



# Verksamhetsbeskrivning 2021

Västergötlands OF

**För  
arrangör  
funktionär**



**För  
aktiva**



**För  
tränare  
ledare**





### Om dokumentet

Verksamhetsbeskrivning för Västergötlands orienteringsförbund kan beskrivas som ett tillägg till Verksamhetsplanen.

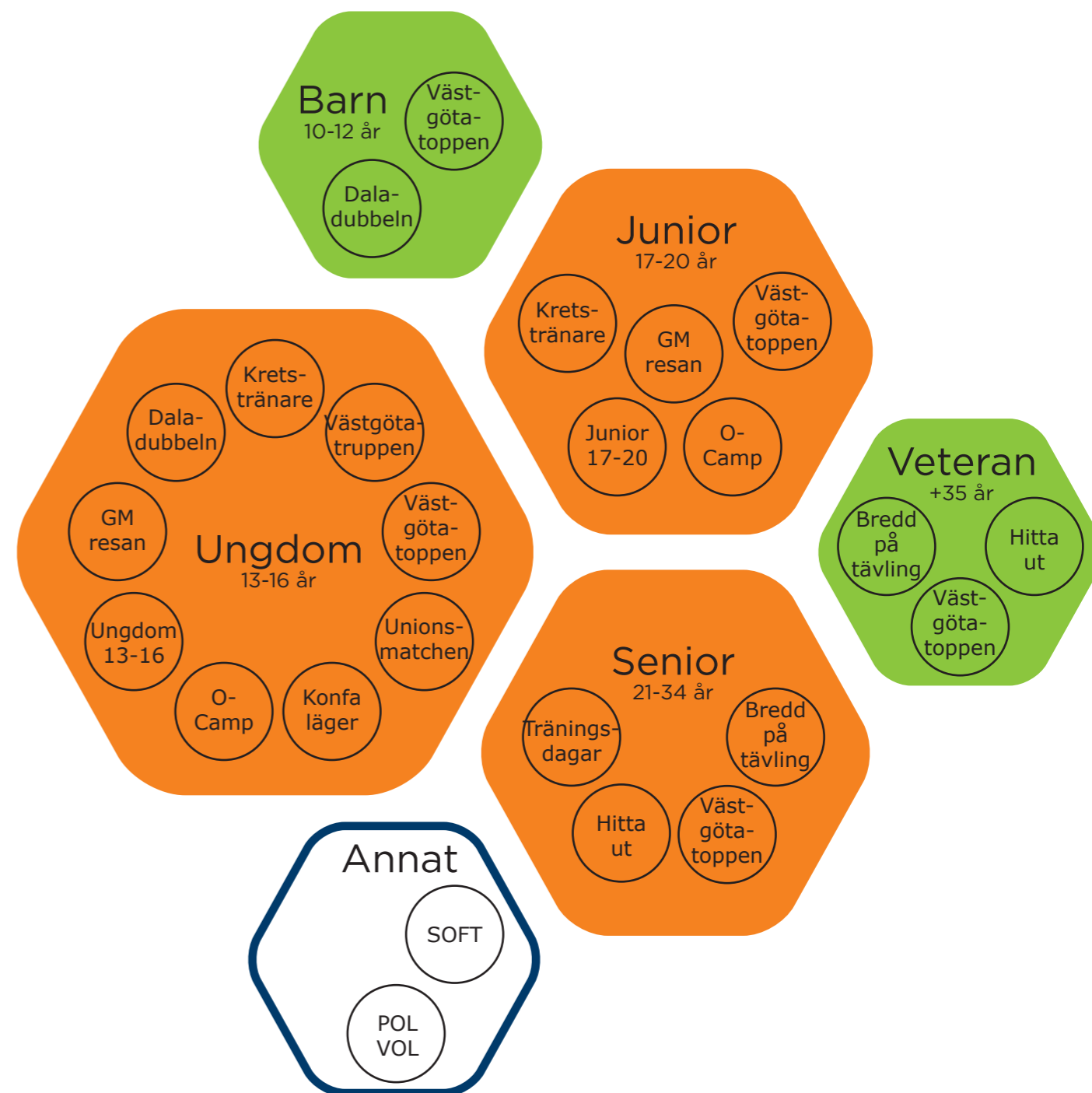
Avsikten med detta dokument är att tydliggöra vad Västergötlands Orienteringsförbund bedriver för utåtriktad verksamhet och som då kan sättas i relation till det som framgår av Verksamhetsplanen.

