YKK är en förening med enbart synkroniserad konståkning som inriktning. YKK:s barn- och ungdomsverksamhet ska skapa förutsättningar för att alla ska kunna utvecklas till så bra synkroåkare som möjligt. YKK strävar efter att skapa en stimulerande träningsmiljö för åkare på alla nivåer och verksamheten bygger på våra värdeord Gemenskap, Glädje, Passion, Engagemang och Respekt. För att föreningens verksamhet ska fungera så smidigt som möjligt är det viktigt att alla aktiva är väl införstådda med vem som ansvarar för vad och vilka förväntningar som finns. Verksamheten utgår från åkarna.

**Åkaren**

Då synkroniserad konståkning är en lagsport bygger all träning, uppvisning och tävling på att alla som kan är närvarande. Till skillnad från många andra lagsporter kan åkarna inte ersätta varandra i laguppställningen eftersom de tränas in på utvalda positioner. En åkare på en otränad position innebär en säkerhetsrisk både för lagkamraterna och åkaren själv. Åkarens närvaro på träningar och tävlingar är därför av största vikt både för den enskilde åkaren och hela laget, när det gäller såväl lagets utveckling som åkarnas säkerhet.

Utöver träning på isen ingår också uppvärmning och stretching, för att undvika skador och överbelastning. Vissa andra föreningsaktiviteter kan också behöva prioriteras. Kan man inte närvara, meddelas detta till tränare, så att dessa får kännedom om frånvaron och kan planera optimalt inför träningspasset. Förälder avgör när en åkare måste stanna hemma pga. sjukdom eller skada, eller personliga angelägenheter. Vid behov kan tränare och lagledare vara rådgivande i beslutet. Smittorisk vid sjukdom skall alltid beaktas. Om möjligt är det värdefullt att närvara utifrån förmåga, eller vara åskådare på läktaren vid programutbyggnad. Åkaren hämtar genom dialog med tränaren igen missad kunskap beroende på frånvaron.

Alla åkare i YKK ges möjlighet till individuell och gemensam utveckling inom synkroniserad konståkning. Gruppindelning baseras på individens färdigheter som åkare samt YKK:s strävan att ha minst ett lag i varje klass, varför krav för uppflyttning och testnivåer kan variera mellan säsonger. Tränarna känner åkaren och dennes färdigheter bäst och har det ensamma avgörandet för när en åkare ska byta lag baserat på kunskap, mognad och säkerhet.

Som åkare i YKK ges man möjlighet till långsiktig gemenskap, utbildning, träning och god kondition, samt möjlighet att delta i uppvisning och tävling. För att ge tränarna bästa möjlighet att planera för träning, uppvisning och tävling, samt för att hålla en hög säkerhetsnivå på isen, förväntas man meddela tränarna frånvaro och att följa de instruktioner som ges på och utanför isen.

Åkaren förväntas vara en god kamrat som medverkar till att alla känner sig trygga i gruppen, och att ingen hamnar utanför. Vi hälsar alla på varandra när vi kommer till träning.

Tillsammans bygger vi en god stämning och hejar på och uppmuntrar både våra egna lag och andras lag i medgång såväl som i motgång. Vi representerar stolt YKK och är därför måna om hur vi ser ut och uppför oss både på och utanför isen, samt respekterar domslut och andra lags framgångar. Som i alla sammanhang använder vi vårdat språk och tänker på hur det man säger kan uppfattas, både i verbal kommunikation och på sociala medier. Politiska symboler får inte bäras under YKK:s aktiviteter.

Vi ser synkroniserad konståkning som en helhet där gemenskap, träning och kost är lika viktiga. Därför avstår vi godis, kakor och kolsyrade drycker i samband med träning och tävling.

Som åkare förväntas man tillsammans med vårdnadshavare ha läst måldokumentet.

**Tränarna**

Våra tränare är vår viktigaste resurs för att stötta åkarna i deras utveckling, såväl tekniskt som socialt. YKK har därför anställda tränare. Tränarnas verksamhet samordnas av en huvudtränare och/eller med hjälp av en tränarsamordnare. Huvudtränaren och/eller tränarsamordnaren har en nära dialog med styrelsen för att säkerställa att föreningen arbetar enligt sin värdegrund i riktning mot sina mål.

