

# Verksamhetsbeskrivning Luleå CK – Cykel

Senast justerat 2023-03-20 /Ellen Scheidegger

## 1. INNEHÅLL

---

1	Sammanhang och värdegrund .....	2
2	Medlemskap .....	2
3	Ekonomi.....	2
3.1	Verksamhetsfinansiering och budget.....	2
4	Träningar .....	3
5	Tävlingsverksamhet.....	3
5.1	Allmänt .....	3
5.2	Licenser och Ansvar .....	3
5.3	Lag och Stafetter .....	3
5.4	Egna Arrangemang .....	4
5.5	Subvention startavgifter.....	4
5.5.1	Ungdomar 7-16 år .....	4
5.5.2	Junior 17-20 år.....	4
5.5.3	H/D 21-xx.....	4
5.5.4	Återbetalning/Fakturering.....	4
5.5.5	Utebliven start (DNS).....	5
5.5.6	Efteranmälan .....	5
5.6	Subvention resor och boende .....	5
6	Säkerhet.....	5
7	Försäkringar.....	6

# 1 SAMMANHANG OCH VÄRDEGRUND

---

LCK cykelverksamhet omfattas av föreningens stadgar, vilka återfinns på [www.laget.se/LuleaCykelklubb/Document](http://www.laget.se/LuleaCykelklubb/Document).

LCK är medlem i Svenska Cykelförbundet (SCF) och omfattas även av de direktiv och regelverk som avser träning och tävling. Vi hänvisar till SCF hemsida ([www.scf.se](http://www.scf.se)) för generell cykel- och grenspecifik information. Av särskilt intresse för våra tävlingsåkare är SCFs tävlingsregler. De återfinns <[här](#)>

Målet för föreningens verksamhet är att verka för en attraktiv mix av träning och tävling för alla åldrar, där träningsförutsättningar i form av en socialt lockande/stimulerande miljö är lika viktigt som yttre förutsättningar i form av vägval, leder och passager för alla kunskapsnivåer. Träningsverksamheten ska erbjuda möjligheter att naturligt växa mot tävlings/elitsatsning likaväl som att vara en stabil grund för motionsträning och social samvaro. Tävlings-satsning kan idag stimuleras med begränsad relaterad kostnadssubvention. Stor vikt fästs vid att ge barn och ungdomar möjlighet att utvecklas efter sina förutsättningar.

## 2 MEDLEMSKAP

---

Medlemskap är obligatoriskt för deltagande i all organiserad tränings- eller tävlingsverksamhet, samt för åtnjutande av eventuella subventioner i samband med tävling eller andra arrangemang. För träning erbjuds tre gratis provtillfällen innan medlemsavgiften ska erläggas.

Medlemskapet bidrar även till intäkter till ungdomsverksamheten genom riksidrottsförbundets LOK-stöd (deltagare i verksamheten 7-25 år plus tränare)

Angående försäkringar: Se utförligare information under kapitlet "Försäkringar"

**Not!** För den träningsverksamhet som bedrivs i samarbete med OK Renen krävs endast medlemskap i en av klubbarna som underlag för deltagande.

## 3 EKONOMI

---

LCK's styrelse är ytterst ansvarig för föreningens ekonomi. Detta dokument beskriver grundläggande riktlinjer för olika typer av subventioner och bidrag inom verksamheten. Det är dock styrelsen som vid behov fattar beslut och kan göra så under pågående verksamhetsår om skäl föreligger, även om det står i konflikt med dessa riktlinjer.

### 3.1 VERKSAMHETSFINANSIERING OCH BUDGET

Det finns i grunden inget krav på att man som medlem i LCK ska utföra försäljningsarbete, eller annan aktivitet för verksamhetsfinansiering. Om man dock själv eller för exempelvis tävlande ungdoms räkning vill ta del av möjligheterna till avgiftssubventioner mm förmåner, så förväntas en positiv inställning och aktivt bidragande till finansieringen. Gärna utifrån egna förslag och initiativ.

Efter överenskommelse med styrelsen kan intäkter från riktade insatser öronmärkas för specifik verksamhet, tex träningsläger för ungdomar eller researrangemang till nationell tävling.

Inför varje säsong tillställs styrelsen en budget per verksamhetsområde där tex tidigare öronmärkt eller planerad finansiering kan återopas för specifika arrangemang. Övriga allmängiltiga subventioner regleras av detta dokument.

