

LOVNORM FOR IDRETTSLAG

Vedtatt av Idrettsstyret 13. desember 2023 med ikrafttredelse 1. januar 2024.

LOV FOR HEMING IDRETTSLAGET

Stiftet 25. januar 1916, sist endret på årsmøte 27. mars 2025 (§ 15).

Godkjent av Oslo kommune 26. juni 2024 (§ 14)

§ 1 Navn og farger

- (1) Lagets navn er HEMING, hentet fra sagnet om Heming Unge.
- (2) Lagets motto er: "Heming Unge kunna på skio renne".
- (3) Lagets merke er en hvit H på grønn bunn med en skiløper i sort silhuett og lagets farger er grønt og hvitt.

§ 2 Formål

- (1) Idrettslagets formål er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF). Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på de verdier som er vedtatt av Idrettstinget.
- (2) Idrettslaget skal ikke ha forretningsmessige formål

§ 3 Organisasjon

- (1) Idrettslaget er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer.
- (2) Idrettslaget er medlem av Norges Skiforbund, Norges Fotballforbund, Norges Tennisforbund, Norges Friidrettsforbund, Norges Sykkelforbund, Norges Snowboardforbund. For regler om idrettslagets plikt til å være medlem av et særforbund, gjelder [NIFs lov § 10-1 \(4\)](#).
- (3) Idrettslaget er medlem av NIF og dermed tilsluttet Oslo Idrettskrets og Oslo Idrettsråd.
- (4) For regler om representasjonsrett, gjelder [NIFs lov § 10-3 \(1\)](#).
- (5) For regler om idrettslagets plikt til å overholde overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak, gjelder [NIFs lov §§ 2-2 og 2-3](#).

§ 4 Medlemmer

- (1) For regler om opptak av medlemmer, utmelding, fratakelse av medlemskap mv., gjelder [NIFs lov §§ 10-4 og 10-6](#).
- (2) For idrettslagets plikt til å registrere opplysninger i idrettens medlems- og organisasjonsregister, gjelder [forskrift om idrettens medlems- og organisasjonsregister, jf. NIFs lov § 10-5](#).

§ 5 Kjønnfordeling

For regler om kjønnfordeling i styre, utvalg mv. og ved representasjon til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd, gjelder [NIFs lov § 2-4](#). For idrettslag med omsetning og medlemstall under [terskel fastsatt av Idrettsstyret](#) er det tilstrekkelig at begge kjønn er representert i styret, utvalg mv. og ved representasjon til årsmøter/ting i overordnet organisasjonsledd.

§ 6 Regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv.

For regler om stemmerett, valgbarhet og forslagsrett, gjelder [NIFs lov §§ 2-5, 2-6 og 2-7](#).

§ 7 Inhabilitet

For regler om inhabilitet, gjelder [NIFs lov § 2-8](#).

§ 8 Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll

For regler om vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll, gjelder [NIFs lov § 2-9](#).

§ 9 Refusjon av utgifter og godtgjørelse

For regler om refusjon av utgifter og godtgjørelse, gjelder [NIFs lov § 2-10](#).

§ 10 Regnskap og revisjon mv.

For regler om regnskap og revisjon mv., gjelder [NIFs lov §§ 1-7, 2-11, 2-13 og 2-14](#).

For idrettslag med omsetning og medlemstall under [terskel fastsatt av Idrettsstyret](#), er det ikke krav om underslagsforsikring.

§ 11 Årsmøtet og årsmøtevalgte organer

- (1) Årsmøtet er idrettslagets høyeste myndighet, som avholdes hvert år innen utgangen av mars måned.

(2) Ordinært og ekstraordinært årsmøte gjennomføres i samsvar med denne lov og [NIFs lov §§ 2-15, 2-16, 2-17, 2-19, 2-20](#).

