**ORGANISASJONSPLAN**

**FOR**

**ORMSUND ROKLUB**

Idrettslagets logo

# 

godkjent av styret juni 2003, revidert på årsmøtet 5.APRIL. 2022.

# :

# Ormsund roklubs organisasjon

Ormsund roklubs formelle organer:

Årsmøte

Styret

Kontrollutvalg/revisor

Valgkomite

Rådet

## Årsmøtet

* Årsmøtet er lagets/klubbens høyeste myndighet.
* Årsmøtet blir avholdt 1. gang i året i måneden som er fastsatt i loven.
* Protokollen fra årsmøtet sendes til idrettrådet i kommune, og de særkretser idrettslaget er tilsluttet. Protokollen kan legges ut på idrettslagets internettsider.
* Innkalling til årsmøtet skal skje 1. måned før årsmøtet avholdes.
* Innkalling annonseres på nettet eller i avisen, eller sendes/legges ut til medlemmene.
* Innkomne forslag skal være styret i hende 2 uker før årsmøtet og sakspapirene skal sendes ut 1. uke før.
* Årsmøtet er for medlemmer i klubben, det vil si de som har betalt medlemskontingenten. Foreldre/foresatte har ikke fullmakt til å stemme for medlemmer under 15 år.
* Årsmøtet legger grunnlaget for styret sitt arbeid og alle som ønsker å bli med å bestemme hvordan klubben skal drives bør stille på årsmøtet.
* Årsmøtet skal gjennomføres slik det er fastsatt i lovens årsmøteparagraf §12

|  |
| --- |
| Styret |
| |  | | --- | | Styret i Ormsund roklub skal   * Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap samt oppgaver beskrevet i §1 NIFs lover, lovnorm for idrettslag. Styret dokumenterer de viktigste aktivitetene, møtene, fristene osv i roklubbens årshjul * Styret har ansvar for at det finnes retningslinjer for aktiviteten i klubben og skal jobbe for at roklubben er en inkluderende roklubb hvor alle klubbens medlemmer føler seg velkomne * 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. Styremedlemmene har ansvar for hvert sitt område, og i tillegg har samtlige styremedlemmer ansvar for klubbens økonomiske disposisjoner.   Et fulltallig styre i klubben består av følgende funksjoner:  **Leder**   * er klubbens ansikt utad, overfor Norges roforbund, og klubbens representant i møter og forhandlinger * står for klubbens daglige ledelse, koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet * innkaller til styremøter, forbereder saker og leder møtene * er ansvarlig for innhenting av lovpålagte politiattester * anviser utbetalinger sammen med kasserer * skal påse at valg, adresseforandringer, oppgaver over medlemmer o.a. som har interesse for/skal sendes inn til krets- og forbund, meldes til overordnede instanser innen gitte frister.   **Nestleder**   * fungere som leder under dennes fravær, og bør derfor være valgt med henblikk på at han/hun kan rykke opp som leder på et senere tidspunkt. * bistår leder og danner et lederteam med denne * Ansvar for utarbeidelse av søknader * har ellers definerte oppgaver, på samme måte som et ordinært styremedlem   **Sekretær**   * føre referat over alle styremøter og medlemsmøter * ansvar for medlemsregistrering, faktura medlemskap, følge opp innbetalinger m.m. * tar seg av inngående og utgående post, og eventuell arkivering * lage møteplan i samsvar med hele styret, distribuere denne til alle styremedlemmer * lage oversikt over styrets medlemmer, og sende det ut til alle medlemmene   **Kasserer/forretningsfører**   * disponerer lagets midler og har fullmakt til klubbens bankkontoer * har kjennskap til kontoplan og fører regnskap i henhold til denne (<http://www.idrett.no/ftp/Lover/doc/kontoplan.htm>) * anviser utbetalinger sammen med leder * har til enhver tid oversikt over lagets økonomiske situasjon og følger opp denne   **Hussjef**   * ansvarlig for driften av huset og eiendommen * ansvarlig for bruk og utleie, og at vedlikehold og reparasjoner blir utført * initierer dugnader på felleseiet, og på klubbens seksjon, eller sørger for innleie av personell til å utføre disse oppgavene * sitter i styret i sameiet   **Rosjef**   * ansvarlig for den idrettslige delen av klubbens virksomhet * overordnet ansvar for all trening, konkurranser og aktive innsats på idrettsplanet * ansvar for og oppfølging av klubbens trenere * ansvar for tildeling av båter og materiell til de aktive, og sørger for en rettferdig fordeling av klubbens utstyr * ved behov, opprette og lede et routvalg for å fordele oppgaver og innsats innenfor de forskjellige gruppene   **Materialsjef**   * ansvarlig for klubbens båter med alt tilbehør, og klubbens eiendeler, unntatt det som vedrører huset og eiendommen * ansvarlig for at vedlikehold og reparasjoner blir utført * initierer dugnader på felleseiet, eller sørger for innleie av personell til å utføre disse oppgavene | |

