

«Naturleg
samlingspunkt for
krinsens barn.
Her er alle
velkomne og alle
skal vere med»

Sportsplan

2024



Vedteken av styret mars 2024

Denne ballen kjem til å hoppa og
spretta gjennom heile planen, langs
Den Oransje Tråden



Innhald

1 Sportsplan 2024.....	3
2 Visjon & verdier	4
2.2 Fair Play	4
2.3 Toleranse og inkludering	5
2.4 Respekt og tryggleik	5
2.5 Openheit.....	5
2.6 Sportsleg kvalitet	6
2.7 Den Oransje Tråden.....	7
3 Organisasjon	8
3.1 Styret i Rosseland BK	8
3.2 Andre rollar og oppgåver i Rosseland BK	8
3.3 Lagleiarar og ansvarlege trenarar 2024	9
3.4 Kontingentsatsar 2024	11
4 Rosseland-familien	11
4.1 Klubben:.....	11
4.2 Spelarar:.....	11
4.3 Trenarar og leiarar:.....	11
4.4 Føresette:	12
4.5 Støttespelarar/sponsorar:	12
5 Treningar	13

5.1. Fokusområde i treningane - barnefotball	13
5.2 Treningsøkta.no og eigne økter.....	14
6 Lag og kampar - barnefotball	15
6.1 Lag- og nivåinndeling.....	15
6.2 Kampar	16
7 Spelarutvikling	18
7.1. Fellesskap	18
7.2 Rosseland-skulen	19
7.3. Tilpassa fotballoplæring	19
7.3.1 Døme på tilpassingar:	19
7.4. Meirtrening (hospitering).....	20
7.4.1 Hospitering frå andre klubbar.....	21
7.5. Ekstra kamp	21
7.5.1 Prosedyre – ekstra kamp:	21
7.6 Kva god spelarutvikling IKKJE er – og korleis me skal ha det!	22
8 Ungdomsfotball	22
8.1 Fundament	22
8.2 Påmelding av lag og turneringar	23
8.3 Tilpassa opplæring i trening	23
8.4 Kampavvikling for ungdomslaga.....	24
8.5 Klargjering for ungdomsfotballen.....	24
8.6 Trenarkompetanse og team rundt laga	24

8.7 Jæder 12, 13 og 14, og NFF sone J12.	25
9 Trenarkompetanse	26
9.1. Pedagogisk kompetanse	26
9.2. Formell fotballkompetanse	27
9.3. Støtte frå klubben.....	27
10 Retningslinjer for seniorfotballen i Rosseland BK	29
11 Våre støttespelarar.....	31

1 Sportsplan 2024

Sportsplanen har følgjande primære mål:

- Å være ei rettesnor for all sportsleg aktivitet i klubben
- Å vere samlande for klubben, slik at alle dreg i same retning
- Å hjelpe trenarane i dei vanskelege spørsmåla kring tilpassa fotballoplæring
- Å sørge for at fotballspelarane i klubben får utvikla seg optimalt som medmenneske og fotballspelarar



Sportsplanen skal vere eit levande dokument som alle i klubben forpliktar seg til, og planen skal alltid vere synleg på alle plattformer på nett, og vil også vere tilgjengeleg på touchscreen på klubbhuset.

Planen er innanfor NFF sine retningslinjer for kvalitetssikra fotballaktivitet, og baserer seg mykje på sentrale avgjerder, men med våre lokale justeringar. Planen vil bli revidert kvart år før sesongen kjem i gang, og bli vedteken av styret kvart år. Med jamne mellomrom vil trenarar og leiarar vere med på større revideringar, slik at planen følgjer aktiviteten i klubben på ein god måte.

Rosseland mars 2024

2 Visjon & verdier

Visjonen til Rosseland BK:

*«Naturleg samlingspunkt for krinsens barn.
Her er alle velkomne og alle skal vere med»*

Motto:

«Smil & Stil si '79»

Visjonen og mottoet forpliktar. Heile denne sportsplanen vil utdjupa kva me legg i desse. Dei følgjande punkta er innspel frå trenarane i klubben, og som leiar til Den Oransje Tråden:

2.2 Fair Play

Eit av dei viktigaste omgrepa i norsk fotball er «Fair Play». Rosseland BK stiller seg 100% bak arbeidet som NFF gjer omkring dette, og me finn masse godt stoff og nyttige skjema på denne lenka:

<https://www.fotball.no/fotballens-verdier/fair-play/>

På desse sidene har me m.a. informasjon om haldningskontraktar, kampvertinstruks, fair play-helsing og heile Fair Play-programmet i inneverande periode.



2.3 Toleranse og inkludering

Det er svært viktig for oss som klubb å visa toleranse og inkludera dei som kjem i kontakt med oss. I følgje visjonen vår er ALLE velkomne, uavhengig av kjønn, religion, kultur, hudfarge, seksuell legning eller fysisk/psykisk funksjonalitet. Det vil seie at me legg til rette med stor breidde, og gjer alt me kan for at alle skal trivast her. Dette gjeld både internt i klubben, men også overfor besøkande klubbar og personar. Meir informasjon og idear til dette arbeidet finn me her: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/inkludering/>.

Me vil halda kontingentsatsane låge for å inkludera flest mogleg (sjå [pkt. 3.4](#)) Det er likevel nokre som kan ha behov for økonomisk støtte for å vere med oss i klubben. Dei kan senda ein mail til dinstottespiller@rosselandbk.no for å søka om støtte for å få dekt kontingentar, turneringsutgifter eller andre utgifter, for å kunne delta på lik linje med alle i klubben.

2.4 Respekt og tryggleik

Me har alle ei oppfatning av kva respekt er, men ordet tyder eigentleg «å sjå på ny». Alle som kjem i kontakt med oss, anten det er ungar eller vaksne, fortener å bli sett på ny. Kvar dag. Me skal respektera at alle har ein ryggsekk me ikkje kan sjå, og behandle folk varsamt og respektfullt.

Me må av same grunn ha ei individuell tilnærming til kvar einskild; me kan ikkje behandla alle likt, men heller behandla dei unikt. Me må ta omsyn til at dei har ulikt utgangspunkt når det gjeld fysiske og psykiske føresetnadar, økonomi, heimeforhold, oppfølging og interesse for fotball. Da vil me skapa det beste grunnlaget for tryggleik hos alle.

2.5 Openheit

Rosseland BK ynskjer å vere den mest transparente og opne klubben av alle:

- Denne sportsplanen ligg opent og svært lett tilgjengeleg, på nett og på klubbhuset.
- Alle posisjonar i klubben er kjende og synlege, slik at alle veit kven dei skal kontakta i alle høve. Sjå del 3.0 Organisasjon.

- Me vil dela erfaringar og kompetanse med andre klubbar, slik at me alle blir betre. Dette gjeld og blant trenarteam – me samarbeider slik at alle har god utvikling. Me skal ikkje sitje på eigne gode opplegg og idear – her delar me alt.

