

**Dette oppnår vi gjennom:**

- Et aktivt og veldrevent idrettslag med fokus på medlemmene og idrettslig utvikling.
- En foreningskultur som gjør medlemmene stolte, inkluderende, nyskapende og glade.
- Engasjerte og kompetente ledere og trenere i alle deler av organisasjonen.
- Utøvere som er villige til å forstå konsekvensene av sine målsettinger.
- Et arbeidssted hvor det er inspirerende å arbeide i et godt arbeidsmiljø.
- Et aksjeselskap som bidrar til økonomisk forutsigbarhet.

 **For deg som er foresatt:**

- Støtt og oppmuntre ditt barn. Husk at opplegget er for utøverne. Barna driver med idrett og lek, ikke underholdning for de voksne.
- Hei på utøverne, men la treneren gi instruksjoner og veiledning.
- Vis respekt for konkurrenter. Legg bort upassende kommentarer og kritikk mot andre utøvere, trenere og dommeravgjørelser.
- Sett pris på det arbeidet som treneren og støtteapparatet gjør for ditt barn.
- Hjelp til så barnet ditt forstår foreningens regler og konkurransereglene.
- Tenk like langsiktig som treneren. Utvikling tar tid og vil gå i bølger.
- Ønsker du forandring, ta det opp på foreldremøte eller med ansvarlig trener.
- Foresatte bidrar med nødvendig dugnadsarbeid i foreningen.

 **For deg som er utøver:**

- Turn fordi du syns det er gøy og ønsker å nå dine mål med idretten.
- Arbeid med dine egne prestasjoner. Vær stolt når du gjør fremgang.
- Vær bevisst på konsekvensene av dine målsetninger.
- Vær kompis med dine forenings- og treningsvenner.
- Gjør ditt for at alle skal trives. Vær positiv og sportslig og la det smitte over på andre.
- Yt like stor innsats for deg selv og for laget. Alle er avhengig av hverandre.
- Respekter trener, konkurrenter og utøvere fra andre lag.
- Sett deg inn i reglene for idretten og foreningen din.
- Holden orden på utstyr og ta ansvar.

 **For deg som er trener:**

- Tenk på din væremåte. Du er den viktigste rollefigur for utøverne.
- Bind sammen lek og sportslig utvikling.
- Gi alle utøverne lik mulighet til utvikling.
- Sett fokus på individuelle ferdigheter samt lagfølelse.
- Tenk langsiktig. Kortsiktige løsninger kan ødelegge for utøverne og miljøet.
- Lær utøverne gode holdninger og respekt for reglene, konkurrenter og dommeravgjørelser.
- Gi konstruktive tilbakemeldinger og ros.
- Bidra til å styrke foreningstilhørigheten.
- Arbeid med å øke egen kompetanse.
- Planlegging og informasjon øker trivsel og utvikling.
- Bidra til å lage en sosial ramme hvor kameratskap og respekt står sentralt.
- Ta utøverne på alvor. Gi dem anledning til å si sin mening om opplegget.
- Følg opp lisenser og sikkerhetsreglene.
- Gjør ditt for å skape aktive foresatte.
- Ta ansvar hvis utøvere eller foresatte bryter foreningens regler.

## BARNE- OG UNGDOMSGRUPPEN

### Barne- og Ungdomsgruppen skal:

- Tilrettelegge for et godt oppvekst- og treningsmiljø for barn og unge
- Tilby turnaktiviteter med fokus på mestring og variasjon under ledelse av kvalifiserte trenere
- Tilby deltakelse i klubboppvisninger, krets-turnstevnet og lokale konkurranser
- Utvikle utøvere, trenere og ledere til hele foreningen.



## KONKURRANSEGRUPPEN ELITETROPP

### Konkurransgruppen elite tropp skal:

- Være beste forening i Norge.
- Ha Norges beste eliteutøvere.
- Tilrettelegge for et godt troppsmiljø med fokus på sportslig utvikling.
- Årlig ha medaljevinnere i NM og deltakere i Nordisk og EM.
- Foreningen skal ha minimum to aktive forbundsdommere.
- Trenere med minimum trener 2 kompetanse.
- Rekruttere og motivere utøvere til treneroppgaver i foreningen.



## KONKURRANSEGRUPPEN ELITE TURN

### Konkurransgruppen elite turn skal:

- Være beste forening i Norge.
- Tilrettelegge for et godt turnmiljø med fokus på sportslig utvikling.
- Ha Norges beste eliteutøvere.
- Årlig ha medaljevinnere i NM og deltakere i EM og VM.
- Foreningen skal ha minimum ha to aktive forbundsdommere.
- Trenere på internasjonalt nivå.
- Rekruttere og motivere utøvere til treneroppgaver i foreningen.



## GYM- OG MOSJONSGRUPPEN

### Gym- og mosjonsgruppen skal:

- Gi basistrening for voksne.
- Gi et tidsriktig tilbud til voksne for å bedre livskvaliteten.
- Ha et tilbud om seniortrening.
- Gir tilbud til turntrening for voksne som ønsker litt utfordringer.
- Opprettholde egen foreningstropp for seniorer.
- Tilby deltakelse på krets- og landsturnstevner.
- Tilby deltakelse på gymnastikkfestivaler i utlandet.



### Visjon:

«Oslos sprekeste!»

### Virksomhetsidé:

«Allsidig trening for vanlige mennesker»

### Hovedmål :

Oslo Turnforening skal være den beste tilrettelegger av gymnastikk- og turnaktiviteter for flest mulig mennesker på alle nivåer

### Verdier:

Stolthet – Inkluderende – Nyskapende – Glede