**Øvrige roller**

**Revisorer**

* skal vurdere om årsregnskapet er utarbeidet og fastsatt i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser, og om organisasjonsleddets styre har oppfylt sin plikt til å sørge for ordentlig og oversiktlig registrering og dokumentasjon av regnskapsopplysninger i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser
* hvordan revisjonen utføres finne si NIFs lov kapittel 4 eller på <http://www.lovdata.no/nif/hiff-20071128-0002.html#map004>

Kontrollutvalg

Kontrollutvalget velges av årsmøtet. Kontrollutvalgets oppgaver består ikke bare i granskning av regnskap. Den skal også granske styrets totale forvaltning, både den økonomiske og den virksomhetsmessige. utvalget har rett til, når som helst, å utføre sin kontroll/revisjon. I den hensikt å lette deres arbeid skal styret sørge for at komitéen hele tiden blir holdt informert om styrets og komitéenes arbeid, gjennom å få tilsendt protokoller/møtereferater.

Kontrollutvalget plikter:

• kontinuerlig å følge med i klubbens virksomhet og, ved behov, gi styret råd og anvisninger vedrørende forvaltningen,

• forlange at styret innkaller til ekstraordinært årsmøte eller selv innkalle til dette, om det oppdages noe som strider mot medlemmenes interesser,

• granske årsregnskapet iht. vedtektene, samt anbefale eller avgi anmerkninger vedrørende ansvarsfrihet for styret,

• senest på det tidspunkt vedtektene bestemmer avgi sin revisjonsberetning / komitérapport til styret, samt

• under årsmøte fremføre revisjonsberetningen/komitérapport.

**Valgkomité**

Valgkomiteen har en av klubbens viktigste oppgaver. Den har ansvaret for personalmessig og funksjonell utvikling av klubben ved å rekruttere nye styremedlemmer/-medarbeidere etter nøye vurderinger av medlemsmassen.

Valgkomiteen plikter:

• å utarbeide en arbeidsplan for inneværende valgperiode

• å vurdere styrets og komiteenes virksomhet

• se til at medlemmenes syn på styrets arbeid blir tatt opp til behandling

• å diskutere med styret om eventuelle endringer i styrets sammensetning

• å holde seg informert om, og diskutere med, medlemmene om ulike kandidater for styreoppdrag, og derigjennom få rede på om ønskede personer har kunnskap, tid og interesse for oppdraget

• å gjennomgå for styret og medlemmene hvilke forandringer / nomineringer som kommer til å bli foreslått

• ved behov å foreslå for styret at passende kandidater får relevant utdannelse for påtenkte oppdrag

• før årsmøtet, på det tidspunkt vedtektene bestemmer, avgi skriftlig forslag på nomineringen som skal forelegges medlemmene på årsmøtet

• under årsmøtet å presentere valgkomiteens forslag, samt

• etter årsmøtet å analysere eget nominasjonsarbeid.