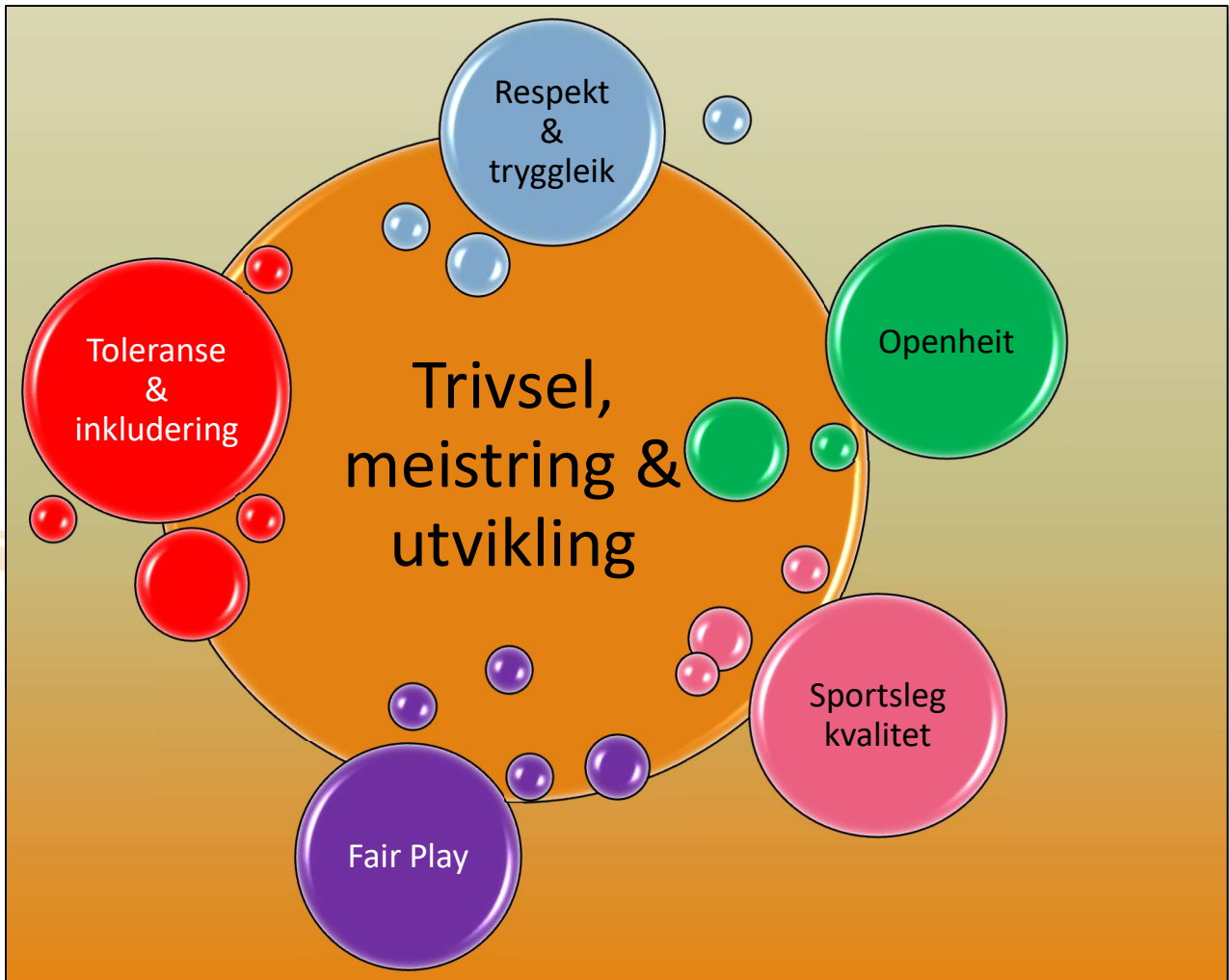
2.6 Sportsleg kvalitet

Me ynskjer å skapa optimale forhold for sportsleg utvikling hjå våre spelarar og trenarar. Det er ingen grunn til at andre klubbar skal vere flinkare enn oss sportsleg. Derfor legg me ned ressursar i skoleringsplanar i dei ulike laga – desse ligg opent for alle på treningsokta.no. På denne måten vil alle spelarar i klubben verta godt skolerte og vel førebudd på større utfordringar etter kvart.

I delen om treningar og om spelarutvikling kan me sjå detaljar i dette arbeidet.

2.7 Den Oransje Tråden

Desse 5 punkta tek oss til den oransje tråden! NFF har trivsel, meistring og utvikling som hovudmål. Det har me også, dersom me skal oppfylle visjonen vår, og det kan skjematisk sjå ut som på figuren:



«Kort sagt handlar Den Oransje Tråden om å utvikla alle menneska i organisasjonen, både små og store, så optimalt som mogleg – med våre verkemiddel og verdiar».

Da vil me oppleve god trivsel og meistring, og alle dei fem boblene rundt er gjensidig like viktige for oss. Dei går alle inn i kvarandre, og alle må og skal vere på plass i Rosseland BK.

3 Organisasjon

3.1 Styret i Rosseland BK

Rolle	Namn	Tlf	E-post
Leiar	Terje Aasen	474 62 231	terje.aasen18@gmail.com
Nestleiar	Atle Serigstad	934 88 333	atleserigstad@gmail.com
Barne- og ungdomsleiar	Marte Dale	458 57 024	martemoldale@gmail.com
Barne- og ungdomsleiar	Sindre Meling	958 90 265	sindre.meling@ha.kommune.no
Kasserar	Edle H. Gjerdevik	911 52 497	kasserer@rosselandbk.no
Material- og baneforvaltar	Hanne Kristiansen	971 55 652	Hanne_thue@hotmail.com
Ungdomsrepresentant	Trond Tengesdal	952 24 994	trond1207@gmail.com
Klubbhus	Janne G. Nese	970 96 396	janne.g.nese@gmail.com
Dugnad	Hege Gustavson Sandstøl		heggypeggy@hotmail.com
A-laget	Are G Høyland	476 23 219	arehoyland@gmail.com
Bordtennis	Martin Garvik	994 36 133	martin.garvik@gmai.com

3.2 Andre rollar og oppgåver i Rosseland BK

Rolle/oppgåve	Namn	Tlf	E-post
Marknadsansvarleg	Janne G. Nese	970 96 396	janne.g.nese@gmail.com
	Hanne Kristiansen	971 55 652	hanne_thue@hotmail.com
Politiattest	Marte Dale	458 57 024	martemoldale@gmail.com
Heimesideansvarleg	Gunnar U Stangeland	926 52 609	gus_bryne@me.com
Sportsleg leder	Peter Mörk	905 88 494	petmork@gmail.com
Trenerkoordinator	Asgeir Jakobsen	980 73 686	Asgeir87@gmail.com
Banekabalansvarleg	Nils-Fredrik Winther-Kaland	932 15 983	nils-fredrik@maksimer.no