Verksamhetsbeskrivning är indelad i tre områden, för aktiva, för ledare och för arrangörer samt med ett tillägg för föreningsstöd. För varje område finns kort beskrivning kring verksamhet som riktas till just dem.

## För aktiva

### Aktiva:

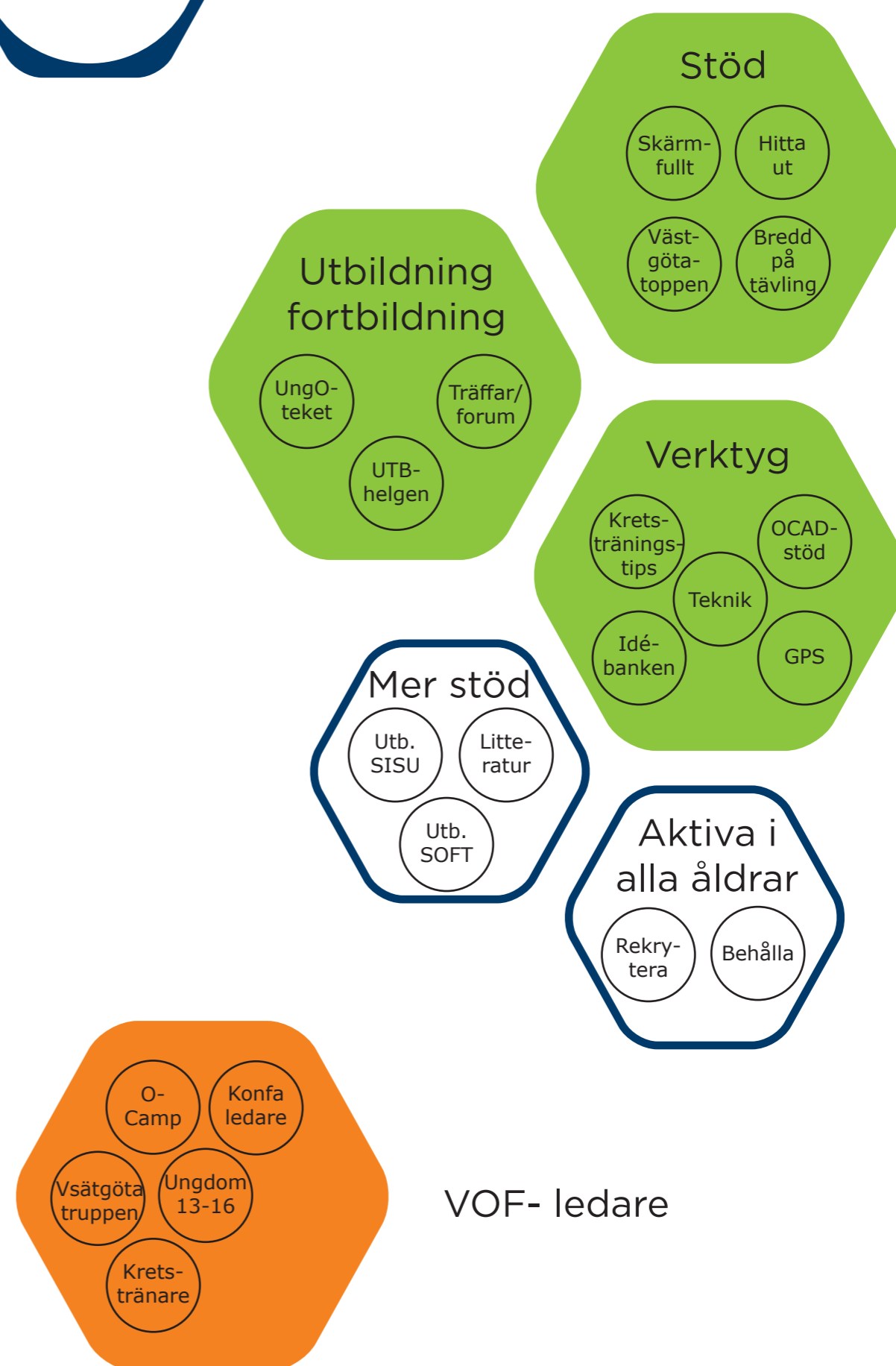
Ungdom 13-16	Verksamhet för 13-16 åringar. Innefattar ett antal träningsdagar och tävlingsresor.
Daladubbeln	Samordnad resa från Västergötland till Falun för deltagande i patrulltävlingarna under Daladubbeln. Resan är i mitten av oktober och lämpar sig för ca 10-18 år.
GM-resan	Göteborgsmästerskapen avgörs vanligen andra helgen i augusti och där finns det plats för 13-20 åringar att delta med Västergötland. Fri anmälan.
Konfaläger	För 15 och 16 åringar finns möjligheten att konfirmera sig på Orienteringskonfirmationsläger, vilket innefattar två veckor i juni. Anm. i maj/juni ett år innan.
Kretstränare	I sex kretsar finns en Kretstränare som regelbundet, vår och höst, skapar kvalitativa teknikträningar från gul till svart nivå. Lämpligt från 12-13 år.
O-Camp	Årets häftigaste läger för 13-18 år. Vanligtvis i midsommarveckan. o-camp.se.
Västgötatoppen	Ungdomsserie, där poäng räknas vid åtta deltävlingar över året. Individuellt för DH 14-80 år och klubbpoäng för DH 10-20 år samt Ö-klass.
Unionmatchen	Distriktsävling med svenskar och norrmän i månadsskiftet maj/juni för 13-16-åringar. Västergötland har tio platser per klass och uttagning sker därmed.
Västgötatruppen	Från april-november kan 15-16-åringar vara med i truppen. Medverkan innefattar 5-6 olika samlingar, läger och tävlingar, vanligen ett magiskt orienteringsår. Anmälan vanligtvis i mars, info via förbundets hemsida.
Junior 17-20	Verksamhet för aktiva +17. Träning, träffar, läger och tävlingsresor! Se hemsidan för info.
Bredd på tävling	Begreppet innefattar en satsning från VOF vars mål är att underlätta för motionsorienterare att delta vid distriktets arrangemang.
Hittaut	Hittaut är ett friskvårdsprojekt med karta och teknik i fokus. Finns i fem städer/områden i Västergötland. Borås, Alingsås, Vårgårda, Skövde och Trollhättan.
<b>Annat</b> POL/VOL	Pensionärs- och Veteranorienteringar är inte VOFs aktivitet men bör omnämnas då daglediga runt om i Västergötland ges goda möjligheter att orientera.
SOFT	För ungdom, junior och senior driver Svenska Orienteringsförbundet mycket verksamhet. Mest inriktat för satsande, t ex läger, NIU, RIG och landslag.