**Rådet**  
Rådet er et rådgivende organ for styret, valgt av årsmøtet. De skal gi råd til styret ved forslag om at klubbens hederstegn eller fortjenstmedalje skal utdeles, og likeledes skal de innstille til æresmedlemskap, etter råd fra styret.

Rådet kan ta opp saker som de finner ønskelig å diskutere, og styret kan spørre rådet i saker av betydning for klubben.

**Øvrige utvalg/grupper**

**Aldermannsligaen**

Aldermannsligaen er en frittstående gruppe av medlemmer med minst 10 års medlemskap, som på grunnlag av sin innsats for klubben (sportslig, administrativt, eller på annen måte) blir forespurt av ligaen om de vil bli medlem.  
Aldermannsligaens primære hensikt er å støtte klubben økonomisk og på annen måte. Link vedtekter

**Utvalg**  
Det settes ned utvalg etter behov som skal delta i det praktiske arbeidet innen et begrenset område.

Routvalg, husutvalget, økonomiutvalg er eksempler på slike utvalg.

**Økonomi**

* styret er juridisk ansvarlig for lagets økonomi
* styret er ansvarlig for å sette opp budsjett før årsmøtet
* Alle innkjøp skal godkjennes av styret
* Alle betalte faktura skal attesteres av 2 personer, den som har bestilt varen og styreleder
* Det skal tegnes underslagforsikring for de som disponerer kontoene
* Regnskap og revisjon iht lover og regler inkl NIF Økonomi håndbok

## Regnskap

Klubben skal føre et regnskap der hver gruppe er en avdeling i regnskapet, dette i henhold til regnskapsloven.

Alle inn og utbetalinger skal gå gjennom klubben sin konto, det er ikke lov å sette penger som tilhører klubben medlemmer inn på personlige kontoer.

Alle egenandeler og startavgifter skal betales gjennom klubben.

Når en reiser med et lag kan det betales ut forskudd til lagleder, han skal da levere inn reiseoppgjør og kvitteringer for brukte penger.

En skal levere reiseregning/utleggskjema med kvitteringer for å få igjen det en har lagt ut.

## Medlemskontingent

Medlemskontingenten fastsettes på årsmøtet som egen sak. jf. egenbestemmelse i idrettslagets lov.

Medlemskontingent skal betales for hvert enkelt medlem, familiemedlem skap regnes som en rabattordning og en må fortsatt registrere hvert enkelt medlem med navn og betalt beløp da revisor skal kontrollere medlemslister mot regnskap.

### Treningsavgift

Alle aktive roere i Ormsund Roklub som trener i våre grupper betaler treningsavgift. Treningsavgiften faktureres separat og fastsettes årlig av styret. Denne dekker bruk/vedlikehold av klubbens utstyr og utgifter som skal dekke leie av Årungen som treningsarena for de som trener der. Treningsavgiften differensieres ut fra hvor utøverne har sin treningsarena. For de yngste inkluderer den også noe utgifter til hjelpetrenere for å ivareta sikkerheten. Utøvere som har egne tildelte båter betaler høyeste sats for treningsavgiften.

### Egenandeler

Klubbens policy er at man fakturerer de reelle kostnader etter hvert arrangement vi deltar på. Det tilstrebes at deltakerne får et overslag på kostnaden i forkant av hver enkelt arrangement. Alle utenbys regattaer/treningssamlinger blir belastet med egenandel dersom det er felles transport og overnatting. Utøvere som trener på Årungen og bruker klubbens bil som transport blir belastet med et mindre beløp per år som dekker noe av drivstoffutgiftene. Klubben dekker lisens til Norges Roforbund, samt alle startkontingenter på regattaer.

## Reklame/sponsoravtaler

Alle sponsor avtaler skal godkjennes av styret, en gruppe kan ikke inngå egne avtaler uten godkjennelse fra styret.

