfyllande opplysningar.

Som takk for innsatsen får trenarar treningsklede i tråd med omfang av ansvar:

- mini-U13: t-skjorte
- U15-2.div: t-skjorte + genser/jakke,
- Elite og 1.div: t-skjorte, genser/jakke og bukse.

### 4.3.3. Foreldre

- Deltek i frivillig arbeid i klubben
- Er med og ser på og ev. bidreg på treningar
- Er støttande publikum på kampar og turneringar

Klubben set pris på, og legg til rette for, at alle bidreg til eit godt og triveleg sosialt fellesskap.

## 4.4 Dugnad

- Økonomiutvalet fordeler dugnad til dei ulike laga
- Klubben har følgjande faste dugnadsoppdrag:
  - Arrangere Førde Cup-turnering (U15 og U17)
  - Rigge kamparena og arrangere heimekampar for elite- og 1.divisjon (arrangementsutval)
  - Vere balltrillarar og hjelpe til på heimekampar for 1. divisjonslaga og elitelaga
  - Vareteljing og andre dugnader for å skaffe inntekter



## 5. Kontingent og treningsavgifter

Gruppe	Treningsavgift
Elite	5000
1. divisjon	5000
Lågare divisjonar, eldre senior	3000
U19 (NM)	3000
U17	3000
U15	2000
U13	2000
Minivolleyball	1000
Overgangs-/samarbeidsavtale (elite / 1.div.)	2500
Overgangs-/samarbeidsavtale (andre lag)	1000
Støttemedlemsskapskontingent	200

- Ordinær medlemskontingent er kr. 100,- pr. pers.
- Alle aktive spelarar betaler ordinær kontingent og trenings-avgift for den treningsgruppa dei trenar med fast.
- I tillegg betaler spelarane lisens til Norges volleyballforbund for å delta i turneringar og meisterskap.
- Trenarar betaler halv treningsavgift for eigne barn.
- Kontingenten og treningsavgift gjeld i følgjande tidsrom:
  - Elite til aldersbestemte lag: 15. august til 1. mai
  - Minivolleyball: Etter haustferien til påske

Inntektene til klubben går i hovudsak til halleige, påmeldingsavgifter, laglisensar, løn til trenar/instruktørar og ulike støtteordningar i samband med deltaking på NM.

## 6. Aktivitetstilbod og kontaktpersonar

### 6.1. Elitelag og 1. divisjon (Jan Egil Tvinde)

- **Herre- og damelag**
  - Treningssesong: August – april
  - August: FVBK-dag (sosial oppstartssamling)
  - September: Eliteturnering i Volda
  - Tidleg okt.- mars: Sesongstart og seriekampar
  - April: Seriesluttspel



## 6.2. Alders- og divisjonslag

### U15, U17, U19:

- Treningssesong: Veke 33 – 17
- Sept./ okt. Vestcup Stavanger
- Februar Førde Cup (U15/U17)
- Jan./ febr. Kvalifisering til NM
- Mars Deltaking i NM
- April Blindheim Cup

## 6.3. Minivolleyball

- Treningssesong: Veke 42 - 12
  - Veka etter haustferien til påske
  - Spelar på ulike nivå (1 – 4) tilpassa meistringsnivå
  - Felles avslutning ved påsketider

## 6.4. Volleyball- og sandvolleyballskular

- **Volleyball:**
  - Vinterferien (mandag – onsdag)
  - Tilbod til barn / unge frå 4. til 10. klasse i Førde og omland
- **Sandvolleyball:**
  - Siste del av mai og ut juni
  - Tilbod til barn og unge frå 1. til 10. klasse + 1.-3.kl.vgs
  - Trening i Hafstadparken og i Øyrane Arena avhengig av vêret