**Förebild**Tränarna är förebilder såväl på som utanför isen. Det är därför självklart att man följer YKK:s måldokument och är en god representant för YKK på tävling och uppvisning. Som tränare ger jag alla åkare en möjlighet att finna sin plats i laget och instruerar åkarna på ett positivt och professionellt sätt. Genom att hålla en glädjefull inriktning på träning och sammankomster skapar tränaren goda förutsättningar för föreningens värdeord: *gemenskap*, *glädje*, *passion*, *engagemang* och *respekt*.

**Ansvar**Tränaren ansvarar för att göra en plan för verksamheten för kommande säsong enligt målen för respektive lag. Tillsammans med lagledare vidareutvecklar tränarna säsongsplaneringen och ser till att föräldrar får all nödvändig information i så god tid som möjligt.

Tränaren har också ansvaret för att avgöra när åkare erbjuds flytt till annat lag och/eller blir dubbelåkare. Detta baseras på åkarens färdighet, mognad och säkerhet, men också på YKK:s målsättning att ha ett lag i varje klass. Det är också tränarens ansvar att informera lagledarna och tillsammans med dessa tydligt och i lämplig ordning kommunicera planerade förändringar till styrelse, föräldrar och åkare. Tränarna ansvarar för att i samband med bedömningar om laguppflyttning, i ett personligt samtal med åkaren, meddela denne varför den inte bedömts vara aktuell för uppflyttning.

Varje säsong erbjuder tränaren, ibland tillsammans med lagledaren, ett eller flera utvecklingssamtal med föräldrar och åkare om målsättningar och trivsel. Tränarna för närvaro på alla aktiviteter och ser till att rapportering sker för att föreningen ska erhålla aktivitetsbidrag. Skulle det ske något som väsentligt påverkar laget eller verksamheten informera tränaren styrelsen och lagledare för att säkerställa att föreningen agerar enligt sin värdegrund.

Tränaren är mån om sina åkare och ser till att åkare som är skadad eller sjuk inte tränar. Vid behov har tränaren en dialog med föräldrar och lagledare om i vilken omfattning en sjuk/skadad åkare kan närvara vid träning, tävling eller andra arrangemang.

YKK:s tränare ska ha möjlighet att vidareutbilda sig för att bidra till att YKK:s verksamhet utvecklas på bästa sätt.

**Lagledarna**

YKK:s målsättning att varje lag ska ha (minst en helst) två lagledare. Lagledarna sköter praktiska allmänna uppgifter som krävs runt ett lag och värnar om ett bra socialt klimat. En ny lagledare kan i bästa fall lära sig uppdraget av en annan kvarvarande lagledare. Inom YKK är målsättningen också att ha en lagledarsamordnare som bl.a. ansvarar för utbildning av nya lagledare och att kommunicera lagledarfrågor till och från styrelsen. Vidare kan lagledarsamordnaren vara ett stöd vid föräldramöten samt hjälpa till i grupper om lagledarna önskar stöttning.

**Förebild**Lagledaren följer YKK:s måldokument och är en god representant för YKK på tävlingar och uppvisningar.

**Ansvar**Lagledaren fungerar som en länk mellan tränare och föräldrar när det gäller kommunikation om gemensamma aktiviteter samt om enskilda åkares förutsättningar för träning och tävling. Lagledaren är också ett stöd för åkarna, både praktiskt och mentalt.

Lagledaren ansvarar, tillsammans med tränarna, för att hålla föräldramöte i början av säsong och fortlöpande ge information om vad som händer och vad som krävs av åkare och föräldrar på den aktuella lagnivån. Ytterligare möten hålls vid behov.

Skulle det ske något som väsentligt påverkar laget eller verksamheten informerar lagledaren tränaren, lagledarsamordnaren eller styrelsen för att säkerställa att föreningen agerar enligt sin värdegrund.

I samband med tävlingar planerar lagledaren det praktiska, som logistik, kost och logi vid övernattning. Lagledaren deltar i planering och genomförande av träningsläger, men tränaren ansvarar. Lagledaren har också vissa administrativa ansvarsuppgifter såsom medverka i budgetarbetet och ansvara för att en godkänd lagbudget hålls, uppdaterar lagets hemsida.

