



Hér með gera Kraftlyftingasamband Íslands kt. 700410-2180 (KRAFT) og

\_\_\_\_\_ (keppandi) kt. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ netfang \_\_\_\_\_ farsími

### **samning um þátttöku í alþjóðlegum mótum fyrir hönd KRAFT**

#### **I. Markmið og lagaumhverfi**

##### **1. gr.**

Með þessum samningi er kveðið á um hlutverk og skyldur KRAFT sem sérsambands innan ÍSÍ, sem og keppanda á vegum sambandsins. Markmiðið er að keppanda sé skapað svigrúm til þess að undirbúa sig eins vel og kostur er fyrir alþjóðlegar keppnir, hámarksárangri verði náð sem og markmiðum afreksstefnu KRAFT. Ákvæði samnings eru til viðbótar þeim reglum sem íþóttafólki KRAFT ber að fylgja. Þannig má nefna ferðareglur KRAFT, lög og reglur ÍSÍ, reglur alþjóða kraftlyftingasambandsins (IPF), reglur WADA og landslög. Það er á ábyrgð keppanda að kynna sér viðeigandi lög og reglur.

Markmið KRAFT er að keppendur á vegum sambandsins séu í fremstu röð á heimsvísu. Áhersla er lögð á að keppendur á vegum KRAFT sýni af sér háttvísi og þrúðmennsku, og gangi í hvívetna fram með íþróttamannslegum hætti hvort sem er í keppni eða utan hennar, svo sem á samfélagsmiðlum.

Undirritun samkomulags þessa er skilyrði þátttöku keppanda fyrir hönd KRAFT í landsliði sambandsins. Samningurinn gefur keppanda ekki skilyrðislausan rétt til þátttöku á alþjóðamótum.

Endanlegt val landsliðs og keppanda er í höndum landsliðsnefndar sem starfar í umboði stjórnar.

##### **2. gr.**

Landsliðsnefnd starfar samkvæmt verklagsreglum ákveðnum af stjórn KRAFT. Hún skal fyrir 31. desember ár hvert senda KRAFT tillögur sínar að landsliði og

verkefnum næsta tímabils til samþykktar. Við vinnu sína skal nefndin taka mið af óskum félaga, markmiðum afreksstefnu og fjárhagsstöðu sambandsins. Stjórn KRAFT hefur endanlegt úrskurðarvald um ágreiningsmál ef upp koma. Keppanda er tilkynnt um markmið eftir að stjórn KRAFT hefur samþykkt áætlun landsliðsnefndar og skal birta landsliðsval í byrjun janúar. Í framhaldi skal keppandi undirrita samning þennan á upplýsingafundi KRAFT og landsliðsnefndar með keppendum í janúar.

## II. Skyldur KRAFT

### 3.gr.

Til þess að þau markmið náist sem um getur í 1. og 2. gr. skuldbindur KRAFT sig til að leggja til:

- a) Þjálfara/aðstoðarmann á mótum samkvæmt nánari ákvörðun landsliðsnefndar og stjórnar KRAFT. Sambandið leggur ekki til þjálfara á öldungamótum.
- b) Greiðslu fyrir lyfjapróf og mótsgjöld
- c) Skráningar, gistipantanir og önnur samskipti við mótshaldara og alþjóðasamtök s.s. IPF, EPF og NPF eftir því sem við á hverju sinni.
- d) