

VAD SOM GÄLLER I GÄVLE OK

Anmälan/anmälningsansvarig

Var och en som vill delta i en tävling måste själv anmäla sig, helst via "Eventor" eller till Anmälningsansvarig. För att få mer information om hur anmälan via "Eventor" går till, kan man läsa då man loggar in på hemsidan och går in under rubrik Anmälan ind.

Anmälningsansvarig Lasse Jansson når man per tel. 14 58 70. Ring helst före kl. 21.

Det går även att anmäla sig via hemsidan eller med e-post: anmalan@gok.se (senast kl. 21 söndagar). Tänk på att anmälningstiden ofta går ut MINST 14 dagar före tävlingen.

Anmälningsavgifter

Klubben betalar anmälningsavgifterna utom till tävlingar som betraktas som semestertävlingar, t ex 5-dagars och andra flerdagars- eller sommartävlingar. Gäller även skidororientering, men inte långlopp. Om du anmält dig till en tävling men inte startat får du, oavsett orsak, återbeta startavgiften. Vid efteranmälan betalar var och en den extra avgiften som blir. Inbetalningskort för detta utsändes efter att varje säsong är slut. Alla medlemmar som tävlar fr.o.m. HD 17- betalar en tävlingsavgift på max 300 kr på våren och på hösten för orientering. De vuxna HD 21- som åker skidororienteringstävlingar betalar max 300 kr per vintersäsong.

Efteranmälan

Görs direkt till arrangören och meddela detta till anmälningsansvarig. Den extra avgiften får du betala själv. Inbetalningskort sänds ut.

Försäkring

Gruppförsäkring via Folksam gäller för medlemmar vid träning och tävling. Kontakta styrelsen för mer information. Medlemsavgiften måste betalas in före 1/4 för att försäkringen skall gälla och för att du skall få starta.

Hemsidan – www.gok.se

Klubben har en hemsida på Internet: <http://www.gok.se> På hemsidan kan du läsa om planer, ändringar och aktuella händelser. Där finns också bilder, arkiv, dokument, adresser, GOK-snack, inbjudningar, länkar mm. Det finns också sidor som bara är för medlemmar och då behöver du en inloggning av webmaster. Hemsidan administreras av Lars-Håkan Bengtsson och Mona Åkerman, vilka nås per e-post: webmaster@gok.se Kontakta dem om du har synpunkter eller vill ha med något på sidorna.

Information om pågående och planerade aktiviteter

Se på hemsidan www.gok.se, Månadsbladet, Sumpskon eller tag kontakt med tränings- eller ungdomskommittén.

Kartor

Klubben har många fina kartor över omgivningarna. Behöver du kartor för träning eller andra aktiviteter, kontakta Annika Gillgren (annika.gillgren@lm.se, tel.19 66 80) för mer information.

Klubblokalen Berget

Finns i anslutning till Hemlingbystugan. Nyckel finns hos styrelsen och alla kommittéer. Bokning görs i kalendern i lokalen. Den som använder lokalen ansvarar för städning efter sig. Lokalvärdar och deras arbetsuppgifter, se hemsidan samt Månadsbladet. Regler och uppgifter, se även denna skrift.

Klubbstugan GOK-stugan

Ligger söder om Hemlingby utefter Sjötorpsvägen vid en liten äng med fin närkontakt till fin orienteringsterräng. Den är tillgänglig för alla som vill använda den vid träning eller liknande.

Det går också att hyra stugan för fester eller andra tillställningar mot en avgift. Bokningar görs hos Elisabeth och Mattias Lindman som har hand om stuguthyrningen. Den som använder stugan ansvarar för att städa efter sig.

Stugvärdar och deras arbetsuppgifter, se hemsidan samt Månadsbladet. Regler och uppgifter, se även denna skrift.

Kläder

Vid tävling SKALL klubbens tävlingsdräkt med aktuell reklam användas. Vid prisutdelning skall klubboverallen eller västen användas. Detta gäller särskilt vid stafetter. Kläder i klubbens färger kan du beställa hos klädgruppen, kontakta Jan Andersson och Anette Sjöberg, Magnus Mejyr eller Per Sjölund.

Medlemsavgifter

Avgifter: 21 år och äldre 200 kr

Under 21 år 100 kr

Familj 400 kr, gemensam avgift för föräldrar och barn till och med 20 år.

PlusGiro 53 15 41-1. Ange namn och adress samt telefonnummer och personnummer.

Nya medlemmar och vid adressändringar, tag kontakt via e-post: medlem@gok.se alternativt med Helena Backlund, tel. 10 65 47.

Medlemslotteriet

Varje vecka spelar vi på V-75. Insatsen är 100 kr för 10 veckor och betalas in på **Bankgiro 5957-8955**. Till klubben går 30kr och till spel går 70 kr. Av vinsterna går 20% till klubben och 80% till spelarna. Om den sammanlagda vinsten under 10-veckorsperioden understiger 20 kr per andel, utbetalas ej vinsten, utan överförs istället till nästa omgångs spelpott. Den spelade raden läggs ut på GOK:s hemsida varje fredag. För mer information, kontakta Göran Nordström (gnm@hig.se, tel. 18 63 42) eller Harry Hietanen (harry.hietanen@lm.se, tel 16 42 39).

Minnesfond

Om du vill hedra minnet av någon bortgångnen medlem så kan du använda Gävle OK:s minnesfond. Du sätter in valfritt belopp på **PlusGiro 33 99 97-9** och anger på talongen att det gäller bidrag till minnesfonden. Fonden skall användas till stipendier till klubbens yngre orienterare.

Månadsbladet

Skrift som utkommer varje månad eller med dubbelnummer tillsammans med Sumpskon. På bladet finns kalender om planerade aktiviteter. Redaktör för Månadsbladet och Sumpskon är Pernilla Eriksson. Lämna gärna in egna uppgifter. Detta gör du genom att först logga in och sedan lämna bidraget på Internt/Sumpsko-bidrag. Manusstopp den 20:e.

Aktuellt Månadsblad och Sumpskon finns på hemsidan samt mailas alternativt skickas till medlemmarna.

Möten och fester

Årsmöte äger rum senast före mars månads utgång. Höstmöte äger rum i november där styrelsen informerar och kommittéerna ger en återblick av året. På höstmötet väljs nya kommittéer. Styrelsemöten som är öppna meddelas i månadsbladet. Årsfest i november.

Naturpasset

Det finns 2 olika typer av Naturpass: det vanliga Naturpasset finns i 2 områden med fasta kontroller. Den andra typen är Skoj-på-hoj. Stöd klubben genom att köpa och sälja Naturpass. Bra tillfälle för egen träning eller bara flanera med familjen i markerna. Lämna du in startkortet så har du chans på fina priser. För mer information, se hemsidan eller kontakta Helena Hemström.

Postadress

All post till klubben sändes till GÄVLE OK, Hemlingbystugan, 802 57 GÄVLE. Lokalansvarig tömmer brevlådan och fördelar posten i postfacken i lokalen. Styrelsen ansvarar sedan för att posten tas om hand.

PlusGiro

Klubbens PlusGiro är **33 99 97-9**, men OBS! att medlemsavgifterna och medlemslotteriet har andra konton.

Priser och utmärkelser

För att stimulera tävlandet utdelas inom klubben årliga utmärkelser "Årets Bästa" i klasserna Senior (D21 och H21), Juniorer (D17-20 och H17-20) samt Veteraner (D35 och äldre samt H35 och äldre.)

För dessa klasser gäller att ta poäng på alla DM-tävlingar. Lång, natt, ultralång, medel och sprint räknas i de klasser som har DM-status. Poäng utdelas enligt följande: 1:an får 7 poäng osv. 5, 4, 3, 2, 1. Dessa räknas på medlemmars inbördes placering i respektive tävling. Sammanlagda högsta poäng på alla tävlingar som har DM-status (DM-lång avgör) får en inskription på de skinntavlor som hänger i GOK-stugan.

