



SAKSLISTE ÅRSMØTE FROL IL

MANDAG 10.MARS 2025 KL 18.00 - 20.30

Trønderhallen

Sakliste:

Sak 1: Godkjenne de stemmeberettigede medlemmene

Sak 2: Velge dirigent(er)

Sak 3: Velge protokollfører(e)

Sak 4: Velge to medlemmer til å underskrive protokollen

Sak 5: Godkjenne forretningsorden

Sak 6: Godkjenne innkallingen

Sak 7: Godkjenne saklisten

Sak 8: Behandle idrettslagets årsberetning, herunder årsmeldinger fra avdelingene

Sak 9: Behandle

Sak 9.1 Idrettslagets regnskap

Sak 9.2 Behandle kontrollutvalgets beretning

Sak 9.3 Behandle beretning fra revisor

Sak 10: Behandle forslag og saker

Sak 10.1 Statutter for elitefondet

Sak 11: Fastsette medlemskontingent 2025 og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.

Sak 12: Vedta idrettslagets budsjett

Sak 13: Behandle idrettslagets organisasjonsplan

Sak 14: Valg

14.1 Styre

14.2 Kontrollutvalg

14.3 Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene

14.4 Valgkomité

FORRETNINGSORDEN FOR GJENNOMFØRING AV ÅRSMØTE I Froi IL

1. Gjennomføring av årsmøtet

1.1 Årsmøtet ledes av den valgte dirigenten, og skal gjennomføres i samsvar med NIFs lov og denne forretningsorden.

1.2 Enhver som ønsker ordet på årsmøtet, må melde seg til talelisten og kan bare tale til årsmøtet når dirigenten har gitt vedkommende ordet.

2. Taletid

2.1 Medlem/årsmøtevalgt organ med forslag på saklisten, gis nødvendig taletid for å presentere forslaget.

2.2 For etterfølgende innlegg, er taletiden tre minutter for første innlegg, to minutter for andre innlegg og ett minutt for tredje innlegg. Ingen gis rett til ordet mer enn tre ganger i samme sak.

2.3 Etter forslag fra dirigenten eller et medlem/årsmøtevalgt organ, kan årsmøtet beslutte å:

- sette strek for de innregnede talere
- sette strek for nye forslag
- øke antall innlegg
- endre taletiden
- gi taletid til personer uten talerett

2.4 Person med talerett som ber om ordet til forretningsorden har ett minutt taletid.

3. Behandling av forslag på årsmøtet

3.1 Person som vil fremme eventuelle forslag/endringsforslag, under årsmøtet må meddele forslaget skriftlig til dirigenten og være signert av medlemmet.

3.2 Forslag kan bare fremmes i saker som står på saklisten.

3.3 Etter at saklisten er godkjent, kan ikke forslag som fremgår av saklisten trekkes uten at årsmøtet aksepterer dette.

4. Stemmegivning

4.1 Stemmegivning gjennomføres i samsvar med dirigentens angivelse. Dirigenten skal klart angi hvilken sak det skal stemmes over..

4.2 Dersom det kreves eller er nødvendig med skriftlig avstemming, skal avstemming skje ved å benytte skriftlig skjema.

5. Protokoll

5.1 Det føres protokoll over årsmøtets forhandlinger. Protokollen føres av de årsmøtet har valgt til å føre protokoll.

5.2 I protokollen innføres hvem som har hatt ordet i sakene, hvilke forslag som er fremmet, hvem som er forslagsstiller, hvilke vedtak som er fattet i den enkelte sak, og resultatet av avstemninger med antall stemmer for og imot og ev. blanke stemmer.

5.3 Protokollen skal publiseres på idrettslagets hjemmeside så snart den er godkjent.

Årsmøte i Frol IL

Avholdes mandag 10.mars 2025

Kl 18.00 i Trønderhallen

Saker til årsmøte må meldes leder Heidi Alstad

innen 24.februar på mail: hovedstyret@frolil.no



Styret



Årsmelding for Frol IL for 2024



Arbeidsutvalget har i 2024 bestått av følgende:

Leder:	Heidi Alstad
Nestleder:	Arne Grevskott
Kasserer:	Tore Svendgård
Sekretær:	Charlotte Ertås
Styremedlem:	Narve Nordbotten
1.varamedlem:	Olav Aspli
2.varamedlem:	Morten Munkeby

Styrets arbeid

Det har i løpet av året vært avholdt 6 styremøter. Styret har behandlet 40 saker.

Styrets fokus har vært samarbeid mellom avdelingene med mål om felles klubbfølelse, slik at avdelingene ikke blir en «klubb» i klubben. Ved et bedret samarbeid mellom avdelingene kan vi redusere mengden av treninger som kolliderer, slik at vi kan unngå at utøverne må velge idrett for tidlig. Avdelingene og hovedlaget skal samarbeide for å unngå kollisjoner mellom store arrangement og samlinger

Medlemstall pr. 31.12.2024

Styret har fortsatt fokus på medlemstall. Det er viktig at de som deltar på organisert tilbud er medlem blant annet for tilbakebetaling av medlemskontingent og aktivitetsmidler til avdelingene. I medlemskapet ligger det også forsikring for alle under 13 år. Det er gjort en jobb med å rydde opp i medlemmer som ikke har betalt medlemskap de siste to årene. Disse skal i henhold til idrettsforbundets lover automatisk tape medlemskapet. Pr. 31.12.2024 var det 735 medlemmer. Det er stor bevegelse i medlemsmassen og dermed en god del arbeid med oppfølging.

