



Sp.kl. Freidig – O-avdelingen Egenandeler 2026



BETALINGER AV STARTKONTINGENTER, REGLER FOR EGENANDELER, OG RUTINER FOR REFUSJON AV UTLEGG I O-AVDELINGEN I 2026-SESONGEN

1. Generelle regler for støtte:

- 1.1. Regler for reduksjon av startkontingenter og egenandeler gjelder for medlemmer av orienteringsavdelingen i Sportsklubben Freidig.
- 1.2. Ledere må være registrert i orienteringsavdelingen med trenerattest og framvist politiattest. Antall ledere per antall utøvere kan variere, og må vurderes av turlleder i hvert enkelt tilfelle sett i forhold til behov på den enkelte tur og budsjett.

2. Startkontingenter og egenandeler på individuelle løp og stafetter:

- 2.1. Ordinære løp i Trøndelag (Eksempler: KM, Trondheim Sprintcup, treningsløp, nærløp, ungdomsløp):
 - 2.1.1. 50% egenandel for løpere under 35 år som betaler aktivitetsavgift
 - 2.1.2. 100% egenandel for øvrige løpere
 - 2.1.3. I Ungdomsløpene er egenandelen 0% for løpere som betaler aktivitetsavgift
 - 2.1.4. I stafetter er egenandel 50% i klasser fra og med DH35, 0% i yngre klasser
- 2.2. Løp utenfor Trøndelag og typiske ferieløp (Eksempler: O-festivalen, Pinseløpene, Veteran-NM):
 - 2.2.1. 100% egenandel for alle løpere
 - 2.2.2. Unntak: se pkt. 2.3-2.8
- 2.3. Midt-Norsk Mesterskap (MNM):
 - 2.3.1. 50% egenandel for løpere under 35 år som betaler aktivitetsavgift
 - 2.3.2. 100% egenandel for øvrige løpere
 - 2.3.3. I stafettene er egenandel 50% i klasser fra og med DH35, 0% i yngre klasser
- 2.4. 10Mila og Jukola
 - 2.4.1. Ingen egenandel på startkontingent
 - 2.4.2. Refusjon kun for reise- og overnatting organisert av klubben
 - 2.4.3. 10 mila

- 2.4.3.1. 50% egenandel på reise og overnatting
- 2.4.3.2. 50% egenandel for ledere
- 2.4.4. Jukola
 - 2.4.4.1. 100% egenandel på reise til/fra Finland
 - 2.4.4.2. 50% egenandel på intern reise (f.eks. leiebil) og overnatting i Finland organisert av klubben

2.5. Hovedløpet, O-landsleir og O-idol:

- 2.5.1. Ingen egenandel på startkontingent i HL. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 2.5.2. 50% egenandel på leir og reise. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 2.5.3. Ingen egenandel for ledere

2.6. NM:

- 2.6.1. Ingen egenandel på startkontingent. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 2.6.2. 100% egenandel på reise til/fra løp (typisk flybilletter, togbilletter eller felles bilkjøring)
- 2.6.3. 50% egenandel på intern reise (f.eks. leiebil eller kjøring fra overnatting til løp i privatbiler) og overnatting organisert av klubben. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 2.6.4. Ingen egenandel for ledere

2.7. Norgescup:

- 2.7.1. 25% egenandel på startkontingent. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 2.7.2. 100% egenandel på reise til/fra løp (typisk flybilletter, togbilletter eller felles bilkjøring)
- 2.7.3. 50% egenandel på intern reise (f.eks. leiebil eller kjøring fra overnatting til løp i privatbiler) og overnatting organisert av klubben. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 2.7.4. Ingen egenandel for ledere

2.8. Internasjonal representasjon (uttak v/ NOF):

- 2.8.1. Ingen egenandel på startkontingent
- 2.8.2. Ingen egenandel på reise og overnatting
- 2.8.3. Ved representasjon som er egenfinansiert (dvs. ikke støtte fra NOF) og deltakelse skjer ved interessepåmelding (f.eks. Junior European Cup, Student VM ol.) gjelder følgende:
 - 2.8.3.1. Samlet støtte utgjør 20 000 kroner som fordeles likt på utøverne, begrenset oppad til 5 000 kroner per utøver.