## Tränare/Ledare

UngOteket	Projekt för unga orienterare 13-25 som vill lära sig mer om föreningsverksamhet, ledarskap, funktionärskap och att skapa, "göra" orientering. Egen hemsida: <a href="http://www.ungoteket.se">www.ungoteket.se</a>
UTB-helgen	Vanligen helgen v 5 erbjuds 15-20 orienterings- och föreningsinriktade utbildningar under en utbildningshelg.
Träffar/forum	Utöver UTB-helgen erbjuds vart eller vart annat år fortbildningar kring ungdomsledarskap och ungdomsträningar. Kan vara på vår eller höst.
Skärmfullt	Skärmfullt är ett färdigt och komplett material för föreningen att utveckla hela sin rekrytera- och behållkedja med sin ungdomsverksamhet.
Hittaut	Hittaut är ett friskvårdsprojekt med karta och teknik i fokus. Kan utgöra stöd både för egen verksamhet och för rekrytering av nya medlemmar.
Västgötatoppen	Tävlingsserie med åtta deltävlingar. Kan med fördel nyttjas för att få fler unga att komma med på tävlingar, tävla lite oftare och kanske längre bort.
Bredd på tävling	Med "bredd på tävling" på plats underlättas möjligheten för föreningsledare att få fler nya vuxna att våga prova deltagande vid arrangemang.
<b>Verktyg</b>	Alla verktyg finns samlade på hemsidan.
Kretstränartips	Samlade exempel på teknikövningar som kretstränarna lämnat in under perioden 2012-2015.
Idébanken	Sida på <a href="http://svenskorientering.se">svenskorientering.se</a> där teknikövningar presenteras per svårighetsnivå. Flera bra exempel och anvisningar för genomförande per nivå finns.
Teknik	Samlad information om det teknisktöd som finns inom orienteringssporten. T ex. SportIdent, GPS, analysverktyg, tävlingsadministration osv.
OCAD-stöd	Färdig OCAD-mall för skapande av bra teknikövningar. Finns även manual för användande.
GPS	VOF har 46 GPS:er för uthyrning. Kan användas för teknikanalyser efter träning eller tävling.
<b>Mer stöd</b>	Hänvisningar till utbildningar och litteratur hos SISU Idrottsutbildarna och Svenska Orienteringsförbundet.
<b>Aktiva i alla åldrar</b>	Rekrytera & Behålla. Materialet Skärmfullt ger bra arbetsgång för såväl nyrekrytering och planering av attraktiv verksamhet i syfte att behålla.
<b>VOF-Ledare</b>	O-Camp är inte bara ett läger utan också ett ledarutvecklingsprojekt. Varje år drivs projektet med ca 25 unga ledare som parallellt ges utbildningar och planerar lägret.
Västgötaledare	8-10 unga ledare planerar och genomför gemensamt samtliga sammankomster för Västgötatruppen.
Ungdom 13-16	Verksamhet för ungdomar 13-16 år, vid sidan av Västgötatruppen. Västgötatruppens ledare sköter det mesta för även detta gäng.
Konfaledare	2-5 unga ledare får varje sommar chansen att vara ledare vid det konfirmationsläger som VOF och svenska kyrkan har tillsammans. Lägre är 2 veckor i juni.
Junior 17-20	Inom verksamheten för 17-20 finns också möjlighet att agera ledare. Uppdraget handlar om samordning och planering av sammankomster träningsdagar och resor.
Kretstränare	Med nystart 2020 finns det kretstränare i flertalet kretsar. VOF stödjer funktionen, håller sammankomster och bidrar till fortbildning.