Økonomi

Frol IL har en sunn økonomi. 20 % av medlemskontingenten tilbakeføres til avdelingene. I tillegg går aktivitetsmidlene og grasrotandelen i sin helhet tilbake til avdelingene. Det vises ellers til regnskap som legges fram og som behandles som egen sak på årsmøtet.

I 2024 mottok Frol IL en minnegave i forbindelse med Olav Lægrans bortgang. Olav var mangeårig medlem i Frol IL og minnegaven på 19000 kr skal etter ønske fra etterlatte gå til å skape aktivitet.

Hjemmesiden

Adressen til Frol IL sin hjemmeside er www.frolil.no. Hjemmesiden har vært flittig brukt av noen avdelinger. Det er fortsatt avdelinger som kan bli flinkere til å bruke hjemmesiden. Ansvarlig for hjemmesiden har vært nestleder Arne Grevskott.

Representasjon

Heidi deltok på årsmøtet i Vulusjøvegen Driftsselskap SA.

Heidi var representant på årsmøtet i Levanger Idrettsråd. Heidi deltok på generalforsamlingen for Torsbustaden Skisenter AS og på ekstraordinær generalforsamling.

Heidi deltok på generalforsamlingen i Vulusjøen løypekjøring AS.

Tildeling fra elitefondet i 2024

Det er gledelig å se at det er stor aktivitet og mange som satser i Frol IL. Følgende løpere fikk tildelt støtte fra elitefondet i 2024:

Tobias Alstad, orientering: kr 17.500

Martin Vehus Skjerve, orientering: kr 17.500

Mads Engan Heggelund, friidrett: kr 10.000

Magnus Alstad, orientering: kr 10.000

Jonas Alstad, orientering: kr 7.500

Ludvig Langøygaard, orientering: kr 7.500

Vulusjøen Løypekjøring AS

24. juni 2019 ble Vulusjøen Løypekjøring AS stiftet. Frol IL gikk inn med 40 % prosent eierandel, 40 aksjer a kr. 1.000, til sammen kr. 40.000, -. Frol IL har en representant i styret, Ole A. Hustad.

Frol IL har inngått en avtale med Vulusjøen Løypekjøring AS om at de utfører nødvendig preparering på Frolfjellet skisenter og løyper ved konkurranser i regi av Frol IL. Som kompensasjon skal Vulusjøen Løypekjøring disponere garasjelegget på Frolfjellet skisenter. Frol er ansvarlig for å skaffe minst en av kjørerne til løypemaskinen. I dag har Frol IL fire løypekjørere, Odd Langeland, Arve Munkeby, Jan Jacobsen og Kristian Matberg.

Servering på Roknesvollen

Salg på Roknesvollen foregikk fra midten av januar og til over påske. Frol IL har fått innvilget søknad fra statsforvalteren for kjøring inn til Roknesvollen med varer.

Vulusjøveien

Frol IL er medeier i Vulusjøvegen Driftsselskap SA. Vulusjøvegen er en god samarbeidspartner og bidragsyter ved store arrangement i Frolfjellet skisenter. De sørger også for brøyting inn til idrettshytta på Frolfjellet skisenter.

Torsbustaden Skisenter AS

22.06.2020 ble Torsbustaden Skisenter AS etablert. Frol IL gikk inn med 4% av eierandel, til sammen kr. 20 000,-.

Frolhytta i Frolfjellet skisenter

Hytta forvaltes i sin helhet av ski- og skiskytteravdelingen og kan leies av lag og foreninger, og til

Årsmelding for Frol IL hovedlaget for 2024

private arrangement. Alle avdelinger i Frol IL kan låne Frolhytta uten kostnad. Marita Jacobsen har tatt på seg å være «pedell» for Frolhytta og hun kan kontaktes ved behov for leie.

I et tilsyn fra mattilsynet ble det oppdaget store forekomster av enkelte mineraler, bl.a. arsen. Dette medførte at vannet i Frolhytta ikke ble godkjent til bruk i matlaging eller drikke. Som oppfølging etter tilsynet, ble det i ekstraordinært årsmøte besluttet at Frolhytta skal knyttes til vannanlegget til Vulusjøen Vasslag Drift SA.

Særlige gode idrettsprestasjoner og tildelte priser

Avdelingenes årsmeldinger viser at medlemmer av laget har prestert godt i både nasjonale og internasjonale mesterskap m.m. Spesielt nevnes her utøvere som har medaljer i norske og internasjonale mesterskap.

Orientering:

Anne Eline Vehus Skjerve fikk NM-sølv i jr-NM ski-orientering. Solveig Skoglund Leithe fikk bronse i HL lang og sølv i HL ski-orientering. Ludvig Langøygard fikk bronse i HL sprint. Jonas Alstad fikk sølv i HL sprint og HL lang. Gøril Rønning Sund fikk sølv i NM lang.