3. Samlinger:

3.1. Freidig-samling i utlandet (eks: ukesamling i mars/april på kontinentet):

- 3.1.1. 100% egenandel på reise til/fra samling (typisk flybilletter eller togbilletter)
- 3.1.2. 50% egenandel på intern reise (f.eks. leiebil) og overnatting organisert av klubben. Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift
- 3.1.3. Ingen egenandeler for ledere
- 3.1.4. Matutgifter som eventuelt inngår i det organiserte opplegget trekkes ut og faktureres 100% til både utøvere og ledere
- 3.1.5. Støtte fra klubben til slik samling forutsetter at løperen kun representerer Freidig på stafetter og individuelle løp nasjonalt og internasjonalt inneværende sesong. Medlemmer som representerer utenlandsk klubb, men løper norgescup og/eller NM for Freidig, får støtte iht. pkt. 3.1

3.2. Øvrige samlinger og turer

(Eksempler: turer i regi av Hovedløpsprosjektet, høstsamling for 10-12 år mv.). Gjelder medlemmer som betaler aktivitetsavgift:

- 3.2.1. Team Rett I: 50% egenandel på reise- og overnatting organisert av klubben
- 3.2.2. Ungdom: 50% egenandel på reise- og overnatting organisert av klubben
- 3.2.3. Rekrutt: 50% egenandel på reise- og overnatting organisert av klubben
- 3.2.4. Matutgifter som eventuelt inngår i det organiserte opplegget trekkes ut og faktureres 100% til både utøvere og ledere
- 3.2.5. Ingen egenandeler for ledere utover egenandel iht. pkt. 3.2.4

3.3. Utenbys arrangement som defineres som fellestur (eks: Pinseløp, O-festivalen, 25-manna):

- 3.3.1. Klubben subsidierer fellestur med et definert beløp iht. budsjettvedtak på årsmøtet
- 3.3.2. Konkret egenandel for den enkelte utøver beregnes i ettertid (avhengig av antallet deltagere fra klubben)
- 3.3.3. Startkontingent: Se pkt. 2.2 (dvs. som for løp utenom Trøndelag) og pkt. 2.7 (i tilfelle Norgescup), men også pkt. 2.3 (hvis MNM er definert som fellestur)

4. Andre grener under orienteringsparaplyen

Krav for dekning andre grener enn "fot-o":

- 4.1. Hvis grenen (ski-o, pre-o, sykkel-o) ønsker dekning til reise, løp og/eller samlinger må grenen sørge for å stille med egen gruppe organisert under sportslig utvalg. Gruppen må eksistere på tidspunkt for årsmøtet, og må som minimum bestå av en leder. Gruppen må ha utarbeidet et budsjett som legges fram for styret slik at det blir vurdert sammen med øvrig sportslig aktivitet i klubben i styrets budsjettforslag. Videre må budsjettet godkjennes

på årsmøtet som en del av det totale årsbudsjettet i avdelingen. Alle reiser med støtte fra klubben skal kommuniseres til klubbens medlemmer og åpnes for påmelding, og gruppeleder må sørge for å koordinere reiser til løp. Leder for sportslig utvalg er ikke ansvarlig for at disse gruppene eksisterer. Dersom ingen melder seg, vil ikke grenen få støtte.

4.2. Dekning andre grener:

Dersom flere grener vil disse få hvert sitt underpunkt her.

5. Unntak og andre regler:

5.1. Egne arrangement, etteranmelding osv.:

- 5.1.1. I klubbmesterskap som Freidig arrangerer betales ingen egenandel
- 5.1.2. Egenandeler i øvrige løp som Freidig arrangerer er som i løp arrangert av andre
- 5.1.3. Etteranmeldingsgebyr betales alltid fullt ut av den enkelte utøver, også forhøyet pris på grunn av sen påmelding ved flere påmeldingsfrister
- 5.1.4. Ved ikke-start (DNS) betales alltid 100% egenandel

5.2. Medlemmer bosatt utenfor Trondheim, men i Norden:

- 5.2.1. Dersom utgangspunktet for reisen er utenfor Trondheim, gjelder de samme fordelingssatsene som i hovedreglementet. Satsene beregnes i forhold til billigste reisemåte

6. Aktivitetsavgift

6.1. Følgende aktivitetsavgifter gjelder for 2026:

- 6.1.1. Skogslek (-7 år): kr 500,-
- 6.1.2. Rekrutter (8-12 år): kr 1.200,-
- 6.1.3. Ungdom (13-16 år): kr 1.700,-
- 6.1.4. Team Rett I (17- år): kr 2.000,-
- 6.1.5. Eventuell treningsavgift for landslag dekkes fullt ut.