3.3 Lagleiarar og ansvarlege trenarar 2024

GJ2019	Lag:	Spelarar: 42	Trenarar: 8
I samarbeid med Bryne Håndball og Bryne Tennisklubb.			
Kontakt:	Sindre Meling	958 90 265	sindre.meling@time.kommune.no
GJ2018	Lag:	Spelarar: 46	Trenarar: 8
Lagleiar	Jørgen Hauge	464 18 873	Jorhauge@gmail.com
Trenar	Bjørn Tore Søyland	934 48 449	bjorntore.soyland@gmail.com
J2017	Lag:	Spelarar: 15	Trenarar: 5
Lagleiar	Anette Mellemstrand	988 26 943	a_mellemstrand@hotmail.com
Trenar	Sam Danby	406 43 979	samdanbybailey@gmail.com
G2017	Lag:	Spelarar: 33	Trenarar: 8
Lagleiar	Krister Wemberg	416 67 321	Kristerwemberg@gmail.com
Trenar	Asgeir Jakobsen	980 73 686	Asgeir87@gmail.com
J2016	Lag:	Spelarar: 35	Trenarar: 9
Lagleiar	Thomas Pedersen	922 95 934	aaspedersen@gmail.com
Trenar	Sindre Meling	958 90 265	sindre.meling@time.kommune.no
G2016	Lag:	Spelarar: 33	Trenarar: 7
Lagleiar	Stian Malmin	930 64 866	malmin.stian@gmail.com
Trenar	Are Haldorsen	416 88 778	arehaldorsen@msn.com
J2015	Lag: 1	Spelarar: 15	Trenarar: 6
Lagleiar	Frode Orstad	975 23 904	Forstad@online.no
Trenar	Kurt Erik Grytten	986 08 833	kegrytten@gmail.com
G2015	Lag: 2	Spelarar: 24	Trenarar: 6
Lagleiar	Morten Moene	912 34 567	Mort-m@online.no
Trenar	Are G Høyland	476 23 219	arehoyland@gmail.com
J2014	Lag: 2	Spelarar: 17	Trenarar: 6
Lagleiar	Elin Undheim	918 92 670	elinundheim@hotmail.com
Trenar	Tommy Sælevik	992 68 405	tommy.salevik@akerbp.com
G2014	Lag: 5	Spelarar: 39	Trenarar: 10
Lagleiar	Kai Ivan Heskestad	415 49 255	kai.ivan.heskestad@lyse.net
Trenar	Marte Dale	458 57 024	martemoldale@gmail.com
J2013	Lag: 1	Spelarar: 11	Trenarar: 5
Lagleiar	Bjørn Erik Ueland	957 15 015	bjorn.erik@lyse.net
Trenar	Arne Trøite	907 93 761	atr@depro.no

G2013	Lag: 3	Spelarar: 29	Trenarar: 7
Lagleiar	Elisabeth Sie Nielsen	976 60 841	esienielsen80@gmail.com
Trenar	Sindre Meling	958 90 265	sindre.meling@ha.kommune.no
J2012	Lag: 2	Spelarar: 22	Trenarar: 5
Lagleiar	Are Haldorsen	416 88 778	arehaldorsen@msn.com
Trenar	Peter Mörk	905 88 494	petmork@gmail.com
G2012	Lag: 2	Spelarar: 20	Trenarar: 3
Lagleiar	Morten Lyngdal	408 41 361	morteneinarlyngdal@gmail.com
Trenar	Tore Idsøe	900 40 922	Tore_idsøe@hotmail.com
J2011	Lag: 2	Spelarar: 27	Trenarar: 6
Lagleiar	Inger M. Stensland	984 94 748	inger.marie@stensland.as
Trenar	Dagny M Haugland	909 18 365	dmellgren@mac.com
G2011	Lag: 2	Spelarar: 25	Trenarar: 5
Lagleiar	Ane S Horpestad	975 09 676	ane@jaerensparebank.no
Trenar	Ane S Horpestad	975 09 676	ane@jaerensparebank.no
J2010	Lag: 2	Spelarar: 30	Trenarar: 3
Lagleiar	Ådne Hausberg	911 45 226	adnehausberg@gmail.com
Trenar	Sven Atle Østerhus	971 56 886	svenna79@hotmail.com
G2010	Lag: 3	Spelarar: 28	Trenarar: 7
Lagleiar	Odd Ivar Nese	900 26 271	oinese@hotmail.com
Trenar	Heine Schea	975 11 044	heine.schea@lyse.net
B-lag	Lag: 1	Spelarar: ?	Trenarar: 2
Lagleiar	Christian Bertelsen	981 04 131	chrits.bertelsen@gmail.com
Trenar	Thomas Bekkeheien	482 66 616	thomasbekkeheien@outlook.com
A-lag	Lag: 1	Spelarar: ?	Trenarar: 2
Lagleiar	Gunnar U Stangeland	926 52 609	gus_bryne@me.com
Trenar	Kai Ove Stokkeland	959 82 716	kostokkeland@gmail.com
Totalt:	Lag:	Spelarar 473	Trenarar: 118

3.4 Kontingentsatsar 2024

5 år allidrett	Kr 200	A-lag	Kr 2 500
6-7 år	Kr 800	Trener	Kr 200
8-9 år	Kr 900	Styret	Kr 200
10-12 år	Kr 1 100	Klubbdommar	Kr 150
Ungdom	Kr 1 600	Kretsdommar	Kr 600
B-lag	Kr 1 800	Bordtennis	Kr 500

NB! Alle som skal spela kamp, må ha betalt kontingent fysst.

4 Rosseland-familien

Viktige kjenneteikn hos våre aktørar:

4.1 Klubben:

- Me har gode, positive verdiar nedfelt i denne sportsplanen som klubben skal følgje. Me vil framleis vere den mest samlande krafta i nærmiljøet, og ynskjer å samarbeida godt med alle positive aktørar rundt oss. Elles kan me visa til denne planen for alle våre verdiar og ideal, og kva kjenneteikn klubben skal ha.

4.2 Spelarar:

- Spelarane skal få utfordringar i trygge rammer med mål om utvikling og meistring.
- God og sunn interesse for fotballspelet. Dei ser mykje fotball og har god kjennskap til reglane.
- Dei er like gode vinnarar som taparar.
- Dei respekterer motstandaren og utøvar Fair play før, under og etter kampen.
- Dei applauderer kvarandre, uansett nivå og prestasjon.
- Prestasjon trumfar resultat i alle samanhengar.

4.3 Trenarar og leiarar:

- Våre trenarar er opptekne av utvikling av lag like mykje som utvikling av spelarar.

- Dei har relevant skulering for sitt årskull.
- Både trenarane og leiarane har god pedagogisk forståing.
- Alle dei vaksne rundt laga styrer med kjærleik – ikkje med frykt.
- Dei vaksne er lojale mot klubben sine ideal, og spelar på lag med sportsplanen.
- Prestasjon trumfar resultat i alle samanhengar, og alle gode intensjonar skal framhevast og applauderast.

4.4 Føresette:

- Dei føresette tek ansvar for at sitt barn kjem seg tidsnok på trening og kamp, og er ofte med sjølv.
- Dei rosar innsatsen til alle spelarane på laget, og gjerne også motstandaren og dommaren.
- Dei respekterer trenarane sine avgjerder og klubben sine ideal.
- Dei oppfører seg eksemplarisk i alle høve, og tenker alltid på klubbens beste.
- Dei stiller opp på dugnad og tek positive initiativ som hjelper klubben. Føresette må forvente tre dugnadsoppdrag kvar sesong (klubbturnering i juni, éin kioskvakt og éin ekstern dugnad).
- Dei utøvar ALDRI press på egne eller andre sine barn, ungane styrer sitt eige engasjement i klubben.
- Viss dei føresette er ueinige om noko, så skal dette takast opp på ein respektfull måte i eit riktig fora. Saman kjem me fram til gode løysingar.