Innsatspokalen for 2024

For 2024 tildeles innsatspokalen Sondre Skoglund Leithe og Mari Solberg Opdal. Sondre har stilt flittig opp på treninger og løp over flere sesonger. Han er en av de mest aktive løperne i Frol med hele 47 terminfestede løp i 2024. Sondre er en stayer, som typisk holder ut i lange løp under krevende værforhold. I tillegg til orientering, er Sondre fortsatt aktiv på ski for Frol og har deltatt på håndball for Frol ut ungdomsskole. Mari har prestert godt på friidrettsbanen i 2024. Hun er allsidig innen friidretten, men satser mest på stavhopp. Hun satte kretsrekord i stav, og under Lerøylekene (kretskamp) oppnådde hun gull i høyde og stav, og i tresteg. Hun er dedikert til trening og reiser gjerne til Steinkjer eller Stjørdal for å trene stav.

Frol-vimpelen for 2024

Anne Eline Vehus Skjerve tildeles vimpel for NM-sølv jr-NM ski-o. Solveig Skoglund Leithe tildeles vimpel for 3.plass i HL lang og 2.plass HL ski-o. Ludvig Langøygard tildeles vimpel for 3.plass HL sprint.

Vimplene ble delt ut på orienteringsavdelingens avslutningskveld.

Sosiale tiltak

Seniortreffene

Seniortreffene arrangeres regelmessig og i 2024 ble det gjennomført 10 møter. Hans Moltzau kaller inn til treff hver første mandag i måneden utenom sommerferien i juli og august. Det er godt oppmøte på treffene og i snitt økte antall oppmøtte i 2024. På treffene drøftes idrett, prestasjoner og tiltak og det sosiale er sentralt. Seniorgruppa har også vært involvert i merking av kløvveiene. Hans skriver referat fra hvert møte og legger ut på hjemmesiden. Møtene arrangeres i Trønderhallen

Allidrett

Allidrett har i 2024 vært et tilbud for barn født 2016 og 2017. Allidrett er et tilbud hvor alle barn kan få prøve ulike aktiviteter, og bli kjent med ulike idretter. Ved å gi et allidrett-tilbud, håper vi å bidra til

Årsmelding for Frol IL hovedlaget for 2024

at flere ønsker å delta og være i aktivitet, og i så måte være et supplement til alle de idrettene og aktivitetene som allerede finnes. Tilbudet er foreldrestyrt og på enkelte årstrinn har det dessverre vært en utfordring med å finne foreldre til å lede aktiviteten.

Friidrettsskole

Frol IL friidrett arrangerte friidrettsskole over 6 tirsdager i mai og juni. Den var åpen for alle i alderen 7-12 år og ble avsluttet med T-A sprintstevne.

Håndball fellesskap

Håndballavdelingen deltok også i 2024 på felles cup. De minste var på Sparebankcup på Steinkjer og utøvere fra 11 år og oppover deltok på Baldus cup på Lillehammer.

Folkeløpet

Folkeløpet måtte dessverre avlyses i 2024 på grunn av lav forhåndspåmelding. Løpet vil forhåpentligvis være på plass igjen i 2025

Andre arrangementer og tiltak

Lavterskeltilbud som Frolkarusellen på ski, O-7-eren og O-trampen i orientering kan nevnes som sosiale tiltak. I tillegg har trimavdelingen bidratt med to nye sittegrupper til Roknesvollen og har arbeidet godt med å rydde og merke kløvveger

Konklusjon og oppsummering

Styret vil berømme det arbeidet som har vært gjort i alle avdelingene for å opprettholde aktivitet. Med den innsatsen som er lagt ned av hver og en av dere har gitt oss mye idretts glede, samhold og begeistring.

Styret takker for utmerket samarbeid med avdelingene og alle som hver på sin måte bidrar til at Frol IL får til meningsfylt tilrettelegging.

Frol IL, 10. mars 2025

Heidi Alstad

Leder

Arne Grevskott

Nestleder

Tore Svendgård

Kasserer

Charlotte Ertsås

Sekretær

Narve Nordbotten

styremedlem

Statutter for elitefondet

Elitefondet ble opprettet av styret i Frol IL i 1990 og formelt vedtatt av årsmøtet samme år.

Elitefondets formål er å gi økonomisk støtte til gode idrettsutøvere i Frol IL til ytterligere innsats for å oppnå gode prestasjoner.

Fondets midler

Fondets bør til enhver tid være i størrelsesorden på kr. 100 000,-. Årlig renteavkastning skal tilføres fondets aktiva. I tillegg kan fondets aktiva styrkes med gaver og sponsormidler.

Styret har det overordnede ansvaret for å opprettholde og styrke fondets aktiva. Styret skal også fremme forslag på Frol ILs årsmøte for avsetning av midler til fondet.

Søknaden

Søknad om midler fra Elitefondet sendes til avdelingsleder innen 1. februar. Avdelingsleder vurderer søknader og prioriterer disse. Prioritert liste sammen med søknaden sendes til leder i Hovedlaget innen 15. februar.