**Föräldrar/Vårdnadshavare**

YKK som förening och dess åkare utvecklas allra bäst genom en aktiv föräldrasamverkan inom föreningen. YKK är en ideell förening där endast tränarna är avlönade. Viss arvodering kan utgå för professionell bokföring och revision. I övrigt bygger dock verksamheten helt på att vi som föräldrar/vårdnadshavare hjälps åt och tillsammans skapar så goda förutsättningar som möjligt för våra barn och ungdomar att träna, tävla och bygga en gemenskap. Utöver styrelse och lagledare tillsätts varje år ett antal arbetsgrupper för att genomföra uppvisningar, läger och tävlingar. Vi som föräldrar/vårdnadshavare har ett gemensamt ansvar, utifrån var och ens förutsättningar, att se till att verksamheten kan bedrivas. Är du/ni som föräldrar/vårdnadshavare förhindrade att fullt ut delta i verksamheten som det förväntas, kan du kontakta någon i styrelsen för diskussion.

**Gemenskap, träning och balans**Synkroniserad konståkning ger barnen och ungdomarna gemenskap, träning och en utvecklande fritid. Även vi föräldrar får möjlighet till gemenskap och att se både våra egna och andras barn och ungdomar utvecklas. Vi stöttar därför våra barn att kunna delta fullt ut i sitt lag och hjälper dem att infinna sig på träningar, uppvisningar och träningar, ser till att åkaren har rätt utrustning, samt skickar vid behov med mellanmål. Föräldern ser att barnet får balans i tillvaron mellan skola, träning, mat och sömn. Föräldern avgör när barnet ska stanna hemma från träning pga. sjukdom eller skada eller personliga angelägenheter. Vid behov kan tränare och lagledare ge råd.

**Engagemang och kommunikation**YKK är en ideell förening och bygger liksom alla föreningar på aktivt deltagande av föreningens medlemmar. Det är både trevligt och skapar gemensamskap, samt bygger ett starkare och mer levande YKK, om alla som kan deltar på föräldramöten, informationsmöten och årsstämma. Vi uppmanar alla föräldrar att delta i föräldramötena för att hålla sig informerade om förutsättningar för föreningens verksamhet. Missar man möten finns information att inhämta från lagledarna.

Inför varje säsong finns förutsättningar för deltagande i sitt barns lag att läsa på YKKs hemsida. Det är viktigt att man inför varje säsong bekantar sig med vad som gäller. Kontinuerligt under säsongen sker utskick av viktig information via mail/sms som är väsentlig att ta del av. YKK:s hemsida och lagsidor är också en källa till information som man regelbundet ska hålla sig uppdaterad med. Se till att dina kontaktuppgifter är aktuella och vid förändring ansvarar du för att uppdatera dessa.

För att kunna bedriva verksamheten i föreningen åtar sig föräldrar/vårdnadshavare till åkare i lagen ett eller flera funktionärsuppdrag per säsong. Det kan vara som medlem i en arbetsgrupp, lagledare, styrelseledamot eller projektledare. För säsongen aktuella arbetsgrupper presenteras på höstens första föräldramöte. Gemensamt bemannar vi också YKK:s arrangemang såsom julshow, Kungälvs-Pokalen, lägerverksamhet och bingoservering, samt är behjälpliga med bakning, försäljning och andra insatser för att kunna hålla träningsavgifterna så låga som möjligt.

Som förening med begränsade resurser är det viktigt att medlemmarna betalar in medlems- och träningsavgifter i tid.

YKK kan alltid bli bättre. Synpunkter tas tacksamt emot av styrelsen som har huvudansvaret för verksamheten. Kontaktuppgifter finns på YKK:s hemsida. Tränare eller lagledare kan vara behjälpliga med att förmedla kontakt vid behov. Motioner till årsstämman tas också tacksamt emot.

Lagledare och andra funktionärer är föräldrar/vårdnadshavare till åkare i föreningen. Dessa har valt att lägga ner extra tid och engagemang för barnen och ungdomarnas bästa. De är värda uppskattning för sitt engagemang.

**Lagindelning, tävling och uppvisning**Gruppindelning baseras på individens färdigheter som åkare samt YKK:s strävan att ha lag i varje klass, varför krav för uppflyttning och testnivåer kan variera mellan säsonger. Tränarna känner åkaren och dennes färdigheter bäst och har ensamma avgörandet för när en åkare ska byta lag baserat på kunskap, mognad och säkerhet, vilket är viktigt som förälder/vårdnadshavare att ha vetskap om och respekt för. Man kan naturligtvis tacka nej till uppflyttning. Likaså tas uppvisnings- och tävlingslagen ut av tränarna baserat på kunskap, mognad, träningsnärvaro och säkerhet. Som föräldrar/vårdnadshavare har vi en viktig uppgift i att förmedla till barnen hur tävlingsuttagning och laguppflyttning går till.