## Utleie

Ta kontakt med Hussjef [hussjef@ormsund.no](mailto:hussjef@ormsund.no) for spørsmål om leie og priser

## Retningslinjer for foreldre/foresatt

* Respekter klubbens arbeid. Det er frivillig å være medlem av Ormsund roklub, men er du med følger du våre regler
* Engasjer deg, men husk at det er barna som driver idrett – ikke du
* Respekter treneren, hans/hennes arbeid og anerkjenn ham/henne overfor barna dine
* Lær barna folkeskikk. Gå foran som et godt eksempel
* Lær barna å tåle både medgang og motgang
* Motiver barna til å være positive på trening
* Vis god sportsånd og respekt for andre.
* Ved uenighet snakker du med den det gjelder – ikke om
* Husk at det viktigste av alt er at barna trives og har det gøy!
* Bidra ved regattarrangementer i klubbens regi

## Retningslinjer for utøvere

* Gode holdninger
* Respektere hverandre
* Lojalitet mot klubb og trenere
* Hjelpe hverandre
* Følge klubbens regler
* Stille opp for hverandre
* Ærlig overfor trener og andre utøvere.
* Godt samhold
* Stå sammen
* Stille på treninger og stevner en har forpliktet seg til.
* Vise engasjement
* Gode arbeidsholdninger.
* Stolthet av sin egen innsats.
* Objektivt ansvar for miljø og trivsel.
* MOBBING ER IKKE AKSEPTERT

## Retningslinjer for trenere

**SOM TRENER I SKAL DU BIDRA TIL:**

• Mestring, selvstendighet og tilhørighet for utøveren

• Positive erfaringer med trening og konkurranse

• Å fremme et godt sosialt miljø, lagånd og vennskap

• At utøvere skal kunne drive idrett i andre avdelinger

• Samarbeid og god kommunikasjon med andre trenere, ledere og foreldre

• Vær et godt forbilde

• Møt presis og godt forberedt til hver trening

• Som trener er du veileder, inspirator og motivator

• Bry deg litt ekstra og involver deg i utøverne dine

• Bli kjent med utøvernes individuelle mål og opplevelser av treningen

• Søk å utvikle selvstendig vurderingsevne hos utøveren

• Vis god sportsånd og respekt for andre

• Vær bevisst på at du gir alle utøverne oppmerksomhet

• Enhver utøver eller gruppe skal utfordres til å utvikle sine ferdigheter

INNHOLDET I TRENINGEN SKAL VÆRE PREGET AV:

• En målrettet plan

• Progresjon i opplevelser og ferdigheter

• Stadig nye utfordringer slik at utøveren flytter grenser

• Effektiv organisering

• Saklig og presis informasjon

• Kreative løsninger

• Fleksibilitet ved problemløsning

Som trener er du ansvarlig for god kommunikasjon

## Mobbing

Mobbing foregår i det norske samfunnet både skriftlig og muntlig, og ikke minst ved bruk av sosiale medier.. Dette er noe klubben ikke aksepterer.

## Seksuell trakassering

Idretten tiltrekker seg dessverre personer som ikke kommer til oss pga idretten vi utfører, men for å finne lette offer for sine egne laster.

<http://www.idrett.no/ftp/pdf/brosjyreseksuelltrakassering.pdf>

## Alkohol

**IDRETTENS HOLDNING TIL ALKOHOL**  
Vedtatt av Idrettstyret 16. mars 2004, sak 54

1. Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité skal fremstå som en organisasjon som arbeider mot bruk av alkohol i idrettslig sammenheng. (NIFs lov §11-2 g)

2. Barn og unge som deltar i aldersbestemte klasser (under 18 år) skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trenere, ledere og utøvere skal fremstå som gode forbilder for barn og unge og ikke nyte alkohol i samvær med utøvere i denne alder.

3. Medlemmene i organisasjonen skal informeres om de skadevirkninger alkohol har på prestasjonsevnen, sikkerheten og det sosiale miljø.

