



VGF instruktørhåndbog

NEED TO KNOW

Kontaktpersoner til udvalgene

Forældrebarndag og børnegymnastik: Alina Junk Hansen (tlf. 51904316, mail ah@vejlegf.dk)

Rytmask gymnastik og dans: Rikke Ravn (tlf. 20740423, mail rr@vejlegf.dk)

Springgymnastik: Carsten Rasmussen (tlf. 20308216, mail cr@vejlegf.dk)

TeamGym: Annemarie Gotfredsen (tlf. 41892325, mail ag@vejlegf.dk)

Voksenhold: Jane Jensen (tlf. 26796919, mail jj@vejlegf.dk)

Formiddagshold: Kirsten Mikkelsen (tlf. 24271684, mail km@vejlegf.dk)

Kontaktpersoner til ansvarsområder

Kurser: Maja (tlf., mail MP@vejlegf.dk)

Redskaber: Annemarie Gotfredsen (tlf. 41892325, mail ag@vejlegf.dk)

Sponsor og fonde: Carsten Rasmussen (tlf. 20308216, mail cr@vejlegf.dk)

Hold overblik, lokaler, kommende sæson: Alina Junk Hansen (tlf. 51904316, mail ah@vejlegf.dk)

Opvisning: Annemarie Gotfredsen (tlf. 41892325, mail ag@vejlegf.dk)

Nøglekort Rosborg: Annemarie Gotfredsen (tlf. 41892325, mail ag@vejlegf.dk)

Kommunikationsansvarlig: Kirsten Mikkelsen (tlf. 24271684, mail km@vejlegf.dk)

Nøgler alle andre træningssteder: Else Dalsgaard (tlf. 40217365)

Kontakt til træningssteder

Midtbyskolen (Langelinje og Damhaven): Brian Hansen (tlf. 23499664, mail briha@vejle.dk)

Kirkebakkeskolen: Mogens Hvelplund (tlf. 21656710, mail moghv@vejle.dk)

Mølholm skole: Tonni Rosenberg, Teknisk serviceleder (tlf. 29256748, mail tonro@vejle.dk) eller Henrik Nisse, assistent (tlf. 23287724)

Mølholmhallen: tlf. 75821659

Novaskolen: Bjarne Jørgensen (tlf. 40260090, mail bjejo@vejle.dk)

Rødkilde: Mikael Ernst (tlf. 60207510, mail me@roedkilde-gym.dk)

Campus(vagt): Vagttelefon 72162777

Rosborg: Rasmus Kring (mail PRK@rosborg-gym.dk)

DGI Huset(vagt): Vagttelefon 51565385

Halinspektører må kun kontaktes i tilfælde af at hallen er lukket uden forudgående aftale, ved hærværk, indbrud eller alarm.



Ferie og aflysninger

Vær opmærksom på at der ikke er træning i skolernes ferie, samt at træning kan blive aflyst. Ved aflysninger vil i modtage mail herom. Er man i tvivl kontakt da Alina Junk Hansen. Aflyser i selv en træning skal der gives besked til jeres kontaktperson i bestyrelsen.

Hjælpeinstruktører

Hvis der er brug for hjælpeinstruktører på børnehold/springhold er instruktøren selv velkommen til at finde hjælpere, alternativt kan kontaktpersonen kontaktes, og denne vil være behjælpelig med at finde hjælpere. Hjælpeinstruktører skal godkendes af bestyrelsen. Kassereren/kontaktpersonen skal underrettes hurtigst muligt, hvis en instruktør eller hjælpeinstruktør stopper før sæsonafslutning.

Instruktørmøder

Hvert år i august indkalder bestyrelsen foreningens instruktører og hjælpeinstruktører til opstartsmøde med informationer, spørgsmål og ideer til den kommende sæson.

I januar afholdes et evalueringsmøde, hvor alle instruktører og hjælpeinstruktører får lejlighed til at diskutere sæsonens forløb og komme med nye ideer og ønsker. Derudover vil der på dette møde være information omkring opvisning og sommertræning.

