



HAUGERUD IF

Setter hele nærmiljøet i bevegelse

Lov for Haugerud Idrettsforening, stiftet 16. november 1970, med senere endringer, senest av 26.11.1992, 14.04.2015, 10.03.2016, 22.03.2018, 13.02.2020, 26.03.2020, sist 01.06.2026 av HIF-styret. Basert på lovnorm fra 01.01 2026 vedtatt av Norges idrettsforbund

I. INNLEDENDE BESTEMMELSER

§ 1 Formål

- (1) Haugerud IFs formål er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF).
- (2) Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.
- (3) Haugerud IF skal være en inkluderende møteplass for beboerne i nærområdet, på tvers av alder, kjønn og etnisk, kulturell og religiøs bakgrunn. Klubben er partipolitisk og religiøst nøytral.

§ 2 Organisasjon

- (1) Haugerud IF er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer.
- (2) Idrettslaget er medlem av basketball-, badminton-, friidrett-, fotball-, kampsport-, cricket, håndball-, orientering-, tennis-, og bandyforbundet. 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 er medlem av Idrettens samarbeidsutvalg i Bydel Alna.
- (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
- (6) Foreningens farger er rødt og marineblått. Se lagets organisasjonsplan om bruken av foreningens emblem.

§ 3 Medlemmer

- (1) For at en person skal opptas i et idrettslag må vedkommende:
 - a) akseptere å overholde idrettslagets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak,
 - b) ha gjort opp eventuelle økonomiske forpliktelser til idrettslaget og andre organisasjonsledd i NIF.
- (2) Medlemskap i idrettslag er først gyldig fra den dag kontingent er betalt.
- (3) Styret i et idrettslag kan i særlige tilfeller nekte en person medlemskap.
- (4) Utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt.
- (5) Idrettslaget kan frata medlemskap fra medlem som etter purring ikke betaler fastsatt medlemskontingent. Medlem som skylder kontingent for to år taper automatisk sitt medlemskap i laget og skal strykes fra lagets medlemsliste.
- (6) Styret i et idrettslag kan i særlige tilfeller frata en person medlemskapet for en periode på inntil 1 år.
- (7) For idrettslagets plikt til å registrere opplysninger i idrettens medlems- og organisasjonsregister, gjelder forskrift om idrettens medlems- og organisasjonsregister, jf. NIFs lov § 10-5. Alle idrettslag plikter å føre elektroniske medlemslister i idrettens nasjonale medlemsregister i tråd med forskrift gitt av Idrettsstyret.

II. TILLITSVALGTE

§ 4 Kjønnnsfordeling

- (1) NIF og NIFs organisasjonsledd skal arbeide for en lik kjønnnsfordeling ved valg/oppnevning til styrer, komiteer mv. og representasjon til årsmøter/ting. Ved valg/oppnevning og ved representasjon, skal begge kjønn være representert. Ved valg/oppnevning av mer enn tre personer skal det velges/oppnevnes **minst 40%** fra hvert kjønn, mens det for idrettslag er tilstrekkelig med minst to personer fra hvert kjønn. Bestemmelsen gjelder også der det velges mer enn ett varamedlem. Ansattes representant teller ikke med ved beregningen av kjønnnsfordelingen.

§ 5 Generelle regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv.

- (1) For å ha stemmerett, være valgbar til årsmøte-/tingvalgte organer og kunne velges/oppnevnes som representant til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd, må man ha fylt 15 år i løpet av kalenderåret, vært medlem av idrettslaget i minst én måned og ha gjort opp sine økonomiske forpliktelser til idrettslaget. Et medlem som ikke er valgbar til verv i idrettslaget iht. §§ 2-6 og 2-7 har ikke stemmerett på idrettslagets årsmøte
- (2) Et medlem kan ikke samtidig inneha mer enn et av følgende verv i idrettslaget: medlem av styret, valgkomité, kontrollutvalg, lovutvalg, revisor, utvalg som ilegger sanksjoner.
- (3) Et medlem kan ikke ha styreverv i flere idrettslag som deltar i samme konkurranse. Tilsvarende gjelder andre tillitsverv som gir påvirkningsmulighet over den aktuelle konkurranseaktiveten, eller tilgang på informasjon som kan benyttes til ett av idrettslagenes fordel.
- (4) Forslagsrett:
Et medlem har forslagsrett til og på årsmøtet i idrettslaget.
Styret i idrettslaget har forslagsrett til og på årsmøtet i idrettslaget.
Møteberettiget komité/utvalg har forslagsrett til årsmøtet i saker som ligger innenfor sitt arbeidsområde, og dets representant(er) har forslagsrett på årsmøtet

innenfor komiteens/utvalgets arbeidsområde.