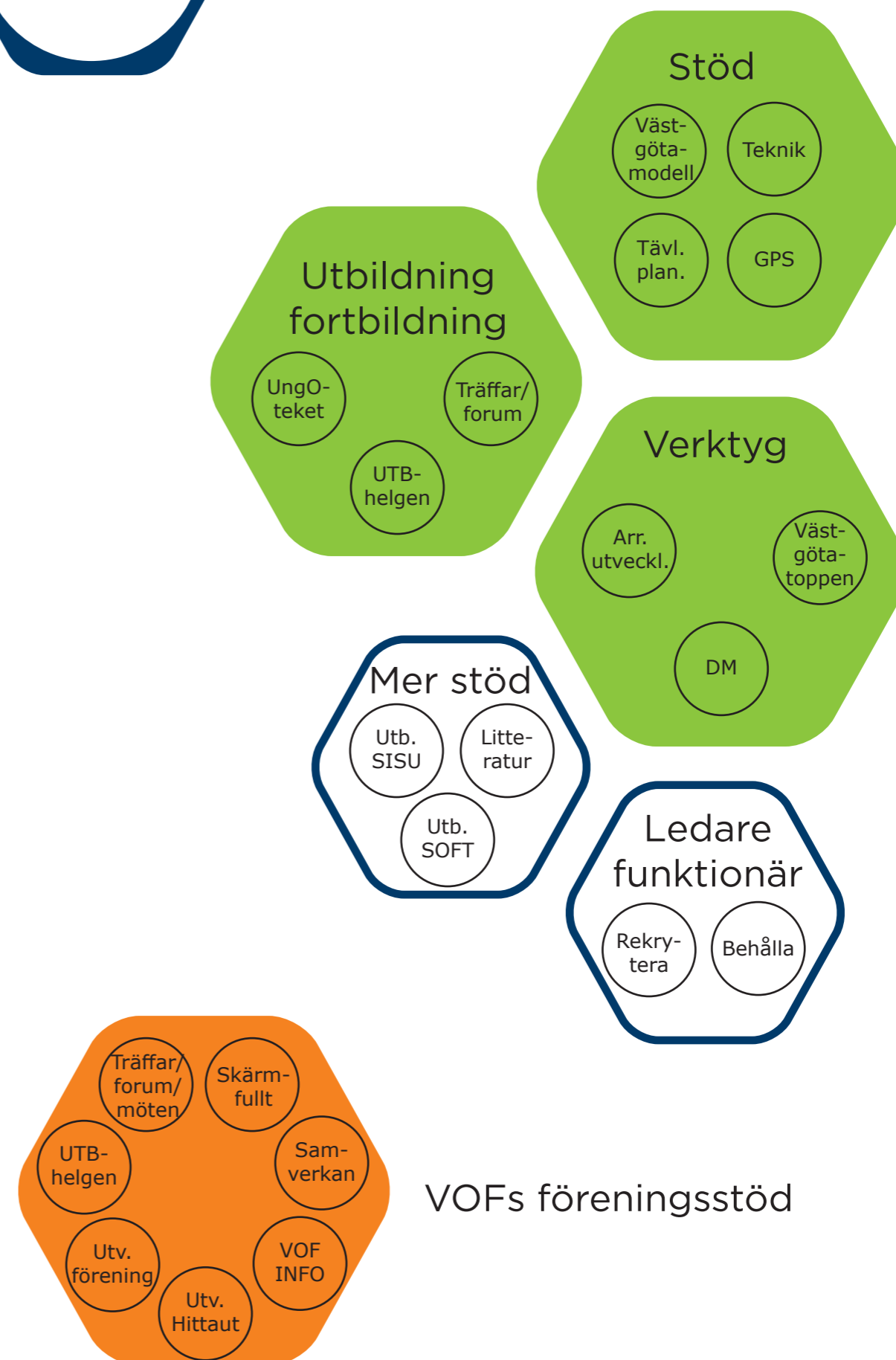
## För tränare ledare



## Arrangör/Funktionär:

UngOteket	Projekt för 14-20 åringar där deltagarna får lära sig att skapa orientering tillsammans med klubbkompisar. Se <a href="http://www.ungoteket.se">www.ungoteket.se</a>
Träffar/forum	Arrangemangsträffar arrangeras av VOF årligen och därutöver kan tillkomma exempelvis kartforum eller ytterligare extra sammankomster.
UTB-helgen	Vanligen helgen v 5 erbjuds 15-20 orienterings- och föreningsinriktade utbildningar under en utbildningshelg.
Västgötamodellen	Kortfattat dokument som stöd för tävlingsarrangörer. Finns både som tryckt material och som digitalt material på hemsidan. Uppdateras årligen.
Teknik	Samlad information om det teknisktöd som finns inom orienteringssporten. T ex. SportIdent, GPS, analysverktyg, tävlingsadministration osv.
Tävlingsplanering	I samråd med granndistrikt planerar VOFs tävlingskommitté distriktets tävlingsprogram och sköter Eventor samt kontakter med SOFT i frågan.
GPS	VOF har 46 GPS:er för uthyrning. Kan användas för teknikanalyser i efter träning eller tävling.
Arr. utveckling	VOF medverkar vid förfrågan vid träffar där föreningar har ambitioner att utveckla sina arrangemang. Inom ämnet finns även bra stöd via RF- SISU.
Västgötatoppen	Tävlingsserie, där poäng räknas vid åtta deltävlingar över året. Individuellt för 14-80 år och klubbpoäng för 10-20 år samt Ö-klass.
DM	VOF verkar för att kvalitén på DM ska vara god och särskilda anvisningar framgår av Västgötamodellen.