For at alle kan være ajour med og have indflydelse på, hvad der sker i foreningen, forventer bestyrelsen, at alle prioriterer ovenstående to møder meget højt og kun melder afbud, hvis det er absolut nødvendigt.

Kurser

Instruktører samt hjælpeinstruktører er berettiget til relevante kurser. Ved korte kurser kontakt **Kirsten Scheibner for tilmelding** (tlf. 25302306, kirstenmscheibner@gmail.com) Dyrere kurser skal søges ved bestyrelsen, hvor det vil blive drøftet, kontakt den ansvarlige for dit udvalg for nærmere info.

Vær opmærksom på at tilmelding skal foregå via Kirsten, da instruktører ikke selv kan søge gennem DGI/DGF.

Godtgørelse

Alle instruktører er ulønnede, men får udbetalt en godtgørelse til dækning af omkostninger i forbindelse med instruktørarbejdet. Godtgørelsens størrelse fastsat forud for hver sæson og ændres kun, hvis der sker væsentlige ændringer i instruktørens arbejde i forhold til aftalen.

Ansættelseskontrakten udfyldes og underskrives på opstartsmødet eller hurtigst muligt derefter, og instruktøren modtager derefter en kopi af aftalen. Ansættelseskontrakten fås ved at kontakte kassér Jane Jensen.

Hvis instruktører vikarierer for hinanden, ændres den udbetalte godtgørelse ikke, men de involverede instruktører kan evt. selv aftale en afregning.

Instruktører og hjælpeinstruktører på springhold samt teamgym hold udarbejder gennem hele sæsonen fremmøde registrering, der afleveres til kassereren eller kontaktperson for at få udbetalt godtgørelse.

Der udbetales kørselsgodtgørelse pr. kørt km over 20 km. Taksten er 2 kr. pr. kørt km. Dog kan der på udvalgte hold indgås aftale om en mindre takst.

Holdliste

Den ansvarlige instruktør får adgang til holdlisten via hjemmesiden. Login modtages i forbindelse oprettelse i vores system. Den ansvarlige instruktør skal til hver træning sikre sig, at alle gymnaster skal være tilmeldt holdet før første træning. Ved glemt loginoplysninger kontaktes Alina ah@vejlegf.dk.

Retningslinjer på springhold

1. Hverken gymnaster eller trænere må gøres ophold i, på eller ved storetrampoliner og springgrave når der er andre der springer.
2. Hverken gymnaster eller trænere må springes uden der står en modtager ved redskaberne.
3. Mindst en af trænerne på holdet skal have været på SM2, ST2(sikkerhedskurser) eller lignende for at gymnasterne på holdet må træne dobbeltroterende spring.



Alkoholpolitik:

Det tillades ikke at indtage alkohol på træningsstederne tilknyttet VGF. Gymnaster under 18 år må ikke i foreningens regi indtage alkohol i forbindelse med arrangementer med tilknytning til VGF.

VGF's opvisning

Vores årlige opvisning afholdes i marts i DGI-huset Vejle. Det forventes at foreningens hold prioriterer denne opvisnings frem for andre opvisninger. Alle gymnaster kan få en T-shirt eller et mindre tilskud til tøj til opvisningen.

Generalforsamling

Afholdes hvert år i november, dagsorden samt dato sendes ud senest 14 dage før. Vi opfordrer alle instruktører til at møde op.

Førstehjælpstaske

De hold, det er relevant for, får udleveret en førstehjælps-taske ved sæsonstart. Hvis der undervejs i sæsonen vil forekomme mangler i denne taske, kontaktes Annemarie Gotfredsen ag@vejlegf.dk i forhold til opfyldning af førstehjælpstasken.

- Tasken er ment som en akut taske hvor hvis en gymnast kommer til skade under træningen så kan man benytte indholdet i tasken.
- Tasken skal ikke bruges til ikke akutte skader som eks. at tape en i forvejen kendt skade ved en gymnast. Her skal gymnasten medbringe sin egen sports-tape.