(3) Årsmøtets oppgaver:

1. Godkjenne de stemmeberettigede medlemmene
2. Velge dirigent(er)
3. Velge protokollfører(e)
4. Velge to medlemmer til å underskrive protokollen
5. Godkjenne forretningsorden
6. Godkjenne innkallingen
7. Godkjenne saklisten
8. Behandle idrettslagets årsberetning
9. Behandle
 - a. idrettslagets regnskap
 - b. hovedstyrets økonomiske beretning
 - c. ev. beretning fra kontrollutvalget
 - d. ev. beretning fra engasjert revisor
10. Behandle øvrige saker som fremgår av godkjent sakliste
11. Fastsette
 - a. medlemskontingent på minst kr 50
 - b. eventuell treningsavgift, eller gi hovedstyret fullmakt til å fastsette treningsavgifter
12. Vedta idrettslagets budsjett
13. Behandle idrettslagets organisasjonsplan
14. Dersom idrettslaget har omsetning og medlemstall over [terskel fastsatt av Idrettsstyret](#), velge:
 - a. Styre med leder, nestleder og ni styremedlemmer
 - b. Kontrollutvalg med leder og ett medlem og to varamedlemmer
 - c. Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi hovedstyret fullmakt til å oppnevne representantene
 - d. Valgkomité med leder, og to medlemmer og ett varamedlem
 - e. Eventuelt øvrige valg i henhold til idrettslagets organisasjonsplan

Dersom idrettslaget har omsetning og medlemstall under [terskel fastsatt av Idrettsstyret](#), velge:

- a. Styre med leder, nestleder og ni styremedlemmer
 - b. Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi hovedstyret fullmakt til å oppnevne representantene
 - c. Eventuelt øvrige valg i henhold til idrettslagets organisasjonsplan
15. Ev. beslutte om det skal engasjeres revisor til å revidere idrettslagets regnskap.

Ledere og nestledere velges enkeltvis. Øvrige medlemmer velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet. Der det velges flere varamedlemmer skal det velges 1. varamedlem, 2. varamedlem osv.

Leder og nestleder velges for to år, dog slik at den interne rangordning kan endres etter ett år. Endring av den interne rangordning vedtas av årsmøtet. Øvrige styremedlemmer velges for ett år. Hver gruppe skal foreslå en representant, normalt sin styreleder, til hovedstyret for valg etter nr. 14 a). Hvis kravet til kjønnsmessig balanse ikke løses gjennom de medlemmer avdelingene har foreslått, kan valgkomiteen be grupper som har stilt med menn om å nominere en kvinne eller omvendt.

For regler om stemmegivningen på årsmøtet, gjelder [NIFs lov § 2-21](#).

- (4) For regler om kontrollutvalget, gjelder [NIFs lov § 2-12](#).
- (5) For regler om valgkomiteen, gjelder [NIFs lov § 2-18](#).

§ 12 Idrettslagets hovedstyre

- (1) Idrettslaget ledes og forpliktes av hovedstyret, som representerer idrettslaget utad.
- (2) Hovedstyret er idrettslagets høyeste myndighet mellom årsmøtene, men visse beslutninger kan kun vedtas av årsmøtet iht. § 11 (3) og [NIFs lov § 2-22](#).
- (3) Forvaltningen av, og tilsynet med, alle deler av idrettslagets virksomhet hører under hovedstyret. Hovedstyret skal sørge for:
 - at idrettslagets formål ivaretas
 - forsvarlig organisering av idrettslagets virksomhet og økonomistyring
 - at beslutninger fattes i samsvar med overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak, idrettslagets lov og årsmøtets vedtak
 - registrere opplysninger iht. § 4 (2)
 - at det oppnevnes en ansvarlig for politiattestordningen, dersom idrettslaget organiserer idrett for mindreårige eller personer med utviklingshemming
 - at det oppnevnes en ansvarlig for barneidretten, dersom idrettslaget organiserer barneidrett
- (4) Hovedstyret kan oppnevne komiteer/utvalg til ivaretagelse av løpende eller enkeltstående oppgaver, og utarbeide mandat/instruks for disse.
- (5) Hovedstyret skal oppnevne representanter til årsmøter/ting i overordnede organisasjonsledd dersom årsmøtet ikke har valgt representanter.
- (6) Hovedstyret skal avholde møter når lederen bestemmer det eller minst 2 av hovedstyrets medlemmer forlanger det.