4. Tribunekulturen skal være trygg, familievennlig og alkoholfri. På tribunene skal det derfor ikke nytes alkohol i tilknytning til konkurranseaktiviteter. I lokaler tilknyttet idrettsanlegg gjelder de kommunale skjenkebestemmelser dersom lokalet leies ut til private. (NIFS lov §11-2 g)   
    
5. Idretten skal ha en restriktiv holdning til samarbeidsavtaler med bedrifter som har en vesentlig del av sin virksomhet knyttet til salg av alkoholholdige drikke/ produkter. Alle organisasjonsledd pålegges å følge norsk alkohol-lov med forskrifter og retningslinjer. Arenareklame og utstyrsreklame utføres iht gjeldende lovverk. Særforbund og kretser informerer underliggende ledd, herunder klubber og lag. Norsk alkohollov gjelder for alle som deltar på idrettsarrangement i Norge. Det vil si at også internasjonale aktører må forholde seg til den norske lovgivningen når de deltar på idrettsarrangement i Norge.

***Forbudet mot reklame for alkoholholdig drikk finner vi i  alkohollovens § 9-2.*** *All reklame for alkoholholdig drikk er forbudt. Alkoholholdig drikk er definert som drikk med alkoholinnhold over 2,50 volumprosent alkohol. I utgangspunktet rammes ikke reklame for lettøl av forbudet. Det er imidlertid forbudt å reklamere for andre varer med samme varemerke eller kjennetegn som alkoholholdig drikk.*

## Politiattest

Politiattest skal avkreves av personer som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Med mindreårige menes barn og unge under 18 år.

Personer under 18 år skal også avkreves politiattest. Den nedre grense er 15 år.

Hvem skal vi ha attest fra. Trenere, oppmenn, foreldre som er med på turneringer som ledere. De som ofte kjører andre sine barn. Det er bedre å ha for mange attester en for lite.

**Hva skal Ormsund gjøre?**

* Styret skal avkreve politiattest av alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver

for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige

eller mennesker med utviklingshemming

* Styrets leder er ansvarlig for å håndtere ordningen med politiattest

i Ormsund

* Styret må informere om ordningen på idrettslagets hjemmeside. Der skal også navn

og kontaktinfo på personene som skal håndtere ordningen i idrettslaget, fremgå

* Ormsund må fastsette hvilke oppgaver og hvilke personer som er omfattet av ordningen
* Den styreoppnevnte skal informere de(n) aktuell(e) personen(e) om at de(n) må ha

politiattest

* Den styreoppnevnte skal sende inn søknad om politiattest til politiet. Søknaden må

undertegnes av søkeren og av den styreoppnevnte. Attesten sendes fra politiet til

den enkelte søker

* Alle som skal ha politiattest må fremvise attesten for den styreoppnevnte
* Den styreoppnevnte skal lagre opplysninger om hvilke personer som er avkrevd

politiattest, at attesten er fremvist og dato for fremvisningen. Selve attesten beholdes av søkeren

* Idrettslaget skal ikke gi oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor

mindreårige eller mennesker med utviklingshemming til personer som ikke fremviser

politiattest eller som har anmerkninger på attesten

* Idrettslaget kan når som helst kontakte NIF for råd og veiledning i disse sakene på

telefon 800 30 630 eller på e-post til politiattest@idrettsforbundet.no

## Dugnad

**DUGNADSVETT - NOEN ENKLE KJØREREGLER:**

* Dugnad skal i utgangspunktet være frivillig. Idrettslagene kan selvsagt henstille medlemmer og foreldre om å stille opp på dugnad, men deltagelse må baseres på frivillighetsprinsippet og ikke innføres som ”tvangsordninger”.
* Et idrettslag kan heller ikke på pålegge foreldre som ikke er medlemmer å stille på dugnader og gi dem bøter for uteblivelse fra dugnader.
* Styret kan heller ikke på prinsipielt grunnlag vedta ”bøter” for at medlemmer ikke stiller og eller ikke kan stille på dugnad.
* Årsmøtet i klubben kan i særlige tilfeller pålegge medlemmer å stille på dugnad der dette er en forutsetning for at aktiviteten skal kunne gjennomføres og der alternativet er at aktiviteten må legges ned. I så fall vil pålegget måtte gjelde medlemmene.