## 4 TRÄNINGAR

---

LCK arrangerar för närvarande i samverkan med OK Renen träningar för

- Tjejträning junior/vuxen – Anpassad instępsträning med brett kapacitetsspektrum teknik/kondition (LCK-ansvar)
- Barn och ungdom – Grön. Instepsgrupp och "ungdomsmotion" 10 till ca 12-13 år (OKR ansvar)
- Ungdom/Junior – Röd. Tävlingsinriktad, teknik och kondition (LCK ansvar)
- Junior/Vuxen – motion (LCK ansvar)
- Junior/Vuxen – snabb (LCK ansvar)
- Landsväg. Intervallpass, distanspass och "Alla ska med"-pass ålder från året man fyller 16. Motion/snabb (LCK ansvar)

Information om tider, platser, upplägg mm anslås alltid via [www.laget.se/luleacykelklubb](http://www.laget.se/luleacykelklubb), och särskilda intressegrupper på sociala medier.

Generellt sett sker deltagande i träningsverksamheten alltid på egen risk. Se kapitlet "Försäkringar" angående SCF's utbud och övrig rådgivning angående försäkringsskydd.

## 5 TÄVLINGSVERKSAMHET

---

### 5.1 ALLMÄNT

Generellt sett sker deltagande i tävlingsverksamhet alltid på egen risk. Se kapitlet "Försäkringar" angående SCF's utbud och övrig rådgivning angående försäkringsskydd

### 5.2 LICENSER OCH ANSVAR

Åkare som avser att regelbundet delta i Tävlingsklass på av Svenska Cykelförbundet sanktionerade tävlingar behöver teckna tävlingslicens. Antingen årsvis eller som engångslicenser (det senare i fallet en eller väldigt få tävlingar). Licenserna är personliga och subventioneras inte av föreningen.

Instruktioner för Licensansökan och Chip/Transponders återfinns på SCFs hemsida <[här](#)>. Där återfinns även information kring försäkringar i allmänhet och för licensierade åkare i synnerhet.

OBS! Tecknande av tävlingslicens medför ett behov av att mer i detalj känna till SCFs riktlinjer och tävlingsregler. Allmänna såväl som grenspecifika. Förhållningssätt och efterlevnad är ett personligt ansvar. Noterbart är även att beviljande av licens för åldrarna 17 år och uppåt föreskriver genomgången webutbildning "Ren Vinnare". Information finns <[här](#)>

### 5.3 LAG OCH STAFETTER

Regler för sammansättning av stafettlag kan vara arrangemangsspecifik, och behöver hanteras från fall till fall. Det kan tex förekomma särskilda regler avseende totalålder, mixlag, mm.

Vid en laguttagning är det styrelsens ansvar att utse en uttagningskommitté med god insyn både i individuella kapaciteter och övriga omständigheter kring aktuella kandidater.

I synnerhet för laguttagning på ungdomsnivå bör sunt förnuft och dialog mellan berörda föräldrar och åkare ligga till grund. Följande faktorer bör beaktas (utan tanke på inbördes ordning):

- Aktuell ranking (grenspecifik)
- Deltagande i gemensamma klubbträningar
- Dagsform
- Banans karaktär relativt åkarens styrkor
- Individuella och jämförbara resultat på säsongens tävlingar
- Resultat på specifikt utsedd uttagningsgrundande tävling
- "Inkluderande" -värdering. Dvs alla ska ges chansen att växa genom aktivt tävlingsdeltagande
- Hänsyn till Riksidrottsförbundets anvisningar för barn- och ungdomsidrott (Återfinns <[här](#)>)

För eventuella åkare utanför aktuell uttagning/tävling bör det aktivt göras möjligt att delta utom tävlan tillsammans med åkare från andra föreningar.

## 5.4 EGNA ARRANGEMANG

LCK har inför varje säsong en utsedd tävlingskommitté som ansvarar för planering och genomförande av eventuella tävlingar. Tävlingar kan spänna ifrån "Träningar i tävlingsformat" utan formella arrangemangskrav, till olika former av SCF-sanktionerade tävlingar med motsvarande krav på funktionärer, tidtagning, säkerhetsarrangemang mm.

Vilka som ingår i tävlingskommittén anslås på [www.laget.se/luleacykelklubb](http://www.laget.se/luleacykelklubb) Dessa kan kontaktas för frågor eller förslag på arrangemang.

## 5.5 SUBVENTION STARTAVGIFTER

Nedanstående riktlinjer avser betalande medlemmar i LCK.

Föreningen subventionerar startavgift för individuella tävlingar enligt följande:

### 5.5.1 Ungdomar 7-16 år

Tävlingsklass/Motionsklass/Motionslopp: Startavgifter betalas helt av klubben, upp till ett maxbelopp om 200kr/tävlingstillfälle

### 5.5.2 Junior 17-20 år

Tävlingsklass/Motionsklass: Startavgifter betalas helt av klubben, upp till ett maxbelopp om 200kr/tävlingstillfälle

### 5.5.3 H/D 21-xx

*Motionsklass och masterklasser:* För närvarande utgår ingen ersättning för startavgifter.