Søknaden skal inneholde søkerens navn, alder og idrettsgren i tillegg til de øvrige krav rettet i punktet «Tildelingskriterier».

Tildelingskriterier

Midler fra elitefondet kan tildeles medlemmer av Frol IL som har vært medlem i minst to år og presterer på nasjonalt nivå i sin idrettsgren. Det vil bli gjort en skjønnsmessig vurdering av dette i hvert enkelt tilfelle. Utøverens prestasjoner de siste to-tre år skal dokumenteres i søknaden. I tillegg skal utøverens motivasjon og mål beskrives. Utøveren må ha fylt 17 år innen utgangen av året det søkes for

Forpliktelser etter mottatt stipend

Representasjon:

Utøvere som tildeles midler fra fondet forplikter seg til å representere Frol IL i minst to sesonger etter tildelingen. Dette gjelder også i de andre idrettsgrenene som klubben til enhver tid har.

Økonomi:

De tildelte midler kan benyttes til dekning av utgifter i forbindelse med treninger og samlinger, samt reiser og opphold ved viktige konkurranser i sesongen. Videre kan midler benyttes til anskaffelse av utstyr til trening og konkurranse.

Kvitteringer for utgifter sendes til klubbens kasserer innen utgangen av tildelingsåret.

Ubenyttede midler faller tilbake til elitefondet.

Nr.	Kontonavn	Budsjett denne periode	Budsjett hittil i år
	Salgs- og driftsinntekt		
3000	Medlemskontingent	120 000 cr	120 000 cr
3003	Gaver	0	0
3402	LAM-midler	250 000 cr	250 000 cr
3404	Diverse tilskudd/bidrag løypekjøring	0	0
3610	Kjøreinntekter	12 000 cr	12 000 cr
3701	Provisjonsinnt. Norsk tipping	60 000 cr	60 000 cr
3904	Momskomp.	200 000 cr	200 000 cr
3905	Innkluideringsbidrag NIF	0	0
	Salgs- og driftsinntekt	642 000 cr	642 000 cr
	Driftskostn. og av- og nedskrivninger		
6301	Festeavgift	2 200	2 200
6420	Kostnad nettdrift	15 000	15 000
6503	Lisens regnskapsprogram duett	2 000	2 000
6620	Reparasjon og vedlikehold	5 000	5 000
	Driftskostn. og av- og nedskrivninger	24 200	24 200
	Annen driftskostnad		
7000	Drivstoff	2 000	2 000
7040	Forsikringspremier	9 500	9 500
7300	Annonser	2 000	2 000
7400	Kontingenter	1 000	1 000
7431	Gaver, blomster, planketter	4 000	4 000
7500	Forsikringspremier	18 000	18 000
7710	Møteutgifter	2 000	2 000
7770	Bank- og kortgebyrer	6 000	6 000
7792	Overført avdelinger	515 000	515 000
7793	Til elitefondet	70 000	70 000
	Annen driftskostnad	629 500	629 500
8050	Renteinntekter	10 000 cr	10 000 cr
8070	Annen finansinntekt	4 500 cr	4 500 cr
	Årsresultat	2 800 cr	2 800 cr
8901	Overført til fond	0	0



ORGANISASJONSPLAN FOR FROL IL 2025

Organisasjonsplanen er ment som et styrende dokument for Frol IL. Hensikten har vært å nedtegne i dokumentform de overordnede retningslinjer som lagets styrende organer skal arbeide etter.

Organisasjonsplanen er utarbeidet innenfor rammene av lagets lover.

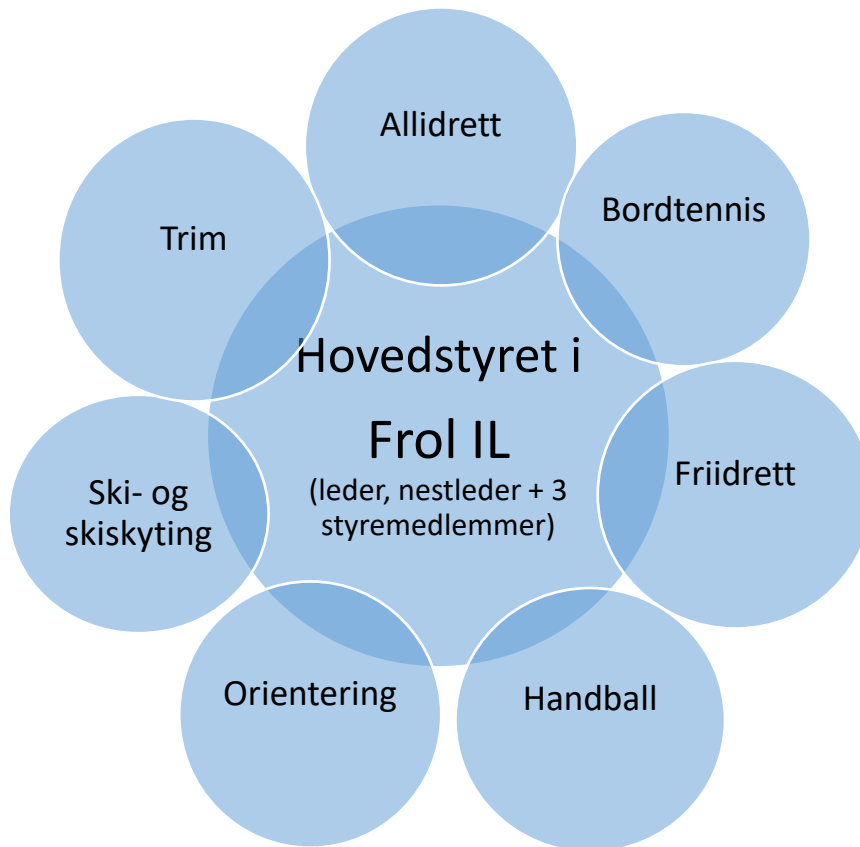
Denne skal legges fram for årsmøtet for revidering og godkjenning hvert år.