<b>Mer stöd</b>	Hänvisningar till utbildningar och litteratur hos SISU Idrottsutbildarna och Svenska Orienteringsförbundet.
<b>Ledare &amp; funktionärer</b>	Lite tips gällande rekrytering och ledarvård finns i materialet Skärmfullt. Därutöver hänvisas till utbildningar, fortbildningar och tillgänglig litteratur.
<b>VOFs föreningsstöd</b>	
UTB-helgen	Vanligen helgen v 5 erbjuds 15-20 orienterings- och föreningsinriktade utbildningar under en utbildningshelg.
Träffar/forum/möten	Vid behov erbjuder VOF föreningarna olika typer av tematräffar, utvecklingsforum och/eller föreningsledarträffar. VOF medverkar även vid flertalet kretsmöten.
Utv. förening	VOF ensamt eller i samverkan med RF-SISU har en stående inbjudan om att hjälpa föreningar med föreningsutveckling.
Utv. Hittaut	Under 2016-2017 drev VOF en separat satsning på att stödja de föreningar som vill starta upp hittaut (eller liknande) på sin ort. Även fortsatt finns stöd att få.
VOF Info	Information och kommunikation från VOF regleras i kommunikationsplanen. I korthet är hemsidan huvudkanal och nyhetsbrev, sociala medier och olika utskick, träffar och sammankomster spridningsmetoder.
Samverkan	VOF stödjer samverkan mellan klubbar, kretsar och inom olika geografiska områden med information, medverkan vid träffar och annat efter önskemål.
Skärmfullt	Skärmfullt är ett färdigt och komplett material för föreningen att utveckla hela sin rekrytera- och behållkedja med sin ungdomsverksamhet.