1. Idrettslaget kan fastsette en treningsavgift for aktive medlemmer i tillegg til årskontingent. Treningsavgiften skal i så fall gjenspeiles i det konkrete tilbudet som gis dem. Foreldre og medlemmer kan selvsagt tilbys å betale denne avgiften i form av frivillig innsats/dugnad og få dette fratrukket fra avgiften. Men da gis dette som tilbud og deltagelsen vil være frivillig.

# Utmerkelser og æresbevisninger

Statutter for Ormsund roklubs fortjenstemedalje

Statutter for Ormsund roklubs hederstegn

**Æresmedlemskap Ormsund roklub**

# Opptagelse som æresmedlem skjer på ordinært årsmøte etter innstilling av Rådet. Det kreves 2/3 flertall ved skriftlig avstemming uten forutgående diskusjon

# Informasjon

Ormsund roklub informerer medlemmene via mail, facebook og nettsiden [www.ormsund.no](http://www.ormsund.no). I tillegg avholdes det medlemsmøter.

**Klubbregler**

Litt om antrekk  
**Regatta:**  
Når du skal delta i regatta er det viktig at du og hele laget er likt og korrekt kledd. Rodrakten skal være ren og i orden.  
Klubbens roantrekk er sort bukse, hvit trøye med blå tverrstripe, og klubbens merke over stripen på brystet.

**Representasjon:**  
Ved festlige anledninger, eller ved representasjon, er klubbens antrekk:

Blå jakke (Blaser), med klubbens flagg og 2 årer i kryss på venstre brystlomme.  
Eventuelt kan en bruke blå lue til, med samme merke.  
Hvite, grå eller blå bukser, alternativt skjørt for damene.

**Roreglement**  
Ta vel vare på materiellet – det er ditt.

De følgende regler for roing er laget for å ta vare på roere og materiell, slik at en unngår skader og unødig slitasje. I tillegg til disse reglene bør du sette deg inn i sikkerhetsreglementet som primært skal sikre roerne mot skader og ulykker.

**Uttak av båt**  
Laget skal føres inn i ro-journalen før man legger ut. Stroken påser at laget innføres, og at ro-journalen blir oppdatert etter at man er kommet i land igjen. Dette gjør det mulig å sette i gang søk etter savnet båt og mannskap.

Årelæret smøres med fett og årene bæres først ut, med årebladene fremover og legges ytterst på bryggen med årebladet utenfor bryggekanten.

Når båten bæres ut må dette skje med den største forsiktighet. Har laget instruktør med har denne kommandoen, ellers har stroken eller styrmann denne.

Ved ut- og innbæring av båter skal helst en person være tilstede, fortrinnsvis cox eller instruktør, for å hjelpe til med å hindre skader. Når båten skal settes på vannet påser stroken at alle har skotuppene innenfor kaikanten. ( setter du skotuppene utenfor er det meget lett å skade sidene på båten)

**Innriggere**:  
Rydd bryggen for årer og annet før båten trilles ut.  
Ved uttak av innrigger og ¾ ing, settes båten ut i enden av bryggen. Båten bæres av en person i baugen og to på hver side i den andre enden. Roret settes på etter at båten er lagt langs siden av bryggen. Husk gjerne flagg på innriggere.

Ombordstigning  
Årene settes først i og sikres ved å skru igjen svivelen. Ved ombordstigning i innrigger går 1 og 2 ombord først, deretter følger 3 og 4 og til slutt cox . I utrigger går cox ombord først, deretter går hele laget ombord idet de skyver båten ut fra bryggen.  
Føttene skal kun plasseres på fotplaten mellom sleidesporene.

Ilandstigning  
Båten legges til ved bryggen med akterenden innerst (nærmest båthuset).  
Føttene skal kun plasseres på fotplaten mellom sleidesporene.

Coxen går først i land og støer båten, deretter går 4 og 3 i land og så 2 og 1. I åtter går cox , 8, 7 osv. De som har rodd på strokesiden passer båten mens baugsidens roere bærer årene på plass. Båt og årer skal spyles med ferskvann og tørkes grundig før de bringes tilbake til sine bestemte plasser.