1. Kort historie om Frol IL

Frol IL ble stiftet i 1888. Det ble til 100-årsjubileet i 1988 skrevet en 100-årsberetning på 344 sider. Det ble i 2013 feiret 125-årsjubileum og laget en beretning for de 25 årene fra 1988 til 2013.

Laget hadde fra starten av flere navn og har sitt utspring fra Skogn og Levanger Landsogns Skiløberforening som ble stiftet i 1888. I 1929 ble det tatt initiativ for å få dannet ett idrettslag for hele bygda fordi det nå var flere lag ut fra formål i bygda. Det endelig navnet «Frol idrettslag» ble vedtatt på en fellessamling på Nordtun forsamlingshus den 30. april 1929.

Etter hvert som det dukket opp interesse for flere idretter i Frol IL ble det også dannet avdelinger som skulle ivareta disse interessene. Dette medførte at Frol IL har følgende avdelinger og er organisert med et hovedstyre og styre for den enkelte avdeling ut fra aktivitet og behov:



2. Organisasjonsplan

Frol IL er organisert slik den er fremstilt ovenfor. I 2025 er det aktivitet i alle avdelingene utenom bordtennis.

Hovedstyret i Frol IL er satt sammen av valgte styremedlemmer og lederne for avdelingene. Alle styremedlemmene i hovedlaget Frol IL er en del av tillitsmannsapparatet i Frol IL. Alle har gjennom sitt tillitsverv plikt til å bidra til størst mulig administrativ oppfølging for å oppnå idrettslig aktivitet, og til å hjelpe til med tilrettelegging for tillitsvalgte i avdelingene. Det er viktig at alle er opptatt av rekruttering, utvikling og tilrettelegging for at så mange som mulig kan delta i lagets idrettsaktiviteter. I ansvars- og arbeidsoppgaveoversikten til den enkelte vil særinteresser og særoppgaver fremkomme, men dette skal ikke være til hinder for vi alle har et generelt og felles totalansvar for hovedstyret sitt arbeidsområde.

Frol IL har som hovedmålsetting:

Å legge til rette for størst mulig aktivitet i avdelingene gjennom tiltak, oppfølging og koordinering!

Hovedmål; Å få flest mulig til å ha glede av allsidig idrettslig aktivitet!

Funksjonsbeskrivelsen for de lovpålagte vervene fremgår av Frol IL sin lov.

Andre viktige oppgaver:

- Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap
- Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i idrettslaget blir fulgt
- Stå for idrettslagets daglige ledelse
- Arbeidsgiveransvar for eventuelle ansatte
- Legge frem innstilling til årsmøtet på kandidater til valgkomité
- Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere idrettslagets konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
- Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
- Oppdatering av organisasjonsplan og eventuelt opprette og ajourføre en klubbhåndbok

Styremedlemmene kan velges til spesifikke oppgaver som kasserer eller sekretær på årsmøtet, eller styret kan selv fordele oppgavene.

Forpliktelser som gjøres på vegne av Frol IL som ikke anses å måtte behandles av hovedstyret, skal godkjennes gjennom signatur av styrets leder og ett styremedlem i fellesskap eller styrets nestleder og ett styremedlem i fellesskap, jf. registrerte opplysninger i Brønnøysund. Prokura signeres av styrets leder eller styrets nestleder hver for seg.

Det er nedenfor satt opp en fordeling av ansvars- og arbeidsoppgavene for hovedstyret og ansvarsområder slik at medlemmer o.a. ser hvem de skal kontakte i ulike saker. Det er imidlertid viktig at styret kan gjøre endringer og ikke minst tilføyelser til den enkelte funksjon ut fra hva styret prioriterer av arbeidsoppgaver. Videre kan det komme pålegg og forespørsler om tiltak fra overordnet organ eller politisk innspill og oppfordringer.