4.5 Støttespelarar/sponsorar:

- Våre støttespelarar er med i klubben fordi dei er glad i han og vil at dei unge skal få ei positiv utvikling, både personleg og fotballmessig.
- Dei ynskjer ein positiv relasjon til ein stor breiddeklubb.
- Dei er med på å utvikla klubben i tråd med sportsplanen, og stiller seg bak våre ideal.
- Alle avtalar skal visa gjensidig respekt for klubb og sponsor.

5 Treningar

5.1. Fokusområde i treningane - barnefotball

Me har eit ynskje om korleis laga våre skal spele fotball i kamp, og det legg føringar for kva treningane inneheld. Det støttar eit viktig omgrep i fotball – *spesifisitet*. Det betyr kort sagt at me må trene slik som me vil spele kamp. Jo meir kamplike øvingane og treningane er – jo betre prestasjon kan me forventa i kamp.

Tabellen under syner dei 6 ynskja me har for god fotballutvikling, og kva element me må fokusera på i treningane:

Fokusområde/ynskje i kamp	Treningsfokus
<i>Me spelar alltid ut bakfrå og vil alltid ha mange spelarar involvert i spelet</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Mykje tekniske øvingar med begge bein • Stort fokus på orientering/opp med blikket • Mykje trekantspel frå ung alder • Kroppen mellom motstandar og ball • Skapa forståing for 3.- og 4.- angriper
<i>Me vil ha spelarar som jobbar for laget sitt, defensivt og offensivt</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Laget kjem alltid føre einskildspelarar på alle treningar • Samhald og aksept for varierende prestasjonar • Jobba med returløp og haldning på trening!
<i>Me vil at ballen skal gå fort mellom spelarane</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Spel med touchavgrensing (1 og 2 touch) • Innside/vrist/utside av begge bein • Kvikke bein på små flater
<i>Å scora mål skal vere intuitivt</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Treffpunkt på ballen må inn tidleg • Presisjon føre kraft frå tidleg alder • ALLE spelarane øver på å score på kvar trening, anten i øving eller i spel
<i>Våre spelarar er gode 1 v 1</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Off: Utvikla eit godt finterepertoar (2-4 stk) og forståing av taktomslag • Def: Kroppsplassering, leding og takling
<i>Alle spelarane roterer på plassane på laget</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Dette må og gjerast på trening! • Ufarleggjering av sentrale posisjonar • Aksept for perifere rollar

Tabellen under er rettleiande når det gjeld treningar for laga våre, ikkje på kvar trening eller i kvar veke, men som ei overordna rettesnor:

	5-6 år	7-8 år	9-10 år	11-12 år
Treningar i veka	1	1	2	2-3
Lengd på økter	1 t	1 t	1,5 t	1,5 t
Sjef over ballen	40 %	30 %	30 %	20 %
Spele med og mot	10 %	15 %	20 %	30 %
Smålagspel	40 %	40 %	35 %	35 %
Scoringstrening	10 %	15 %	15 %	15 %

5.2 Treningsøkta.no og egne økter

Alle våre lag og trenarar er tilknytta [treningsøkta.no](https://treningsokta.no) (S2S). Treningsøkta.no er NFF sitt viktigaste hjelpemiddel for oss i treningskvardagen. Her inne ligg det skoleringsplanar for ulike alderstrinn og dugleiksnivå:

Skoleringsplan NFF 6-12 år	
6 år: Leik med ball	6 x økter med fotball leker, Sjef over ballen og 2v2 eller 3v3
7 år: Sjef over ballen	6 x økter med fotball leker, Sjef over ballen og 3 v 3. <ul style="list-style-type: none"> • <u>Nybegynner</u>: 3 x økter med tema Føring – vending, Føring-finte-drible • <u>Øvet</u>: 3 x økter med tema Føring-finte-drible, Pasningsspill/ ballkontroll
8 år: Pasningsspel og ballkontroll	6 x temabaserte økter <ul style="list-style-type: none"> • Nybegynner: 3 x økter med tema Ballkontroll • Øvet: 3 x økter med tema Mottak/medtak, Pasningsspill
9 -10 år: 1A/1F og vi andre	12 x temabaserte økter <ul style="list-style-type: none"> • Lett: 3 x økter med tema Mottak/medtak, Pasningsspill • Middels: 3 x økter med tema 1A og vi andre: Pasningsspill • Vanskelig: 3 x økter med tema 1A og vi andre: 1:1 til overtallsspill • Forsvarsspill (Nybegynner): 3 x økter med tema 1F og vi andre
11 -12 år: 1A/1F og vi andre	12 x temabaserte økter <ul style="list-style-type: none"> • Lett: 3 x økter med tema 1A og vi andre: Mottak/medtak, Pasningsspill

- Middels: 3 x økter med tema 1A og vi andre: 1:1 til overtallsspill
- Vanskelig: 3 x økter med tema 1A og vi andre: Angrep på siste 1/3
- Forsvarsspill (Øvet): 3 x økter med tema 1F og vi andre

Me tek utgangspunkt i desse, og så ynskjer me å laga resten sjølv. På den måten er me på lag med NFF, men også tru mot våre eigenutvikla verdiar og det me vil satsa ekstra på. Desse skal me leggja ut på treningsokta.no, slik at trenarteama har alt samla på éin plass. Slik ser talet på ferdiglaga økter ut - opp mot tema:

	5-6 år	7-8 år	9-10 år	11-12 år
Økter NFF (sjå over)	6	12	12	12
Fotball-leik	2	1	0	0
Orientering	1	1	2	3
Score mål	1	1	2	2
Dugleik 1v1	0	1	2	2
Trekantspel	1	1	2	2
Sum	11	17	20	21

Med desse øktene har trenarteama ganske stor fleksibilitet. Dei kan velje å berre nytta desse, men dei kan og miksa desse, eller koma med eigne øvingar dei er trygge på. [Men – det er eit krav frå klubben at alle økter følgjer treningsfokusa under punkt 5.1.](#) Da vil me sikra at spelarane i klubben får forholdsvis lik input og utvikling.



6 Lag og kampar - barnefotball

6.1 Lag- og nivåinndeling

- Me deler inn i jamne lag på alle kull 5-12 år.
- Klassane 10-12 år har nivåinndeling 1-3, kor 1 er best. Me melde alle laga på heile kullet på same nivå – da følgjer me intensjonen til NFF. Førre sesongs resultat ligg til grunn for kva nivå me melde opp i. Viktig å halda god dialog med naboklubbane og kretsen for at dette skal fungera fint.

For 12-årsklassen er også utgangspunktet at me melder alle laga på heile kullet på same nivå. Her har likevel kretsen åpna for at lag frå same klubb kan meldes på ulikt nivå. Om eit kull ønsker påmelding av lag på ulike nivå skal dette først drøftas med sportsleg leder. Ved evt. påmelding på ulikt nivå skal trenarteamet sørge for rullering på laga slik flest mogleg av spelarane for prøvd seg på dei ulike nivåa.