7. Kurs og utdanning

Medlemmer kan søke til styret om dekning til kurs som anses relevante for arbeid i og rundt o-avdelingen. Styret vedtar hvilken dekning som gis per kurs. Styret kan også uoppfordret sette opp dekning til relevante kurs. Alle kurs som dekkes helt eller delvis av klubben skal publiseres på interne kommunikasjonskanaler i god tid før påmeldingsfrist.

8. Fakturering av aktivitetsavgift og egenandeler

Regning for alle aktiviteter, løp, egenandeler osv. som regnskapsføres av avdelingen sendes ut på e-post. Fakturaene til hver enkelt husstand baseres på informasjon i påmeldingssystemet og innkomne fakturaer fra andre arrangører.

9. Refusjon av utlegg

Rutiner ved innkjøp / utlegg til klubbens aktiviteter:

- 9.1. Utlegg spesifiseres på eget refusjonsskjema (under «økonomi» på o-avdelingens hjemmeside) og bekreftes med originalbilag, altså kvittering fra kjøpsstedet der handelen fant sted, som viser hvilke varer/tjenester som er kjøpt. Kredittkortfaktura eller kontoutskrift som bilag for refusjon godkjennes ikke. Datert og signert refusjonsskjema med vedlegg scannes i én samlet pdf. Refusjoner knyttet til turer med turlleder skal sendes til turlleder, refusjoner knyttet til egne arrangement skal sendes til løpsleder, iht. «Rutine refusjoner og regnskap». Øvrige refusjoner sendes til kasserer.

Refusjonsskjemaet må inneholde følgende opplysninger:

- 9.1.1. Hva utlegget gjelder (materiell til trening, mat, teknisk utstyr, osv.)
 - 9.1.2. Utleggstype / hva som er innkjøpt, med spesifiserte beløp
 - 9.1.3. Total sum til refusjon
 - 9.1.4. Kontonummer
 - 9.1.5. Signatur
- 9.2. Større fakturaer på varekjøp utstedes til Spkl Freidig Orientering PB 4642 Valentinlyst, 7451 Trondheim (org.nr. 937 450 761) og sendes til kasserer, o-kasserer@freidig.idrett.no. Fakturaen må fra leverandørens side merkes med «400» og navn på den som har bestilt. Gi beskjed til kasserer for å avklare om faktura er iht. bestilling.

10. Bilgodtgjørelse

Bilgodtgjørelsen refunderes etter skattefrie satser. I hovedsak refunderes bilgodtgjørelse for følgende kjøreoppdrag:

- 10.1. Kjøring av løpere og ledere til NM, Norgescup, HL og lignende der bil er et alternativ til offentlig kommunikasjon
- 10.2. Kjøring av løpere og ledere til samlinger der bil er et alternativ til offentlig kommunikasjon
- 10.3. Kjøring i forbindelse med løypelegging utenfor Trondheim

Eventuell annen bilgodtgjørelse avgjøres av styret i hvert enkelt tilfelle.

For kjøring iht. pkt. 10.1 – 10.3 dekker o-avdelingen i 2025 kr 3,50 per kilometer (iht. skattefri sats), ingen tillegg for passasjerer. Eventuelle utgifter til bompenger, fergebilletter og parkering føres på reiseregningen og dokumenteres med bilag.

Reiseregninger skal fylles ut for hver reise på lik linje med rutiner knyttet til andre refusjoner. Se punkt 9.1. Reiseregning føres på eget skjema for kjøregodtgjørelse (under «økonomi» på o-avdelingens hjemmeside).

11. Revisjon av retningslinjer

Dette dokumentet skal gjennomgås i forbindelse med budsjettbalanseringen ved oppstart av hvert regnskapsår. Dekningsstatsene og rutinene vil bli tilpasset den løpende økonomiske situasjonen for avdelingen.

12. Kontaktinformasjon 2026:

Kasserer: o-kasserer@freidig.idrett.no