## För arrangör funktionär

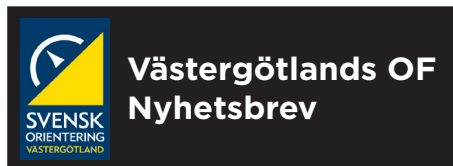


# Västergötlands OFs kommunikationskanaler



## Hemsidan - [www.svenskorientering.se/vastergotland](http://www.svenskorientering.se/vastergotland)

Förbundets primära informationsbärare är hemsidan. Här finns all information förbundet är ägare av och/eller vill sprida publicerad. Hemsidan är också platsen för nyhetsbevakning och artiklar om aktiviteter, tävlingar och event mm.



## Nyhetsbrev - anmälan till nyhetsbrevet sker på hemsidan

Informationen och innehållet på hemsidan sprids vid ett antal (8-12 ggr) per år via förbundets nyhetsbrev. I brevet sker även påminnelser om för stunden viktiga frågor. Brevet skickas till alla som anmält att de önskar brevet samt klubbar och VOFs funktionärer.



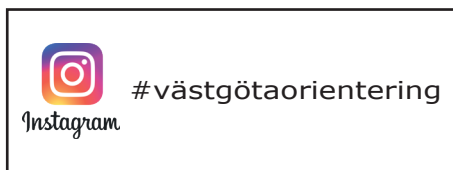
## Facebook - [www.facebook.com/VastergotlandsOF/](http://www.facebook.com/VastergotlandsOF/)

Förbundets största kommunikationskanal i sociala medier är förbundet facebookside. Alla nyheter på hemsidan ska delas på facebooksidan. Här delas även annan information som sprids på Facebook, information som inte alla gånger återfinns på hemsidan.



## Twitter - [twitter.com/vof\\_orientering](https://twitter.com/vof_orientering) eller [@vof\\_orientering](https://twitter.com/vof_orientering)

Ytterligare en kommunikationskanal i sociala medier. Alla nyheter på hemsidan ska delas på facebooksidan. Här delas även annan information som sprids på Facebook, information som inte alla gånger återfinns på hemsidan.



## Instagram - [instagram.com/voforientering/](https://www.instagram.com/voforientering/) eller [@voforientering](https://www.instagram.com/voforientering)

Ytterligare en kanal i sociala medier. Förbundet har ett eget Instagramkonto för nyttjande vid sammankomster och aktiviteter. Bilder delas med fördel på Facebook och Twitter samt hashtaggas med #västgötaorientering.

## Föreningens informationsspridning?

**Västergötlands OFs kommunikationsstrategi har nu varit i bruk sedan 2014 och du som läser den här texten har sannolikt anammat förbundets nya sätta kommunicera och sprida information. Men, hur är det med dina klubbkamrater?**

Sedan 2014 har Västergötlands OF flyttat sin information och kommunikation till främst digitala medier. Hemsidan är central informationsbärare och sedan sprids informationen via facebook, twitter samt ett antal nyhetsbrev per år.

Samlad information om distriktets tävlingar ges fr o m 2017 ut i en tävlingsöversikt som utkommer två gånger

per år, även den företräddelsevis i digitalt format även om ett fåtal exemplar tillsänds föreningarna i tryckt format.

### Hjälp förbundet att nå dina klubbkamrater

Så, till en vädjan. En vädjan till dig och din förening. Sprid gärna i er förening hur Västergötlands OF kommunicerar och uppmana era medlemmar att gå med i facebookgruppen, följa förbundet på twitter eller teckna sig för Nyhetsbrevet för att på så sätt möjliggöra att förbundets information når ut till fler medlemmar.

Förbundet har även ett Instagramkonto som går att följa, och använd gärna #västgötaorientering och #voforientering när ni själva lägger upp orienteringsbilder i distriktet. Tipset är också att följa dessa hashtags!

Kontakt:  
Verksamhetsledare  
Magnus Sundmark  
Tel: 0725-447736  
[magnus.vof@vgidrott.se](mailto:magnus.vof@vgidrott.se)

Västergötlands OF  
Box 418  
541 28 SKÖVDE  
Besöksadress:  
Gustav Adolfs gata 49