6.2 Kampar

Me har nokre viktige retningslinjer når det gjeld gjennomføring av kamp:

	6-7 år	8-9 år	10-11 år	12 år
Speleform	3 v 3	5 v 5	7 v 7	9 v 9
Innbyttarar	1	1	2	3
Keeper-plassen	Har ikkje keeper	Alle skal rullere på å spela som keeper	Alle som vil kan prøva seg som keeper	Alle som vil kan prøva seg som keeper
Speleposisjon	Rullere på alle plasser på banen. Viktig å rullere på sentrale og perifere rollar			Rullere på minst 2 plasser (1 sentral/1 perifer)
Speletid	Lik*	Lik*	Lik*	Bør ha minst éi økt i veka for å få lik speletid*

*Me ynskjer å ha ein open dialog med spelar og føresette omkring deltaking på andre fritidsaktivitetar. Me legg aldri hinder for at våre spelarar kan vere med på andre idrettar eller aktivitetar, og det er sjølvstøtt heilt greitt å prioritera andre aktivitetar, men frå 11 år er det forventa at spelarar også skal trene fotball for å spela fotballkamp.

*Når ein spelar startar midt i sesong:

Viss ein spelar har vore på trening i to veker (og har betalt kontingent), er hovudregelen at spelaren skal kunna spela kamp på lik linje med dei andre spelarane. Unntak frå denne regelen kan vere at spelaren treng ei gradvis opptrapping av speletid i trening/kamp, eller at auka tal på spelarar på laget gjer at speletida ikkje blir heilt lik. Dette skal i så fall drøftast med sportsleg leder og dei føresette.

Me finn sentrale reglar for speleformer, banestorleik m.m. her:

<https://www.fotball.no/lov-og-reglement/spilleregler/spilleregler---barnefotball-612-ar/oversiktsmatrise---alle-spillformer/>

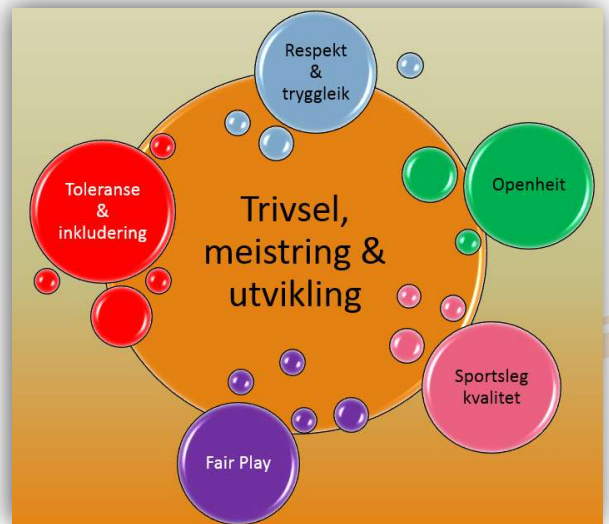
7 Spelarutvikling

Me vil ha flinke spelarar! Korleis vil me utvikla dei? Kva prinsipp skal me følgja?

7.1. Fellesskap

Vårt hovudmål er at ALLE våre spelarar skal få så optimal utvikling som mogleg – både som fotball-spelarar og menneske! Me kan ikkje la nokre spelarar få meir merksemd enn andre, når me skal styra etter våre verdiar (sjå figur). Derfor har me nokre fellesskaplege moment som ligg til grunn for ALL utvikling av spelarar:

- **Laget:** Å halda laget samla er viktig for individuell utvikling. Laget trener saman. Det gjev tryggleik.
- **Sosial inkludering:** Alle spelarar skal FØLA seg viktig i spelargruppa! Sjølv om dei har ulike rollar og ulik sosial dugleik, så skal me gje alle likeverdige sosiale rollar.
- **Sportsleg inkludering:** Alle spelarar skal FØLA seg viktig på banen! Sjølv om dei har ulike rollar og ulik sportsleg dugleik, så skal me gje alle fornuftige utfordringar på banen.



7.2 Rosseland-skulen

Dette er eit unikt fotballfagleg, pedagogisk opplegg, utvikla av Johnny Mikael Gallefoss, som tek sikte på å gje alle spelarane og trenarane god fotballfagleg forståing gjennom samarbeid.

Målet er at spelarane skal lære seg omgrep, få eit felles språk og ei solid grunnopplæring i fotballspelet.

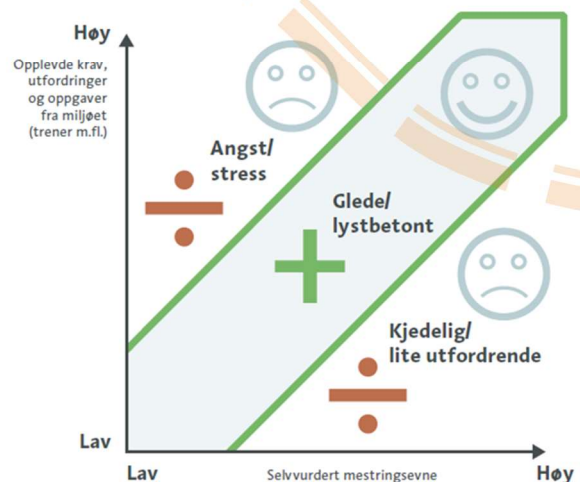
Opplegget inkluderer ein omfattande presentasjon delt inn i bolkar, folierte bord med brikkar og Veo-kamera. Opplegget kan nyttast av alle i klubben, men er mest aktuelt frå 11-12 år.



7.3. Tilpassa fotballoplæring

Ingen fotballspelarar er like – derfor må me tilpassa fotballoplæringa. I eit kull har me stort sprik i fysiologisk og mental alder, modning og interesse. Me vil at flest mogleg skal finna si eiga flytsone (sjå figur): Me må finna balansen mellom dugleiken og dei krav me set til kvar spelar – da aukar sjansen for god utvikling. Målet er å skapa robuste spelarar med stadig høgare dugleik som taklar stadig høgare krav frå seg sjølv og andre.

Det betyr at me må tilpassa fotballoplæringa til den einskilde spelar. Me nyttar «tilpassa opplæring» som omgrep, ikkje «differensiering».



7.3.1 Døme på tilpassingar:

Inndeling på trening: Me ynskjer felles start og oppvarming, og felles avslutning. I tema-delen i midten *kan* trenarane tilpassa nivået for spelarane, både i øvingar og i spel. Da blir spelarane delt inn i meir homogene grupper, som jobbar på sine respektive nivå. Desse gruppene er ikkje faste grupper! Dei skal rullere! Dette skjer ikkje på kvar trening, men er viktig for god spelarutvikling for alle.

Tilpassa tilbakemelding i øving: (Enkel pasning/mottak-øving): Ein spelar som har vanskar med å dempe ballen blir rettleia og utfordra på dette, medan ein spelar som meistrar mottak blir utfordra på å legge til rette optimalt for rask 2. berøring.

Tilpassa tilbakemelding i spel: Ein spelar som er kome lengre på utviklingsstigen kan bli utfordra på detaljer som kroppsstilling, vektig av pasning, medtak/mottak, val med ball, intensitet i spelet osv..

Ein spelar som er litt bak gjennomsnittsnivået kan få enklare køyrereglar som «møt ballen», «tempo utan ball», «ta ut avstand til motstandar slik at du kjøper deg tid» og samtidig bli rettleia på det spelaren meistrar og med det motivere til vidare utvikling.