Leder

- Følge opp mål- og strategiarbeidet
- Leder for hovedstyret
- Melde fra om valg, adresseendringer, lederendringer i avdelingen og informere krets/forbud, hjemmesiden til Levanger kommune o.a. samarbeidspartnere
- Kalle inn til styremøter, forberede saker og lede møtene
- Delta i andre møter etter behov og ønsker
- Står for klubbens daglige ledelse og koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet
- Er økonomisk ansvarlig sammen med nestleder for hovedlaget inkludert avdelingene
- Må signere alle forpliktende kontrakter for Frol IL sammen med ett styremedlem i fellesskap, inkludert alle avdelingene
- Ansvarlig for politiattestordningen
- Ansvarlig for Idrettsregistreringen innen 30. april i samarbeid med lederne av avdelingene

- Er ansvarlig for representasjon i de fora som Frol IL kalles inn til, bl.a. delta i møter i Idrettsrådet og Idrettskretsen
- Er klubbens ansikt utad og klubbens representant i møter og forhandlinger
- Skal samarbeide med lederne for avdelingene, være til støtte for disse og holde seg orientert om aktiviteten i avdelingene
- Skal være samarbeidspart for de øvrige styremedlemmene for de spesielle oppgaver de har
- Følge opp avdelingsledere og avdelingsstyrer
- Skal bidra til felles tiltak i laget, bl.a. felles utdanningstiltak og sosiale arrangement
- Lagets pressekontakt

Nestleder

- Stedfortreder for leder når denne er fraværende eller ber om avløsning eller trenger noen til å være med på møter, arrangement eller lignende.
- Frol IL sin administrator og ansvarlig for at nyheter, meldinger og at informasjon er riktig og presentabel på hjemmesida. I dette inngår bearbeiding av uheldig billedutforminger.
- Sørge for at spesielle nyheter som «store hendelser» kommer på hjemmesida
- Ansvarlig for informasjon om laget - nettsiden og oppfordringer til info fra avdelingene
- Bidra til at årshjulet brukes aktivt av hovedlaget og avdelingene.
- Bidra til aktivt bruk av aktivitetskalenderen. Her må det arbeides aktivt opp mot alle avdelingslederne og de i avdelingene som har ansvar for informasjon om aktiviteter.
- Holde info oppdatert på hjemmesida om medlemskontingent, fordeler m.m.
- Barneidrettsansvarlig i Frol IL og koordinator for allidretts-tilbud gjennom avdelingene
- Spesielle oppgaver etter nærmere avtale med leder/styret

Kasserer

- Skal til enhver tid ha oversikt over hovedlagets økonomi og føre lagets regnskap
- Utarbeide kvartalsrapport til hovedstyret, sette opp årsregnskap og foreslå budsjett
- Skal motta og betale alle regninger som gjelder hovedlaget
- Skal bistå avdelingenes kassere om de trenger veiledning
- Ansvarlig for at innbetalt medlemskontingent overføres til hovedkonto
- Ansvarlig for å registrere krav om momskompensasjon innen 30. april.

- Ansvarlig for driften av snøscooter. Videre å være ansvarlig kontaktperson for skuterkjørerne og utbetaling av godtgjørelse til disse

Sekretær

- Ansvarlig for å skrive protokoll fra møter i hovedstyret og andre aktuelle møter
- Aktives kontakt i styret
- Delta i prosjektarbeid for hovedlaget
- Gjennomføre enkeltprosjekt knyttet til sosiale tiltak o.a.
- Være hovedstyrets ansvarlige for større arrangement for Frol IL hvor hovedlaget er ansvarlig

Styremedlem

- Er hovedansvarlig for å arbeide med innkreving av medlemskontingent og holde medlemslisten ajour.
- Følge opp avdelingslederne med medlemsverving
- Frol IL sin ansvarlig for inngåtte utviklingsavtale med Trøndelag Idrettskrets
- Ansvarlig for oppfølging trenere gjennom utviklingsavtalen
- Planlegge rekruttering og utdanning av nye ledere gjennom utviklingsavtalen
- Delta aktivt i styrets arbeid med oppfølging av ulike oppgaver

Varamedlemmer

- 1.vara får innkalling til alle møter i hovedlaget og møter om mulig
- 1.vara har tale- og forslagsrett
- Ved forfall av medlem i A.U. har møtende varamedlem stemmerett
- Kan tildeles prosjektoppgaver på vegne av styret.

2. vara møter ved særskilt innkalling til styremøter.

3. Hovedstyrets arbeid

Hovedstyret legger selv opp sin virksomhetsplan for valgperioden. Hovedstyret består av de fem valgte på årsmøte og lederne for de aktive avdelingene.

De fem valgte styremedlemmene på årsmøte utgjør et arbeidsutvalg for hovedstyret og dette arbeidsutvalget kan ved behov gjennomføre egne møter som forberedelse av viktige saker før sak(er) fremmes for hovedstyret.

Hovedstyret bestemmer selv sin egen møteplan ut fra det behovet som en erfaringsmessig har for styremøter. Dette har de siste årene vært 7-8 møter fordelt på perioden mellom årsmøtene.

Hovedstyrets leder beslutter hvor møtene skal avholdes. Arbeidsutvalget kan drøfte hvordan møtene skal forberedes og gjennomføres. Dette kan selvsagt også drøftes i styret og besluttes av styret. Det henvises for øvrig til § 11, ledd 6 i Frol IL sin Lov om når det skal avholdes møter.