(5) Møte- og talerett:

Representant fra overordnet organisasjonsledd har møte- og talerett på årsmøtet i idrettslaget.

(b) Revisor har møte- og talerett på årsmøtet i saker som ligger innenfor sitt arbeidsområde

§ 6 Stemmerett, valgbarhet og representasjonsrett for arbeidstaker

- (1) Med arbeidstaker etter denne bestemmelsen menes person som:
 - a) utfører lønnet arbeid for idrettslaget tilsvarende en stillingsbrøk på mer enn 20 %, eller
 - b) mottar mer enn 1 G i lønn/andre ytelser fra idrettslaget i løpet av et kalenderår.
- (2) En arbeidstaker i idrettslaget har ikke stemmerett på idrettslagets årsmøte, og er ikke valgbar til styre, råd, utvalg/komite mv. i idrettslaget eller overordnede organisasjonsledd. Tillitsvalgt som får relevant ansettelse, plikter å fratre tillitsvervet ved tiltredelse av stillingen, og kan ikke gjeninntre før ansettelsesforholdet er opphørt.
- (3) En arbeidstaker i idrettslaget kan ikke velges eller oppnevnes som representant til årsmøte/ting eller ledermøte i overordnede organisasjonsledd. Det kan heller ikke velges eller oppnevnes representant som er arbeidstaker i det organisasjonsledd representasjonen skjer.
- (4) Bestemmelsen er ikke til hinder for at idrettslaget gir de ansatte rett til å utpeke ansattrepresentant(er) til idrettslagets styre.
- (5) En person som er valgt eller oppnevnt i strid med bestemmelsen anses ikke som valgt eller oppnevnt.

Idrettsstyret kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra bestemmelsen for et valg/oppnevning.

§ 7 Valgbarhet og representasjonsrett for andre personer med tilknytning til idrettslaget

- (1) Et medlem som har en økonomisk særinteresse i driften av idrettslaget som overstiger 1 G i løpet av kalenderåret, er ikke valgbar til styre, råd, utvalg/komité mv. i idrettslaget eller overordnet organisasjonsledd. Det samme gjelder styremedlem, ansatt eller aksjonær med vesentlig innflytelse, i en juridisk person som har slik økonomisk særinteresse som nevnt i første setning. Begrensningen gjelder ikke for styremedlem oppnevnt av idrettslaget. Tillitsvalgt som får slik økonomisk særinteresse, styreverv, ansettelse eller eierandel, plikter å fratre tillitsvervet, og kan ikke gjeninntre før ansettelsesforholdet mv. er opphørt.
- (2) Person som i henhold til første ledd ikke er valgbar, kan heller ikke velges eller oppnevnes som representant til årsmøte/ting eller ledermøte i overordnede organisasjonsledd. Det kan heller ikke velges eller oppnevnes representant med tilsvarende tilknytning til det organisasjonsledd representasjonen skjer.
- (3) Idrettsstyret kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra bestemmelsen for et valg/oppnevning.

§ 8 Inhabilitet

- (1) En tillitsvalgt, oppnevnt representant eller ansatt i idrettslaget er inhabil til å tilrettelegge grunnlaget for en avgjørelse eller til å treffe avgjørelse:
 - a) når vedkommende selv er part i saken,
 - b) når vedkommende er i slekt eller svogerskap med en part i opp- eller nedstigende linje eller i sidelinje så nær som søsken,
 - c) når vedkommende er eller har vært gift med eller er forlovet eller samboer med en part,
 - d) når vedkommende leder eller har ledende stilling i, eller er medlem av styret i et organisasjonsledd eller annen juridisk person som er part i saken.