§ 13 Grupper

- (1) Idrettslagets årsmøte kan beslutte å opprette og nedlegge grupper, og hvordan disse skal organiseres og ledes, eventuelt delegere dette til hovedstyret.
- (2) Dersom idrettslagets årsmøte, ved behandlingen av organisasjonsplanen, har vedtatt å opprette grupper med gruppestyrer, gjelder følgende for idrettslag med omsetning og medlemstall over [terskel fastsatt av Idrettsstyret](#):
 - a. Hver gruppe skal ha et gruppestyre på minst tre medlemmer. Gruppestyret velges på årsmøtet eller oppnevnes av hovedstyret etter fullmakt fra årsmøtet.
 - b. Gruppen bør ha minst ett årlig møte der gruppen diskuterer gruppens økonomi og aktiviteten i gruppen, og foreslår kandidater til gruppestyret, samt gir eventuelle innspill til saker som behandles av hovedstyret eller årsmøtet.
 - c. Gruppestyret konstituerer seg selv, med mindre annet er besluttet av årsmøtet eller av hovedstyret etter fullmakt fra årsmøtet.
 - d. Gruppestyret fastsetter eventuell treningsavgift innenfor rammen av fullmakt gitt av årsmøtet eller hovedstyret.
- (3) Gruppestyrer eller representanter for grupper kan ikke inngå avtaler eller på annen måte forplikte idrettslaget uten fullmakt fra hovedstyret eller årsmøtet, og innenfor de rammer som er fastsatt av hovedstyret eller årsmøtet.

§ 14 Kommunal lånegaranti

I de tilfeller der Oslo kommune stiller kommunal garanti for lån til finansiering av idrettslagets anlegg gjelder følgende for disse anleggene:

- (1) Anleggene skal brukes til idrettslige formål.
- (2) I garantiperioden kan ikke driften av anleggene bringes til opphør uten kommunens samtykke.
- (3) Endringer i eierforholdene og vesentlige endringer i driftsansvaret kan ikke gjennomføres uten samtykke fra Oslo kommune.
- (4) Et eventuelt overskudd skal tilfalle driften av anlegget.

§ 15 Hemings Råd

- (1) Hemings Råd er et rådgivende organ for hovedstyret i Heming IL. Hovedstyret skal forelegge for Rådet til uttalelse disposisjoner som omfattes av NIFs lov § 2-22. Når hovedstyret finner grunn til det, kan Rådets uttalelse innhentes også i andre saker.

- (2) Hemings Råd skal bestå av minst tre medlemmer og velges på årsmøtet, eller oppnevnes av hovedstyret etter fullmakt fra årsmøtet. Årsmøtet beslutter hvordan Hemings Råd skal organiseres og ledes, og kan eventuelt delegere dette til hovedstyret.
- (3) Hemings Råd utarbeider sin egen instruks som skal godkjennes av hovedstyret.

§ 16 Lovendring

For regler om lovendring, gjelder [NIFs lov § 2-2](#).

§ 17 Oppløsning, utmelding mv.

- (1) Idrettslaget kan vedta oppløsning:
 - a. ved et enstemmig vedtak om oppløsning på årsmøtet, eller
 - b. ved å vedta oppløsning med 2/3 flertall på to påfølgende årsmøter, der det etterfølgende årsmøtet må avholdes minimum tre måneder og maksimum 6 måneder senere.En forutsetning for et gyldig vedtak om oppløsning, er at idrettslaget skriftlig varsler idrettskrets og særforbund senest 14 dager før idrettslagets årsmøte behandler forslag om oppløsning.
- (2) Sammenslutning med andre idrettslag anses ikke som oppløsning av idrettslaget. Vedtak om sammenslutning eller utmelding fra særforbund, og nødvendige lovendringer i tilknytning til dette, fattes med 2/3 flertall av årsmøtet.
- (3) For regler om utmelding og tap av medlemskap i NIF, gjelder [NIFs lov § 10-2](#).