Hovedstyret er vedtaksført når et flertall av hovedstyrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende. Styremedlemmene plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot vedkommende sin egen stemme.

Styremøter kan ved behov avholdes digitalt, per epost eller per telefon, se § 7 i Frol IL sin Lov. Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene.

Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres. Om inhabilitet, se § 6 i Frol IL sin Lov.

Frol IL har tegnet en standard underskuddsforsikring i Gjensidige med en forsikringssum inntil kr. 2 000 000 og en egenandel på kr. 10 000. For å oppfylle kravene til forsikringen kreves det to signaturer i banken. Hovedlaget og alle avdelingene har to stykker som disponerer bankkonti i fellesskap dvs. ingen skal kunne overføre/ta ut penger fra en bankkonto alene.

4. Regnskap

I § 9 i Frol IL sin Lov er det nedfelt at regnskap for Frol IL skal følge regnskapsåret. I fra 2017 følger alle avdelingene regnskapsåret og gjennomfører regnskapsavslutning per 31.12. selv om dette er midt i en sesong. Budsjett som fremlegges på årsmøte for disse avdelingene fremmes sammen med regnskapet ved hovedlagets årsmøte.

Det er hovedstyret som har det overordnede økonomiske ansvaret for klubbens økonomi. Det innebærer at hovedstyret har ansvar for at

- klubbens midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte
- klubben har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
- klubben har en forsvarlig økonomistyring

Styrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi:

- Styret skal sikre at det er en forsvarlig ansvarsdeling knyttet til regnskap og økonomistyring. Det skal utarbeides en fullmakts matrise og en tydelig rolleavklaring.
- Styret skal utarbeide et realistisk budsjett.
- Styret skal sikre at regnskapet føres fortløpende.
- Styret skal sikre at klubben har en egen bankkonto.
- Styret skal påse at det kreves to signaturer i banken.
- Styret skal påse at klubben har tegnet underslagsforsikring.
- Styret skal påse at klubben har valgt revisor og kontrollutvalg.

5. Avdelinger

Mandat og oppgaver for avdelingene følger Frol IL sin Lov § 12.

Avdelingsstyret velges på avdelingens årsmøte. Normal virketid for styremedlemmene er 2 år. Avdelingene kan også etablere undergrupper/nemnder/komiteer som godkjennes av avdelingens årsmøte. Undergruppens medlemmer velges på avdelingens årsmøte. Normal virketid for undergruppens medlemmer er 2 år.

Styret må gjennom sitt arbeid sørge for at avdelingene får en beskrivelse av ansvar og hovedoppgaver for sitt arbeid. I dette ligger en beskrivelse i form av en forenklet organisasjonsplan for hver enkelt avdeling. Organisasjonsplanen revideres av den enkelte avdeling hvert andre år og forelegges avdelingens årsmøte for godkjenning.

[Organisasjonsplan orientering](#)

[Organisasjonsplan ski/skiskyting](#)

[Organisasjonsplan håndball](#)

[Organisasjonsplan friidrett](#)

6. Treningsavgifter/startkontingenter

Avdelingene har ulike treningsavgifter ut fra aktivitet og utgifter i forbindelse med aktivitet.

Startkontingentene er svært ulik i avdelingene. I individuelle idretter er det som oftest slik at startkontingenten påløper for hver konkurranse. Det er varierende praksis for hvordan slike avgifter blir betalt. Ved deltakelse i lagidretter kreves det påmeldingsavgifter pr lag. Det er vanligvis dekket inn gjennom treningsavgiften. For å få en oversikt over dette vises det til hver enkelt avdeling sin organisasjonsplan.

Håndball

Ski/skiskyting

Orientering: Gratis å delta på trening

Friidrett: Gratis å delta

Bordtennis: ingen aktivitet

Allidrett: Gratis å delta

7. Klubbens aktivitetstilbud

Frol IL er et fleridrettslag som per i dag har 6 underavdelinger:

Alle undergruppene ved leder er medlem av styret i hovedlaget.

Orientering har et tilbud i alle aldersgrupper, både bredde og topp. De legger til rette for utvikling og mestring for alle utøvere.

Håndball har et tilbud fra 8 – 14 år.

Friidrett har et tilbud i alle aldersgrupper. De arrangerer friidrettsskole fra 7 – 11 år. Friidrett legger opp til både bredde og topp.

Ski/skiskyting har et tilbud i alle aldersgrupper. Frolkarusellen og skileik er åpen for alle. Ski/skiskyting legger opp til både bredde og topp.

Trim Hovedintensjonen for trimavdelingen er å legge til rette for aktivitet. Har helgeåpent på Roknesvollen i vinterhalvåret og gjennomfører Kløvvegtur.

Bordtennis har ingen aktivitet.

Allidrett har et tilbud for 6 og 7 år.

Mer informasjon finnes på hver enkelt avdeling sin hjemmeside.