- (2) Likeså er vedkommende inhabil når andre særegne forhold foreligger som er egnet til å svekke tilliten til vedkommendes upartiskhet; blant annet skal det legges vekt på om avgjørelsen i saken kan innebære særlig fordel, tap eller ulempe for vedkommende selv eller noen som vedkommende har nær personlig tilknytning til. Det skal også legges vekt på om inhabilitetsinnsigelse er reist av en part.
- (3) Er en overordnet inhabil, kan avgjørelse i saken heller ikke treffes av direkte underordnet i idrettslaget.
- (4) Inhabilitetsreglene får ikke anvendelse dersom det er åpenbart at den tillitsvalgte, oppnevnte representanten eller ansattes tilknytning til saken eller partene ikke vil kunne påvirke vedkommendes standpunkt og idrettslige interesser ikke tilsier at vedkommende viker sete.
- (5) Med part menes i denne bestemmelsen person, herunder juridisk person, som en avgjørelse retter seg mot eller som saken ellers direkte gjelder.
- (6) I styrer, komiteer og utvalg treffes avgjørelsen av organet selv, uten at vedkommende medlem deltar. Dersom det i en og samme sak oppstår spørsmål om inhabilitet for flere medlemmer, kan ingen av dem delta ved avgjørelsen av sin egen eller et annet medlems habilitet, med mindre organet ellers ikke ville være vedtaksført i spørsmålet. I sistnevnte tilfelle skal alle møtende medlemmer delta. Medlemmet skal i god tid si fra om forhold som gjør eller kan gjøre vedkommende inhabil. Før spørsmålet avgjøres, bør varamedlem eller annen stedfortreder innkalles til å møte og delta ved avgjørelsen dersom det kan gjøres uten vesentlig tidsspille eller kostnad.
- (7) I øvrige tilfeller avgjør vedkommende selv om vedkommende er inhabil. Dersom en part krever det og det kan gjøres uten vesentlig tidsspille, eller vedkommende ellers finner grunn til det, skal vedkommende selv forelegge spørsmålet for sin nærmeste overordnede til avgjørelse.
- (8) Bestemmelsen gjelder ikke på årsmøter i idrettslag.

§ 9 Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll

- (1) Styrer, komiteer og utvalg i organisasjonsledd er vedtaksføre når et flertall av medlemmene er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene med mindre annet fremgår av NIFs lov, eller regelverk gitt av Idrettsstyret i medhold av NIFs lov. Ved stemmelikhet er møteleders stemme avgjørende.
- (2) Vedtak kan fattes ved skriftlig behandling eller ved fjernmøte, dersom et flertall av medlemmene gir sin tilslutning til dette. Ved skriftlig behandling sendes kopier av sakens dokumenter samtidig til alle medlemmer med forslag til vedtak. Ved fjernmøte skal alle møtedeltakerne kunne kommunisere med hverandre.
- (3) Det skal føres protokoll fra styremøter. Protokollene skal være tilgjengelige for organisasjonsleddets medlemmer/tilsluttede organisasjonsledd, med mindre styret bestemmer noe annet i den enkelte sak.

III. ØKONOMI

§ 10 Regnskaps- og revisjonsplikt mv.

1. Regnskapsåret for NIF og NIFs organisasjonsledd er kalenderåret.
2. Organisasjonsledd er regnskaps- og revisjonspliktige, og skal utarbeide et årsregnskap som fastsettes senest seks måneder etter regnskapsårets slutt. Idrettsstyret kan sette en tidligere frist for de enkelte organisasjonsleddene. Årsregnskapet skal undertegnes av samtlige styremedlemmer. Dersom organisasjonsleddet har daglig leder, skal også daglig leder undertegne
3. (Organisasjonsledd skal følge alminnelig lovgivning for regnskap og revisjon der dette gjelder. NIF, særforbund, idrettskretser, og andre organisasjonsledd med en årlig omsetning på syv millioner kroner eller mer, skal engasjere revisor og følge alminnelig lovgivning for regnskap og revisjon selv om de ikke er forpliktet til dette etter alminnelig lovgivning. For øvrige organisasjonsledd som ikke har regnskapsplikt etter alminnelig lovgivning, gjelder uansett følgende:
 1. Regnskapet skal vise en oppstilling over inntekter og kostnader i regnskapsåret og skal omfatte hele organisasjonsleddets aktivitet. Dersom organisasjonsleddet er inndelt i flere grupper/avdelinger, skal de enkelte grupper/avdelingers aktiviteter også vises i regnskapet.
 2. Alle transaksjoner skal dokumenteres på en måte som viser deres berettigelse.
 3. Regnskapet skal bokføres og spesifiseres så ofte som opplysningenes karakter og organisasjonsleddets art og omfang tilsier.