Tilpassa kamp: Det er optimalt å skapa jamn spelarmotstand i kampar. Det er betre å plassera sine spelarar i posisjonar mot spelarar på nokså likt nivå, enn å absolutt utnytta dei svakaste spelarane hos motstandaren – det gjev best utvikling over tid! Frykt ikkje – når dei kjem over i ungdomsfotballen, så vil spelarane få rikeleg med tid til å ta taktiske val i høve til motstandar! Begge trenarteam har ansvar for å gjere kampen så jamn som mogleg, og dette bør snakkast om på førehand.

7.4. Meirtrening (hospitering)

Det kan vere aktuelt at spelarar får vere med på trening med andre lag, i tillegg til økter på sitt eige lag. Dette er kjønnsuavhengig – det vil og sei at jenter kan trene med gutar og motsett. Me har følgjande retningslinjer for ein spelar som skal ha meirtrening:

- Høgt treningsframmøte på eige lag
- Gode haldningar og følgjer våre verdjar
- Tilstrekkeleg sportsleg kvalitet for det nye laget
- Spelar, foreldre, begge trenarteam og trenarutviklar skal vere einige om meirtreninga, og lagar ein plan saman. Ingen har ekstratreningar utan at sportsleg leder har godkjent planen.

7.4.1 Hospitering frå andre klubbar

Det kan vere aktuelt at spelarar frå andre klubbar ynskjer å hospitera hos oss for ein kortare eller lengre periode, dersom dei ikkje har eit tilstrekkeleg tilbod i eigen klubb. Hospiteringa skal godkjennast av sportsleg leder i RBK og moderklubbens leiing. Me nyttar dette skjema: [Hospiteringsskjema RBK](#)

7.5. Ekstra kamp

Av og til treng eit lag ein eller fleire «lånespelarar» for å få gjennomført kamp. Det kan vere spelarar frå eige kull eller frå nivået under. Me har følgjande retningslinjer for låning av spelarar:

- Trenarteama har felles ansvar for at belastninga for lånespelaren ikkje blir for høg.
- Me skal rullere på kven som får tilbodet om å vere med på ekstrakamp, det er IKKJE berre dei «beste» som skal få det.
- Motstandar legg føring for kven som bør vere med: viss motstandaren er veldig sterk, så kan me ta med ein spelar som har kome langt i utviklinga si og er klar for oppgåva. Motsett – dersom me veit at motstandaren overkommeleg, er det pedagogisk og fotballfagleg VIKTIG å gje sjansen til spelarar som kan få ein boost ved å bidra på eit anna lag.

7.5.1 Prosedyre – ekstra kamp:

Steg	Ansvar
1. Bli samde om kven som er aktuelle for kamp (1-3 spelarar)	Begge trenarteam!
2. Spør føresette om bruk av spelar	Trenar til laget som skal spela kamp
3. Spør spelar om aktuell kamp	Føresette! Trenarar skal <u>ikkje</u> gå rett på spelar.
4. Etter kamp: Evaluering	Begge trenarteam, saman med spelar, evaluerer korleis det gjekk.

7.6 Kva god spelarutvikling IKKJE er – og korleis me skal ha det!

Kva god spelarutvikling IKKJE er:	Me vil heller ha det slik!
Faste inndelingar på trening kor dei som har kome lengst alltid spelar saman.	Gruppene skal rullere og spelarane <u>må og skal</u> spele med både sterkare, svakare og jamngode lagvenninner og –kameratar!
Trening for nokre spelarar, men ikkje for andre.	Viss me legg opp til ekstratreningar, så skal alle spelarane på kullet vere med!
Gjev nokre spelarar sentrale posisjonar og høg status i gruppa.	Me passar på alle våre spelarar og jamnar ut skilnadane. Dei som vil, blir gode til slutt uansett!
Dele lag inn i ulike nivå.	I Rosseland blir alle kull jamt fordelt!
Let foreldre eller andre utanforståande påverke korleis laga og spelarar vert utvikla.	Trenarteama har god kompetanse og er einige om korleis kullet utviklar seg best, og treng ikkje hjelp frå nokon andre enn dei andre teama og/eller trenarutviklar.
Å vinna for ein kvar pris, og ofra våre verdiar for å klara det, t.d. ved å vere ufin på banen mot motstandar, dommar eller medspelarar.	Våre verdiar er heilage - me går aldri på akkord med dei! Me må visa våre spelarar at ein ekte siger kjem fordi me har vore positivt gode i lag, og me skal vinna med respekt og Fair Play.

8 Ungdomsfotball

Frå 2023 startar me opp med 13-åringar i klubben, og vil utvida til 14-åringar i 2024. Det vil seie at me skal leggja til rette for eit godt tilbod til dei som vil fortsetja som ungdomsspelarar og -trenarar i klubben.

8.1 Fundament

Alle våre verdiar ([pkt 2](#)) er sjølv sagt også grunnlaget for ungdomsfotballen vår, og fokusområda er om lag dei same ([pkt 5.1](#)). Det er likevel nokre punkt som er spesielle for ungdomsfotballen:

8.2 Påmelding av lag og turneringar

I serien vil me melda på lag alt etter kor mange spelarar me har, og kor langt dei har kome i utviklinga si. Dersom me har mange spelarar over eit breitt spekter, så kan me melda på lag på ulike nivå, medan færre spelarar avgrensar både nivå og antall lag. Dette skal vurderast for kvart år og for kvart kull, i samråd med sportsleg leder.

Me ynskjer å reisa på ei større sommarturnering (sosial profil) som spelarane ikkje har vore med på før. Me vil markera eit skilje for dei eldste laga, og me ynskjer at alle jenter og gutar på 13 og 14 år reiser på same sommarturnering. Klubben dekkjer deltaking for to trenarar pr påmeldte lag på innanlands sommarturnering, og transport/overnatting for desse dersom dei følgjer laget (buss, tog, overnatting på skule). Gjeld ikkje utanlands turneringar, fly eller hotell.

Elite-/breddeturneringar: Det kan verta aktuelt at ungdomslaga reiser på turneringar med ulikt nivå. Dersom me reiser på såkalla eliteturnering med nokre av spelarane, så SKAL det leggest opp til å reise på ei breiddeturnering for dei spelarane som ikkje er med på eliteturneringa.

8.3 Tilpassa opplæring i trening

Det er fleire punkt som er viktige for ei god, positiv, tilpassa opplæring i ungdomsfotballen (sjå også [pkt 7.3](#)):

- Heile kullet trener samtidig. Det gjev samhald. Det kan ofte likevel vere naudsynt med oppdeling i nivå på deler av treningane, for å få positiv treningseffekt for alle.
- Det er eitt trenarteam som er ansvarlege for heile kullet, og tema er det same for alle, på ulike nivå. Alle nivå skal inkluderast i felles plan (sjå [pkt 8.4](#)).
- Det er opp til kvar einskild spelar å vurderer kor mykje ho/han vil investera i tid, innsats og ambisjonsnivå. God og tidleg dialog mellom spelar og trenarteam viktig. RBK har mal for spelarsamtalar mellom trenarar og spelar som skal nyttast.
- Ungdomslaga følgjer periodeplan satt opp av klubben i samråd med trenarteam, døme her: <https://bit.ly/3YDGlqg>.
- Det skal setjast opp ein hospiteringsplan for dei jentene som har kome lengst i utvikling, slik at dei kan trene med gutane på same alder eller eldre i korte eller lengre periodar.

- Me ynskjer å setje opp eigne keepertreningar for keeperane i ungdomslaga.