8. Barne- og ungdomsidrett

Barneidrett

Alle som har ansvar for barn eller er trenere for barn, skal kjenne til idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett. All aktivitet for barn skal legges opp slik at klubben følger intensjonene i retningslinjene og bestemmelsene. Det innebærer at

- aktiviteten skjer på barnas premisser
- barna har det trygt
- barna har venner og trives
- barna opplever mestring
- barna får påvirke egen aktivitet
- barna kan velge om og hvor mye de vil konkurrere

Les mer

[Bestemmelser om barneidrett](#)

Barneidrett er idrettsaktivitet for barn til og med det året de fyller 12 år. Alle idrettstilbud for barn skal være åpen for alle.

I dag har vi et tilbud gjennom allidrett for de som er 6 og 7 år (1. og 2. klassinger). Tilbudet er et samarbeid med avdelingene. For å gi så godt tilbud som mulig fra 3. klasse og oppover har hver enkelt avdeling et særlig ansvar å legge til rette for barneidrett slik at vi beholder flest mulig barn og unge lengst mulig. Aktivitetstilbudet legges ut på Frol IL sin hjemmeside, sosiale media og andre aktuelle kommunikasjonskanaler.

9. Forsikringer

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund frem til den datoen de fyller 13 år. Særforbund har ulike ordninger for dem som er over 13 år.

Frol IL har lag- og klubbforsikring i Gjensidige. En oversikt over våre forsikringer:

- Dugnad, ved ulykke invaliditet og ulykke død.
- Bygning – Frolfjellet Skisenter
- Eiendeler – Frolfjellet skisenter
- Eiendeler/installasjoner ute – Frolfjellet skisenter
- Spesifisert mobilt utstyr
- Ansvarsforsikring
- Rettshjelpsforsikring
- Ansvar for styre/klubbansvar
- Kriminalitet - underslag

10. Anlegg og utstyr

Frolhytta ligger i Frolfjellet skisenter. Frolhytta er tilgjengelig for utleie i selskaps- og idrettssammenhenger. Frolhytta kan disponeres gratis av alle avdelinger i Frol IL. Skiavdelingen er ansvarlig for drift av Frolfjellet skisenter inkludert Frolhytta.

Orienteringskartene er orienteringsavdelingens anlegg. Alle klubbens kart er digitale kartfiler som kan printes i ønsket målestokk. Plan for utarbeidelse og vedlikehold av kart er beskrevet i avdelingens kartplan

Frol IL har ingen egne anlegg for innendørsidrett. Håndballavdelingen er avhengig av å leie halltid gjennom kommune og fylkeskommune. Avdelingen har halltid i Trønderhallen, Levangerhallen og Frolhallen.

Friidrettsavdelingen bruker friidrettsanlegget ved Moan idrettspark i tillegg til at de har halltid i Trønderhallen vinterstid

11. Politiattest

Idretten krever fremvisning av politiattest uten anmerkninger fra alle personer over 15 år som utfører oppgaver som innebærer et ansvars- eller tillitsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming. Trenere, instruktører, lagledere med direkte kontakt med mindreårige eller personer med utviklingshemming, vil alltid ha et ansvars- eller tillitsforhold og være omfattet av ordningen. Foreldre eller andre er med som voksenledere for et lag på en turnering, spesielt i tilfeller med overnatting er også omfattet av ordningen. For andre oppgaver må idrettslaget foreta en konkret vurdering av oppgavene som skal utføres. Er det tvil om det skal innhentes politiattest skal idrettskretsen kontaktes.

Den som plikter å fremlegge politiattest til idrettslaget, må selv sende søknaden til politiet. Dette gjøres elektronisk for alle over 15 år. For de mellom 15 og 18 år med det vedlegges en fullmakt fra foresatte. Før vedkommende kan søke om politiattest må han/hun få en bekreftelse fra idrettslaget leder på at det foreligger et behov for politiattest. Søknadsskjemaet kan lastes ned fra [idrettsforbundet](https://www.idrettsforbundet.no). Når skjemaet er utfylt sendes det til leder, Heidi Alstad, e-post hovedstyret@frolil.no, som signerer og sender det tilbake på e-post. Søknaden bør sendes i god tid før det aktuelle oppdraget starter. Idrettslaget har ikke anledning til å sette person til oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming før politiattest er blitt fremvist.

Etter at politiet har behandlet søknaden blir attesten sendt til søkeren selv. Når politiattesten er mottatt skal denne fremvises for leder i idrettslaget som er ansvarlig for politiattester. Vedkommende skal nedtegne opplysninger om hvilke personer som er avkrevd politiattest, at attesten er fremvist og dato for fremvisningen. Selve attesten beholdes av søkeren.

I løpet av 2025 vil Frol IL gå over til å bruke idrettsforbundets nye politiattesttjeneste.

Inntil det blir avklart med Politidirektoratet når det enkelte idrettslag kan kreve ny politiattest for personer som tidligere har fremvist attest, vil tidligere fremviste attester være å anse som gyldige, uavhengig av om de er eldre enn tre år.

12. Rent idrettslag

Frol IL ønsker å være et Rent idrettslag. Antidoping gjelder alle som er en del av idretten, og vi kan enkelt og effektivt sette antidoping på agendaen. Rent Idrettslag er et webbasert verktøy som gir oss muligheten til å sette opp mål og tiltak for vårt forebyggende arbeid.