Som föräldrar/vårdnadshavare kan vi skapa god stämning och gemenskap om vi hjälper varandra med skjuts och praktiska saker inför träning och tävling.

Som publik är vi föräldrar/vårdnadshavare goda förebilder för våra barn och ungdomar genom att använda vårdat språk och tänka på hur det vi säger kan uppfattas, både verbalt och i sociala medier. Vi använder naturligtvis inte alkohol eller droger i samband med YKK:s arrangemang.

(För myndiga åkare gäller att ovanstående kan fullgöras av åkaren själv.)

**Styrelsen**

Föreningens mål är att bedriva en verksamhet inom synkroniserad konståkning som ger åkarna möjlighet att enskilt och i grupp utvecklas inom sporten till sin fulla potential. Vidare ges åkare och föräldrar/vårdnadshavare möjlighet till gemenskap och trevlig samvaro under träningar, uppvisningar, tävlingar och YKKs arrangemang. Föreningen består av medlemmarna, åkare och föräldrar/vårdnadshavare. Styrelsen, som väljs på årsmötet, utgörs av föräldrar/vårdnadshavare till åkare i föreningen.

**Verksamhetsansvar**Styrelsen har det yttersta ansvaret för föreningens verksamhet under verksamhetsåret och representerar YKK vid möten och sammankomster inom kommunen, med Göteborgs Konståkningsförbund och Svenska Konståkningsförbundet.

Se till att driften av föreningen sker på ett så smidigt och lättarbetat sätt som möjligt – däri ingår istidsförhandlingar, tränarkontraktering, anbud och korrespondens med kommunen och övriga myndigheter. Ett av styrelsens fokusområden är i detta sammanhang att arbeta aktivt för mer istid såväl inom som utom kommunen.

Styrelsen kallar till och genomför YKK:s årsmöte och upprättar tillhörande nödvändiga dokument. Inför årsmötet publicerar styrelsen relevanta dokument såsom dagordning, årsredovisning och motioner som pdf-filer på YKKs hemsida. Likaså publiceras årsmötesprotokollet efter justering på YKKs hemsida.

Styrelsen har också arbetsgivaransvar, med tillhörande arbetsmiljöansvar, för tränarna, som är anställda av föreningen.

**Ekonomi**
Utifrån de ekonomiska resurser som föreningen har att tillgå, ansvarar styrelsen för att tillgodose behov och skapa bästa tänkbara förutsättningar för aktiva och ledare. Styrelsen ansvarar för att föreningens ekonomi inte äventyras utan sköts på ett professionellt och lagligt sätt.

**Föräldrasamverkan**Relationerna föräldrar emellan är viktigt inom föreningen oavsett om man representerar i styrelsen eller någon annan funktion. Som styrelseledamot är jag tillgänglig och nåbar för YKK:s medlemmar och övriga. För att underlätta i samarbetet strävar styrelsen efter att meddela träningstider, samt tider och scheman för föräldrasamverkan i samband med YKKs arrangemang i så god tid som det är möjligt. Styrelsen finns representerad på föräldramöten minst en gång per säsong och grupp.

# Utrustning

Huvudskydd och halsskydd är obligatorisk för åkare på alla isträningar och finns att köpa i föreningens förråd. Hjälm är obligatoriskt upp till märke 8.

**Skridskor**Det finns inget krav på märke på skridskorna, men som deltagare från Flygskäret ska du ha egna skridskor inte hyrskridskor. Kvaliteten betyder däremot mycket för åkarens framsteg. Tränarna hjälper gärna med tips och råd när det är dags att köpa nya skridskor.

**Skötsel av skridskor**Använd alltid hårda skridskoskydd när du går på marken. Rengör skydd regelbundet efter varje träningspass så att inte smågrus och smuts förstör skenans slipning*.* Undvik därför att gå på gummimattorna nere vid sargen med skor, mattorna där är till för skridskorna. Torka alltid av skenorna ordentligt för att undvika rostangrepp. Ha en ren handduk eller trasa i skridskoväskan. Mjuka skridskoskydd är bra att ha för att skydda skena och skridsko i väskan.

**Slipning av skridskor**Det är viktigt att skenan blir slipad varje termin. Hur många gånger beror på hur mycket barnet är på is. Fråga tränaren vid osäkerhet. Slipning ska utföras av någon som har utrustning och kunskap om just konståkningsskridskor. YKK erbjuder slipning i egen regi. Mer info finns på hemsidan. De flesta återförsäljare av konståkningsskridskor i Göteborg och Stenungssund erbjuder också slipning.