8.4 Kampavvikling for ungdomslaga

Me følgjer desse punkta når ungdomslaga spelar kamp:

- Ein spelar må trenar for å få spela kamp. Trenarane har god dialog med dei det gjeld.
- Kvar spelar som møter til kamp skal ha minimum 50% speletid, gjerne meir. Ikkje ha fleire innbyttrar enn at alle kan spele mykje.
- Me roterer på plassane på laget slik at kampen blir så jamn som mogleg, og har god kontakt med motstandarlaget både før og under kamp.
- Trenarteamet lagar ein kampplan som inkluderer strategi, bytteplan og speletid for spelarane.

8.5 Klargjering for ungdomsfotballen

Me ynskjer å vere i forkant i arbeidet med 13-åringane, slik at både spelarar, trenarar og føresette veit kva dei går til, og kan førebu seg skikkeleg for neste sesong. Ei skisse for møter vil sjå omtrent slik ut:

Tidspunkt	Tema	Ansvar
15. september	Kartlegga talet på spelarar/trenarar + serielag året etter	J&G trenarteam + sportsleg leder
1. oktober	Sosial plan, turneringar, dugnadar og ambisjonsnivå	J&G trenarteam + sportsleg leder
15. oktober	Sportsleg plan, setta saman trenarteam og hovudtrenaransvar	J&G trenarteam + sportsleg leder
15. november	Presentasjon årsplan for alle partar	J&G trenarteam + sportsleg leder

8.6 Trenarkompetanse og team rundt laga

Klubben har følgjande kompetansemål for trenarane på ungdomslaga våre:

- Kulletts aktive trenarar har fullført Grasrottenar-kurs.
- Kulletts hovudtrenar har fullført UEFA B-kurs.

Avgift til trenarkurs vert dekt av klubben. Me ynskjer også å ha mange vaksne rundt ungdomslaga våre, for å ivareta både sportsleige og sosiale strukturar.

Trenarteama for ungdomslaga får ein økonomisk kompensasjon frå klubben som dei sjølv administrerer.

8.7 Jæder 12, 13 og 14, og NFF sone J12.

Jæder er ein del av eit regionalt spelarutviklingstiltak i regi av Bryne FK, som gjeld J13, J14, G12, G13 og G14, kor dei spelarane som har kome lengst i utvikling blir teken ut på representasjonslag. For jentene startar dessutan NFF Rogaland opp med sone-uttakstreningar frå det året jentene fyller 12 år. Me nominerer spelarar frå oss etter følgjande kriteriar:

- Høgt treningsframmøte
- Gode haldningar og følgjer våre verdiar
- Vilje og ønske om å utvikla seg sjølv som spelar og menneske

Prosedyre for informasjon, nominasjon og uttak:

- Trenarteamet set opp ei prioritert liste over aktuelle spelarar. Nokre av desse kjem med på uttakstreningar.
- Bryne FK og NFF Rogaland tek ut ein tropp basert på uttakstreningane.
- Det skal vere mogleg å nominere nye spelarar etter kvart – det skal ikkje vere statiske uttak. Her skal RBK gje klare signal inn til Jæder – dette er viktig å overhalda inn i ungdomsfotballen.

Viktig om informasjonsflyt overfor spelarane og dei føresette:

Legg ein god plan innad i teamet korleis kommunikasjonen med alle spelarane og føresette skal vere – før, under og etter nominasjon og uttak – både med dei som ikkje er aktuelle, dei som blei nominert men ikkje kom med, og dei som kom med på Jæder. Stikkord:

- Ha eit infomøte med føresette om hausten året før uttak. Ver open om dei ulike reaksjonane spelarane kan få, alt etter kva utfallet blir, og bli einige om å samarbeide godt med heimane ift Jæder.
- Ha gode samtalar med spelargruppa! Me skal framleis vere eitt lag, og det er våre treningar og kampar som er viktigast – Jæder er eit supplement.
- Vekst, fysikk og teknikk varierer – derfor vil prestasjonane variere.
- Ha fokus på samhald og utvikling – ikkje resultat.
- Gje råd for kva spelarane skal jobba med, dersom dei vil utvikla seg. Spelarane må også få vite at det er mogleg for fleire å koma med seinare.
- Presisera for Jæder-spelarane kva ansvar som ligg i å representera.

9 Trenarkompetanse

Det er særst viktig for Rosseland BK at me har kompetente vaksne rundt spelarane våre, og det gjeld på mange plan.

9.1. Pedagogisk kompetanse

Pedagogikk handlar om å leggje til rette for god opplæring og utvikling, og vårt mål er at våre spelarar utviklar seg til å verta positive medmenneske og gode fotballspelarar. Det er nokre kjerneverdier og haldningar som dei vaksne skal leve etter eller visa for dei unge (sjå elles pkt 2: Visjon og verdier):

- Sjå alle i vid forstand! Sei namnet til alle spelarane så ofte du kan!
- Det er ingen spelarar som fortener meir eller mindre merksemd enn andre.
- Du må seie 5 positive ting til eit barn for å veie opp for éin negativ. Minst.
- Barn er ikkje små vaksne! Dei er barn og skal verta omtalt, behandla og vurdert som barn i utvikling.
- Ingen av oss veit kva retning utviklinga tek. Det er ALLTID ei anna, god løysing dersom spelarar ikkje responderer godt på treningar eller kamp.



Det er ALDRI spelaren sin feil. Det er trenarteamet sitt ansvar å justera og finna gode løysingar.

9.2. Formell fotballkompetanse

Me ynskjer at flest mogleg av våre trenarar har formell fotballkompetanse.

Dette er trenarkurs i regi av NFF gjennom NFF Rogaland. **Dei viktigaste kursa for oss, er [Grasrottreinar del 1-4](#)**, men det er og fleire andre kurs ein kan ta. Me vil ikkje setje absolutt minstekrav til kor mange av trenarane som skal ha formell kompetanse, men for klubben er det viktig å skapa eit klima for utvikling blant trenarane. Klubben dekker alle utgifter til dette, men trenarane må investera tid, energi og interesse. Fordelar med solid, brei kompetanse i klubben:

- Spelarane blir best mogleg ivaretatt.
- Du vert tryggare som trenar, og du er betre førebudd til trening og kamp.
- Din stemme vert sterkare i fotballfaglege spørsmål og diskusjonar.
- Klubben får eit betre samhald og kan lettare samarbeida på tvers av kull.



