

## **STRATEGIPLAN 2013-2018**

### **ROSENDAL TRIM**

Rosendal Trim skal vera ein sunn arena for styrke- og uthaldstrening. Vi skal tilby eit variert treningstilbod til ein rimeleg kostnad for alle grupper menneskjer.

#### **Planområde 1: Satsing på styrkeløft**

Det er eit spirande styrkeløft miljø i Rosendal. Dette vil vi bygge opp under. Dette gjer vi gjennom eit nært samarbeid med Bergen Styrkeløft klubb, samtidig som vi har tilgjengeleg utstyr som er tilpassa styrkeløft miljøet. Vi ynskjer å arrangere lokale og regionale styrkeløftstemne då dette vil kunne bidra til auka interesse for styrkeløft.

#### **Planområde 2: Antidoping arbeid**

Rosendal Trim ynskjer å vere tydelege i sitt antidoping arbeid. Rosendal Trim vil difor bidra til at Rosendal Turnlag melder seg som "Rent idrettslag" og bruke antidoping Norge sin kunnskap, materiale og haldningar for å ta eit klart standpunkt mot doping. Det gjer vi gjennom sunne verdiar, nulltoleranse for doping og gjennom tydeleg å markere oss som Rent idrettslag i form av annonser, postere og liknande.

#### **Planområde 3: Investering av nytt treningsutstyr**

Rosendal Trim har eit breitt utval av vekter, apparat og etterkvart også ein veksande kondisjonspark. Mykje av utstyret er dog gammalt og ein del må skiftast ut over dei neste åra. Det er då viktig å kjøpe inn utstyr som er tilpassa eit treningssenter miljø med mykje bruk. Denne type utstyr er dyrt i innkjøp, men vil over tid kunne sparast inn i form av mindre utskifting, reparasjonar og meirarbeid. Det vil difor leggjast vekt på å investere i kvalitetsutstyr som vil halde over lang tid.

#### **Planområde 4: Rehabilitering og oppgradering av fasilitetar**

I løpet av 2013/2014 er det forventa ei oppgradering av garderoobar i trimsenteret, samtidig som det er kome indikasjonar på at ein del av veggjen med vindaugar ned mot fotballbanen må rivast til fordel for ein tett murvegg. Dette på grunn av brannforskrifter. Det heile vil uansett kunne nyttast til Rosendal Trim sin fordel og vi ynskjer etter at dette arbeidet er ferdigstilt å ha ei "nyopning" av senteret med annonser i avisa og liknande for å tiltrekke oss nye medlemmar.

### **Planområde 5: Samarbeid med lokale lag, organisasjonar og bedrifter**

I samanheng med pkt. 4 vil vi nytte høve til å gå breitt ut mot næringslivet og tilby rabattordningar til tilsette i ulike bedrifter mot at bedriftene går inn med ein høveleg sum. Det er eit mål over dei neste åra å etablere fleire bedriftsavtalar. Allereie i dag har Rosendal Trim samarbeid med institusjonar som 2kryss, Frisklivssentralen og fysioterapeut Sveinung Eskeland. I tråd med Rosendal Turnlag sitt mål om å bidra til ei betre folkehelse vil Rosendal Trim også i åra framover vere positive til gunstige avtalar med liknande lag eller organisasjonar der vi kan hjelpe personar med særskilde behov til å få nytte av lokala våre.

### **Planområde 6: Instruksjon til nye medlemmar**

Rosendal Trim har i dag brukarar i alle aldersgrupper, både menn og kvinner. Vi har likevel fått indikasjonar på at spesielt kvinner kan ha ynskje om ei innføring og instruksjon i bruk av trimsenteret. Vi tar difor sikte på å gjennomføre eit par kveldar i året der nye medlemmar kan kome og få veiledning i bruk av dei ulike apparata.