4. Regnskapet med alle bilag, bokførte opplysninger og underdokumentasjon skal oppbevares på en trygg måte i minimum fem år etter regnskapsårets slutt.

Bankkonti skal være knyttet til organisasjonsleddet, og skal disponeres av minimum to personer i fellesskap. Alle utbetalingstransaksjoner skal være godkjent av minimum to personer i fellesskap.

§ 11 Budsjett

- (1) På årsmøtet skal det vedtas et budsjett som inneholder alle hovedposter i resultatregnskapet. Eventuelle midler avsatt til kontrollutvalgets arbeid skal spesifiseres særskilt.
- (2) Budsjettet skal være realistisk, og resultatet skal ikke vise underskudd med mindre det dekkes av positiv egenkapital.
- (3) Det vedtatte budsjettet bør fremkomme i egen kolonne når årsregnskapet fremlegges.

§ 12 Utlån og garanti

Idrettslaget kan ikke gi lån eller stille garantier for lån hvis ikke lånet eller garantien er sikret med betryggende pant eller annen betryggende sikkerhet. Sikkerheten for lån og garantier skal opplyses i note til årsoppgjøret.

§ 13 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. styrets 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 styret 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 [antall, minst ett] styremedlem[mer] [og [antall]] varamedlem[mer]
- b. Kontrollutvalg med leder og [antall, minst ett] medlem[mer] [og [antall]] varamedlem[mer]]
- c. Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene
- d. Valgkomité med leder, og [antall, minst ett] medlem[mer] [og [antall]] varamedlem[mer]]
- 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 [antall, minst ett] styremedlem[mer] [og ev. [antall]] varamedlem[mer]
- b. Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret 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.

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

- (4) Dersom idrettslaget har kontrollutvalg, gjelder [NIFs lov § 2-12](#). Årsmøtet kan vedta instruks for kontrollutvalget.
- (5) Dersom idrettslaget har valgkomité, gjelder [NIFs lov § 2-18](#). Årsmøtet kan vedta instruks for valgkomiteen.

§ 14 Idrettslagets styre

- (1) Idrettslaget ledes og forpliktes av styret, som representerer idrettslaget utad.

- (2) Styret er idrettslagets høyeste myndighet mellom årsmøtene, men visse beslutninger kan kun vedtas av årsmøtet iht. § 10 (3) og [NIFs lov § 2-22](#).
- (3) Forvaltningen av, og tilsynet med, alle deler av idrettslagets virksomhet hører under styret. Styret skal sørge for:
 - at idrettslagets formål ivaretas
 - forsvarlig organisering av idrettslagets virksomhet og økonomistyring, herunder vurdere idrettslagets forsikringsbehov og tegne nødvendige forsikringer
 - at beslutninger fattes i samsvar med overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak, idrettslagets lov og årsmøtets vedtak
 - registrere opplysninger iht. § 3 (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) Styret kan oppnevne komiteer/utvalg til ivaretagelse av løpende eller enkeltstående oppgaver, og utarbeide mandat/instruks for disse.
- (5) Styret skal oppnevne representanter til årsmøter/ting i overordnede organisasjonsledd dersom årsmøtet ikke har valgt representanter.
- (6) Styret skal avholde møter når lederen bestemmer det eller minst 2 av styrets medlemmer forlanger det.

§ 15 Grupper

- (1) Idrettslagets årsmøte kan beslutte å opprette og nedlegge grupper, og hvordan disse skal organiseres og ledes, eventuelt delegere dette til styret.
- (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 styret etter fullmakt fra årsmøtet.
 - b. Gruppen bør ha minst ett årlig møte der gruppen diskuterer gruppens økonomi og aktiviteten i gruppen, og forslår kandidater til gruppestyret, samt gir eventuelle innspill til saker som behandles av styret eller årsmøtet.
 - c. Gruppestyret konstituerer seg selv, med mindre annet er besluttet av årsmøtet eller av styret etter fullmakt fra årsmøtet.
 - d. Gruppestyret fastsetter eventuell treningsavgift innenfor rammen av fullmakt gitt av årsmøtet eller styret.

- (3) Gruppestyrer eller representanter for grupper kan ikke inngå avtaler eller på annen

måte forplikte idrettslaget uten fullmakt fra styret eller årsmøtet, og innenfor de rammer som er fastsatt av styret eller årsmøtet.

§ 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](#).