## 7. Visjon

### Langsiktige mål 2020 – 2024, (jf. strategimøte 03.10. 2019):

Rekruttering	⇒ Få fleire barn og unge til å spele volleyball
Minivolleyball	⇒ Starte opp kull kvart år, minst 10 jenter og 10 gutar
U15/U17/ U19	⇒ Ta vare på flest mogeleg, lengst mogeleg. ⇒ Sjå og utvikle kvar enkelt spelar
Elite damer	⇒ Semifinale i cupen (innan 2 år) ⇒ Medalje i serien (innan 2 år) ⇒ Finale i cupen (innan 3 år)
Elite herrar	⇒ Fast inventar Europacup ⇒ Best i Norden ⇒ Europacup-standard på troppen ⇒ 3. runde Europacup ⇒ Kvartfinale Europacup
Organisasjon	⇒ Lykkelegaste og største volleyballklubb i landet



Arrangement	⇒ Ha arrangement som folk vil komme tilbake til
Kompetanse	⇒ Auke tal involverte foreldre med 10 pr. sesong ⇒ Registrere på status for medlemmar / involverte
Anlegg/økonomi	⇒ Ha god orden og struktur
Kommunikasjon	⇒ Positiv oppfatning av Førde VBK – merkevare

## 8. Oversikt over lag og trenarar

\* aldersgrupperinga for laga er rettleiande, ein betaler trenings-avgift for det laget ein i hovudsak trenar saman med

Klasse	Lag	Trenarar/leiarar	Oppmenn
Yngre mini-volleyball	Førskule – 4. kl. Gutar og jenter (2018-2013)	Klubb + grupper av foreldre	
Eldre mini-volleyball	6. – 7. kl., gutar og jenter (2012-2011)*	Linn Grepstad Nes Kacper Wasilevski Branislav Djuric	Linn Grepstad Nes
U15	8.- 9. kl., jenter, (2010-2009)*	Thomas Haug Mari Skårhaug	Anne H. Mork
	8.- 9. kl., gutar, (2010-2009)*	Elisabeth Bjørvik	
U17	10.-1. kl., jenter (2008-2007)*	Mathias Haug Kay André Vie Martine Viken	Trude Espe Ann Renate Hellesteth
	10.-1. kl., gutar (2008-2007)*	Elisabeth Bjørvik Jorunn Solli	Trine Haram og Laura Nyhammer
U19	2.kl.-3.vgs. jenter ( 2. div./ 3. div.)	Mathias Haug Kay André Vie Martine Viken	Trude Espe Ann Renate Hellesteth
	2.kl.-3vgs. gutar ( 2. div./ 3. div.)	Arne Eikeland Frank Kalstad Jorunn Sollid	Lene Lofnes og Ellen Katrine Bøe





U19/ 1.div.	1. div., herrer (2.-3.vgs.)	Frank Kalstad Arild Undheim	
Elite	Elite, damer	Branislav Duric Espen Arefjord	
	Elite, herrer	Jan Egil Tvinde Frank Kalstad Arild Undheim Martin Olimstad	

## 9. Ansvars- og arbeidsområde

### Kontaktpersonar for ulike lag / grupper:

- Minivolleyball Linn Grepstad Nes
- Alderslag gutar Arne Eikeland
- Alderslag jenter Martine Viken
- Hafstadsatsing Elisabeth Bjørvik
- 1. Divisjon Jan Egil Tvinde
- Elitelag Jan Egil Tvinde

### Andre oppgaver og kontaktpersonar

- Sponsorkontakter Økonomiutvalet
  - Økonomi, rekneskap
  - Dugnad
- Medlemsregistrering Administrasjonsutvalet
  - Lisenskontroll
  - Årshjul og søknader
- Heimekampar (elite /1.div) Arrangementsutvalet
- Politiattest Terje Olav Øen
- Utstyransvarleg Elisabeth Bjørvik
- Volleyballskular Martin Olimstad og Branislav Djuric
- Mediekontakt Jan Egil Tvinde
- Nettside, sosiale media Rune F. Lillesvangstu
- Rekneskap Thomas Haug (Vest Rekneskap)

## 10. Sponsorar

Tusen takk til våre trufaste sponsorar – utan dykkar støtte, er det ikkje mogeleg å drive volleyball på det nivået vi har i dag. TUSEN TAKK!