**Langtur**  
Søknad om båt til lørdags-, søndagstur innleveres til rosjefen onsdag før den lørdag turen skal finne sted. Rosjefen avgjør hvilke båter lagene skal ha, og hvor mange lag som kan reise på langtur. Søknad om båt til lengre turer sendes skriftlig til styret i god tid.  
Se sikkerhetsreglene for spesielle tiltak før turen.

Begynnere  
Begynnere melder seg for en av instruktørene eller et av routvalgets medlemmer som vil sørge for instruksjon og rettledning.  
Klubben har båter av forskjellige typer og kvaliteten vil variere noe. Enkelte båter benyttes til regattaer, og er i topp stand, mens andre er eldre og mer brukt, uten at dette betyr noe for trening.  
Nybegynnere kan bare gjøre bruk av det materiell som til enhver tid er bestemt av styret ved rosjefen.

Bruk av klubbens båter  
Ingen må benytte noen av klubbens båter uten rosjefens tillatelse. Rosjefen kan gi det enkelte medlem generell tillatelse til å benytte en eller flere båter. Skader som måtte oppstå på en båt, eller andre av klubbens eiendeler, erstattes fullt ut av den/de som har benyttet båt og materiell uten tillatelse.

Treningsledere / trenere Disse har å påse at roreglementet og sikkerhetsreglene blir fulgt. De skal sette sammen lag og sørge for at disse kommer ut i båt på en forsvarlig måte.

Roere av alle kategorier plikter å rette seg etter anvisning som blir gitt fra trenere eller styret ved rosjefen.

Landstigning utenom robrygge  
Landstigning må kun skje med båter som det er gitt tillatelse til kan brukes til slikt (typisk mosjonistmateriell). Landstigning må kun skje på steder hvor båtene ikke er utsatt for støt eller annen skade. Søk fortrinnsvis ly i le for vind. Hold god utkikk til begge sider etter skjær og steiner. Under ingen omstendighet må man ro nærmere land enn at båten flyter fritt, og at årene ikke blir skadet mot land eller sjøbunn. 1 går først uti og støer båten til også de andre er kommet ut. 2 roere bærer årene på land og coxen tar roret, mens de øvrige blir ved båten. Først når alle er på plass løftes båten og bæres på land hvor den leggestil rette , slik at den går klar av stein og lignende som kan skade båten. Bruk gjerne drivved eller gressbakke som underlag. Ha tilsyn med båten så lenge landgangen varer. Legg båt og årer slik at uvedkommende ikke kommer til. Sjøsetting foregår i omvendt orden.

Se forøvrig Norges Roforbunds Langturreglement § 7.

Oppførsel  
Husk at du representerer klubben under trening på land og når du er ute med båt. En må derfor oppføre seg slik at ingen tar anstøt av det og klubben bringes i vanry..

Badedrakt skal benyttes hvor det ansees påkrevet.

# Hus regler

**Husorden**  
Ormsund Roklubs hus er reist av klubbens egne medlemmer. Medlemmene må selv påse at det til enhver tid hersker god orden og renslighet, god tone og hygge i og rundt klubbhuset. Husk at det følger ikke bare rettigheter, men også forpliktelser med det å være medlem i klubben. Gjør ditt til å heve klubbånden på enhver måte.  
Intet reglement kan gi uttømmende forskrifter for det som bør gjøres og ikke bør gjøres, men denne husorden er ment som en rettesnor:

Klubbhuset  
Klubbhuset er et sameie. Det medfører at en må ta hensyn til de øvrige beboere og unngå unødig støy tidlig om morgenen og om kvelden.

Derfor trener vi ikke før 0700 om morgenen eller etter kl. 2200 om kvelden på de første fem dagene i uken.

Lørdag og søndag er tilsvarende tid: 0800 – 2200.

Den siste som forlater huset er ansvarlig for at alle vinduer og dører er forsvarlig stengt og forøvrig alt i orden.