NFF

Grasrottrener 1: Barnefotballkurset (6 - 8 år)

- Verdigrunnlaget
- Klubben som sjef
- Aktivitetskategoriene
- Prinsipper for god fotballaktivitet
- Treneren som veileder
- Øktas rammer
- Trenernett

Grasrottrener 2: Barnefotball - flest mulig med kvalitet (9 - 10 år)

- Laget som del av klubben og NFF
- NFFs skoleringsplaner
- Treneren som veileder
- Differensiering
- Spilletts ide og ferdighetsdimensjonene
- Keepertrener - barnefotball

Grasrottrener 3: Mot ungdom - lengst mulig (11 - 12 år)

- Overgang fra barn til ungdom
- NFFs skoleringsplaner 11 - 12 år
- Treneren som veileder og medmenneske
- 1 F og vi andre
- Innlæring av delferdigheter
- 1 A og vi andre - relasjonelle ferdigheter

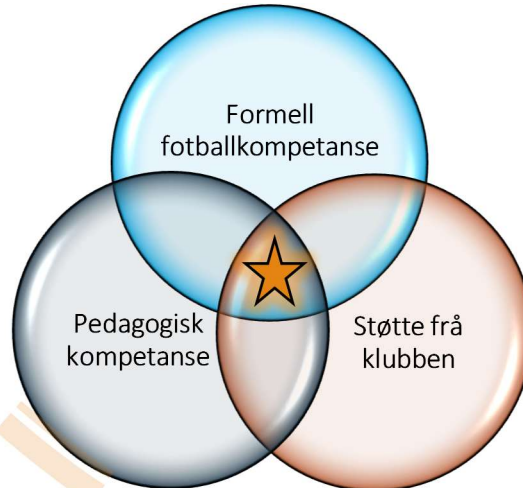
Grasrottrener 4: Ungdom - lengst mulig - best mulig (13 - 19 år)

9.3. Støtte frå klubben

Trenarar skal verta godt ivaretatt:

- Det blir oppretta treningsøktar i treningsokta.no som trenarane kan støtta seg på. Dei er kvalitetssikra frå klubben og NFF, og er basisen i treningsarbeidet.
- Sportsleg leder skal vere tilgjengeleg for alle trenarane i klubben. Han kan bidra i møter, teoretisk forankring og på feltet.
- Me har ei [trenarkoordinatorgruppe](#) som støttar ytterligare:

- Består av fire trenarar. Sjå punkt [3.2.](#) kven som er med i gruppa nå.
 - Gruppa har møte minimum to gonger i året saman med trenarrettleiar.
 - Gruppa er eit bindeledd mellom ulike trenarteam, trenarrettleiar og klubben elles.
 - Det skal vere låg terskel for å ta kontakt med gruppa ved konflikter eller andre høve.
 - Gruppa tek føre seg både interne og eksterne klagar som har kome inn til klubben, og løyser desse på ein profesjonell måte, i tråd med våre ideal.
- Trenarane for 5-åringane får særskild støtte det første året dei startar opp.
 - Alle trenarane får tilbod om dei grasrottenarkursa dei måtte ynskje, dekt av klubben.
 - Klubben køyrer felles trenarsamlingar minst to gonger i året.



Skjematisk ser det slik ut (sjå figur): Rosseland BK ynskjer at flest mogleg av våre trenarar treff stjerna i midten – inneha god fotballkompetanse, solid og trygg pedagogisk kompetanse, samt få masse god støtte frå andre trenarar og resten av klubben.

Desse 3 delane er like viktige og avhengige av kvarandre! Da får me trenarar som er flinke og trygge på seg sjølv – som igjen gjer flinke og trygge spelarar.

10 Retningslinjer for seniorfotballen i Rosseland BK

Eit naturleg samlingspunkt for Bryne og distriktets nest beste spelarar.

Rosseland BK er grunnlagt som ein miljøklubb og tek mål av seg til å vere det naturlege valet for junior- og seniorspelarar som ikkje når opp i Bryne FK. Smil og stil, miljø og trivsel er det viktigaste. Ein skal dyrka det gode samhaldet og den gode tonen.

Sportsleg nivå

Seniorlaget skal vere ein stabil klubb på øvste krets nivå for seriespel i Rogaland (for tida 4. divisjon) med årleg mål om deltaking i NM i Fotball.

Nedslagsfelt og samarbeid

Rosseland BK er tent med å ha eit godt samarbeidsklima med naboklubbar og bør ha eit formalisert samarbeidet om rekruttering med nummer ein klubben på Bryne - Bryne FK.

Nedslagsfelt/satsingsområde: Bryne og omegn. Rosseland skal i utgangspunktet ikkje henta spelarar frå andre område enn Bryne og omegn, eller spelarar busett i andre kommunar enn Time, Klepp og Hå.

Ansvar, plikter og forventningar

Spel og trening i Rosseland BK er frivillig og ein må vere positivt motivert for å vere med. Ingen spelarar skal motta betaling/økonomisk godtgjering for å spele i Rosseland.

Spelarar på klubben sine seniorlag skal syna lojalitet til klubben og yta/nyta gjensidig respekt. Ein er pålagt å oppretthalde forplikting eit medlemskap krevjar, respektera klubb, medspelarar, utstyr, anlegg og gjeldande regler frå NFF.

Spelarar som deltar må vere betalende medlemmer av Rosseland Ballklubb og vere speleberettiga gjennom NFF for å delta på trening og i seriespel.

Framferd og fair play

Ein skal syna respekt og god framferd på trening og i kampsituasjon, dyrka fair play og helsa på og takka motspelarar og dommarar for kampen. Ein representerer klubben på og utanfor banen og skal framstå som gode førebilete for klubbens yngre medlemmer.

Rosseland skal spela underhaldande og positiv fotball.

Inkludering og sportsleg satsing

Alle skal kunne få prøve seg på i Rosseland uavhengig av sosiale forhold, etnisitet, legning, språk og økonomi så lenge klubben har tilbud til personens fotballmessige evne og nivå.

Spelarar som har sportslege ambisjonar utover Rosseland sitt øvste nivå, og som får tilbud om å spele på høgare nivå, skal få sjansen til dette.

A-lag, treningslag og rekrutteringslag (B-lag) må alltid vere forankra i ei sportsleg satsing og godkjenning frå styret med ein kontraktsfesta trener/lagleiar som har ansvaret for gjennomføring av sesong.

11 Våre støttespelarar

Klikk på biletet til høgre for heimesida for støttespelararar, eller gå direkte via alfabetisk liste under:



Støttespelarar 2022 - alfabetisk

Klikk på namnet for å koma til heimesider:

Arne Hulda frisørsenteret	Frisør	Mesterbygg Bryne	Bustad
Bankers Pizza	Mat	Motrum	Bil
Bavaria bryne	Bil	Nordic Steel	Stål
BMG	Kjøreopplæring	Ogna Installasjon	Elektro
Brix	Mat	Orstad Revisjon	Revisjon
Bryne Rør	Rørlegger	Port og dørsepter AS	Porter og dører
Club Athletic	Trening	Rema 1000 bryne	Mat
Eiendommeidler 1	Eiendomsmeidler	Renovasjonssevice	Renovasjon
Eikhi	Klede	Rogalandshus	Bustad
Einar Knutsen	Glass	Serika Takst	Takst
Glødefisk	Reklame	Showoff	Skilt og grafikk
Ikm Industrigravøren	Graving	Sparebank 1	Bank
Intersport Bryne	Sport	Sr entrepenør	Entreprenør
Jærbladet	Avis	Swp	Sveis og industri
Jæren Overflatebehandling	Overflatebehandling	Tannlege Mauland og Braut	Tannlege
Jæren Sparebank	Bank	Tess	Teknisk faghandel
Jærrevisjon	Revisjon	Time Elektro	Elektro
Ke Automasjon	Energi	Tjemsland Trykk	Skilt og grafikk
Kiwi Rosseland	Mat	Total Betong	Entreprenør
Kjøkkenet	Mat	Vaaland	Drikke
Klinikk for alle	Fysioterapi	Vest Entreprenør	Entreprenør
Kverneland bil	Bil	Wintershall	Olje og gass
M44	Handel	Østerhus	Bustad