En utmärkelse, hittills kallad Guldkompassen, kan delas ut till medlem för speciell prestation eller speciella händelser. Utses av styrelsen och delas ut på Årsmötet.

Resor/transporter

Gemensamma avresor sker från f.d. Silvanum, (Kungsbäcksvägen intill kraftstationen), på tid som anges på hemsidan. Kom till samlingen, någon kan behöva skjuts. Om du åker direkt, försök att fylla bilen, miljövänligt om inte annat! Klubben betalar ersättning för resor till vissa stafetter och SM samt för vissa tyngre transporter med egen bil i samband med klubbens egna tävlingsarrangemang.

Bilersättningen följer gällande skattelagstiftning och är 18 kr/mil för FULL bil (3+ chaufför). Ersättning utgår inte om klubben anordnat annat färd sätt. Ersättning utgår heller inte för funktionärsresor i samband med klubbens egna tävlings- och träningsarrangemang.

Till övriga tävlingar samt klubbens egna tävlings- och träningsarrangemang delar passagerarna upp kostnaden 18 kr/mil/bil och betalar sin del till föraren. (Om 4 passagerare 4,50 kr/mil/passagerare, om 3 passagerare 6 kr/mil/passagerare osv.) SAMÅK!

Dock får ungdomar t.o.m. 16 år ersättning från klubben för resor. De betalar som vuxna, men lämnar sedan in en särskild blankett till sin ungdomsledare och erhåller ersättningen i efterhand.

Sponsorer

Alltid välkomna. Ta kontakt med styrelsen.

Sumpskon

Skrift som utkommer varje månad eller med dubbelnummer. Samtrycks med Månadsbladet. I Sumpskon kan du läsa om planerade aktiviteter, händelser, reseskildringar eller andra små notiser. Redaktör för Sumpskon och Månadsbladet är Pernilla Eriksson. Lämna gärna in egna bidrag. Detta gör du genom att direkt på hemsidan först logga in och sedan lämna bidraget på Internt/Sumpsko-bidrag. Manusstopp den 20:e.

Aktuellt Månadsblad och Sumpskon finns på hemsidan samt mailas alternativt skickas till medlemmarna.

Träningskort

Klubben erbjuder alla medlemmar fr.o.m. HD17 ett "Träningskort Aktiv" till en kostnad av 600 kr. Avgiften för träningskortet kan ersättas av arbetsgivare som erbjuder sina anställda friskvårdsbidrag eller liknande. Träningskortet ger följande förmåner: deltagande i alla träningar och läger, fritt utnyttja kartor etc., subventionerad hyresavgift avseende klubbstugan, möjlighet att köpa kläder. Med träningskortet utgår inga ordinarie anmälningsavgifter under året. Träningskortet är frivilligt, avstår man från att köpa det gäller

samma medlemsregler/förmåner som nuvarande, t.ex. angående anmälningsavgifter, se under denna rubrik.

För att erhålla Träningskortet, betala in 600 kr på PlusGiro-konto **33 99 97-9**. Skriv att det gäller träningskort, så kommer ett kvitto att skickas hem till dig.

Veckotur

Träningsorienteringar med olika banor som arrangeras av klubbarna i Gävle kommun. Vuxna betalar 30 kr, ungdomar springer gratis.

Öppen klass

Anmäl dig själv på tävlingsdagen eller via "Eventor" eller till anmälningsansvarig i vanlig ordning, se anmälan/anmälningsansvarig.

Övrigt

Denna skrift kan inte beskriva hela vår verksamhet. Kommittéerna har många arrangemang på sitt program och som framgår genom Månadsblad och hemsida. Klubben bedriver kartritningsverksamhet och arrangerar årligen tävlingar i orientering mm, Naturpass och annan motionsverksamhet ingår också. Ungdomskommittén har nybörjarkurs varje år. Till alla våra verksamheter behövs många arbetande medlemmar, så känner du att du vill hjälpa till, så hör av dig till någon i styrelsen eller kommittéerna.

VÄLKOMMEN TILL GÄVLE ORIENTERINGSKLUBB!