Alt lys skal være slukket og badstuovnen skal være slått av.

1. b Private eiendeler  
I utgangspunktet skal private eiendeler ikke oppbevares i klubbhuset eller på eiendommen. Dersom det er behov for unntak, skal det innhentes spesiell tillatelse fra styret (hussjefen). Hussjefen fører register over private eiendeler. Dette registeret skal inneholde minst:

* Eierens navn
* Beskrivelse av hvilke eiendeler tillatelsen omfatter
* Når tillatelse er gitt og når den opphører
* Betingelser for oppbevaringen ( ev. leie / fjerning osv.)
* Hvem som kan disponere gjenstanden ( e)

Som en hovedregel skal det betales leie for oppbevaringen for alt som ikke er direkte til nytte for klubben. Leie tilfaller klubben eller sameiet.  
Roklubben, eller sameiet, er ikke ansvarlig for slike eiendeler, og eieren må selv sørge for forsikring, eller påta seg et eventuelt tap / skade som oppstår på gjenstandene.  
La ikke treningstøy eller andre ting flyte rundt omkring, og ta med deg det som er ditt når du går.  
Gjenstander som er plassert i klubben eller på eiendommen uten avtale kan klubben kaste, gi bort eller selge til inntekt for klubben. Dette gjelder også for treningstøy.  
Er gjenstandene av en størrelsesorden som krever bortkjøring vil eieren stå ansvarlig for kostnadene ved fjerningen.

2. Alkohol og tobakk

Enhver bruk av alkohol og tobakk er forbudt i klubbhuset, unntatt ved spesielle anledninger hvor styret har gitt dispensasjon.

3. Båthallen

a. Hver båt har sin anviste plass. Den må ikke lagres andre steder.

b. Alle årer skal etter bruk settes tilbake i årestativet. Hvert sett har sin nummererte plass.

c. Verktøy som lånes eller brukes i eller utenfor båthallen skal bringes tilbake på plass straks etter bruk.

d. Pass på å skru alle kraner godt igjen etter bruk. NB. Også kranen for spyleslangen utenfor.

e. Hvis huset blir stående tomt, er siste lag (mann) som legger ut ansvarlig for at dørene er forsvarlig lukket og alt i orden.

f. Rydd etter deg – alt utstyr har sin faste plass.

4. Garderober

a. Før du går inn i garderobene skal skotøy som benyttes ute skiftes til innesko.Det gjelder også treningssko som benyttes under utendørs trening.

b. Ikke la tøy eller andre effekter flyte rundt. Litt orden gjør det triveligere for alle.

c. Dørene til klubbrommet og garderobene skal holdes lukket.

d. Ingen må vise seg utenfor badene eller garderobene uten klær.

f. Etter endt trening skal alle klær tas med hjem. Klubben har ikke ansvar for gjenglemt tøy.

g. Rydd etter deg. Papir, såpe, sjampo osv. må ikke legges igjen i dusj eller garderober. Bruk papirkurvene.

5. Bad, kjøkken.

a. Spar på det varme vannet

b. Steng alle kraner godt etter bruk.

c. Tørring etter dusj og fotvask skal så vidt mulig foregå i dusjen.

d. Kjøkkenet skal ryddes etter bruk, og oppvask skal settes i oppvaskmaskin.

5. Styrerom, klubbrom og veranda.

a. Møbler og annet inventar må behandles varsomt.

b. Pass på å holde golvet rent og fritt for papir og annet avfall.

c. Verandaen skal normalt ikke benyttes av klubbens medlemmer.

Husstyret består av 3 medlemmer: Hussjefen, og 2 medlemmer. Hussjefen forestår tilsynet med hus og eiendom. Hussjefen forestår utleie av lokalene. Forøvrig samarbeider medlemmene av husstyret også ved interne tilstelninger o.l.

6. Parkering  
Parkering for klubben medlemmer skal skje på oppmerkede plasser på oversiden av huset, det gjelder også for sykler