*Elitklass:* Riktlinjer och beslut för individuell bedömning inför aktuell säsong. Individuell ansökan om särskilda villkor med motivering och tävlingsplanering ska tillställas LCK styrelse senast 2 månader innan tävlingsstart på kommande säsong.

### 5.5.4 Återbetalning/Fakturerings

Där det inom ovanstående regelverk är möjligt att vid anmälningstillfället ange LCK som fakturaadress är detta tillåtet. I övriga fall sker all tävlingsanmälan mm mot eget utlägg.

Varje åkare får då själv sammanställa sina utlägg och skriva faktura till föreningens kassör. Förslagsvis sker detta i en sammanställning i slutet av vår- respektive höstsäsongen. Mall för utlägg återfinns på Luleå cykelklubbs interna medlemsforum på Facebook.

#### 5.5.5 Utebliven start (DNS)

I första hand rekommenderas att åkaren meddelar återbud till tävlingsledningen på ett sådant sätt att återbetalning av avgiften kan ske i enlighet med tävlingsledningens principer och beslut.

Om inte avgiften kan återbetalas av tävlingsledningen får åkaren stå för hela kostnaden själv.

#### 5.5.6 Efteranmälan

Klubben subventionerar ingen del av extra påslagen efteranmälningsavgift. För övrigt gäller subventionsregler enligt detta dokument.

### 5.6 SUBVENTION RESOR OCH BOENDE

Föreningen subventionerar resor och boende (läger och tävlingar) utgående ifrån följande grundprinciper

- Subventioneringen ska främja gemenskap och lagkänsla
- En budget som kan skalas till individ per år fastställs av styrelsen

Där inte särskilda undantag i enskilda fall beviljas av styrelsen utgår ersättning enligt följande (avser resor utanför länsgränsen)

- **700 kr** per tävlingsresa för SM-tävlingar
- **500 kr** per tävlingsresa för deltävlingar i nationella tävlingsserier

Styrelsen tar beslut om subvention av ledares resa när det anses nödvändigt.

Subventionen utfaller per anmäld åkare. Dvs. familjer med en åkare får en "subventionsandel" för ett givet arrangemang, familjer med två anmälda åkare får två subventionsandelar etc.

Som underlag för denna budgetdel ska en säsongsplan för träningsläger och tävling upprättas. Styrelsen kan justera ersättningsnivån inför varje säsong beroende på tex föreningens aktuella ekonomi. Om ett tränings- eller tävlingsevent varit föremål för riktad finansiering så utgår självklart ersättning inom ramen för tillgängligt belopp. Det åligger ansvarsperson för evenemanget att organisera detta och redovisa intäkt/utlägg till styrelsen.

## 6 SÄKERHET

---

Vid all tränings- och tävlingsverksamhet är godkänd hjälm obligatorisk.

Specifikt inom MTB går även utvecklingen av andra typer av skydd framåt. Föreningen rekommenderar framförallt användning av ändamålsenligt ryggskydd för ungdomar 7-16 år.

Ingen subvention av hjälmar eller övriga skydd är för närvarande möjlig. Eventuellt tillgängliga rabatter etc. meddelas via hemsidan samt tillämpbara sociala medier och distributionsgrupper.

## 7 FÖRSÄKRINGAR

---

LCK vill starkt rekommendera alla som deltar i föreningens verksamhet att se över sitt försäkringsskydd om olyckan skulle vara framme. Det är varje åkares (och/eller vårdnadshavares) ansvar att bedöma vilket försäkringsskydd som önskas. Några exempel på saker att känna till:

- Medlemsavgiften i LCK medför inget olycksfallsskydd för medlemmar (gäller generellt föreningar under Svenska Cykelförbundet).
  - För ideella ledare, tränare, domare, funktionärer och förtroendevalda ingår en olycksfallsförsäkring via RFs baslicens.
- För alla som löser tävlingslicens ingår ett försäkringsskydd vid tävling och träning utan extra kostnad. Se kap 5.2.
  - ☹ LCK rekommenderar att oavsett önskan att tävla ändå lösa Baslicens för att få försäkringsskyddet. ~~Information om rabatt 2022 <här>~~.
- SCF erbjuder en motionscykelförsäkring via Gjensidige. Information återfinns <här>
- Andra alternativ att titta på:
  - Startklar. Information <här>
  - Folksams idrottsförsäkringar (Motions och Elitidrott). Information <här>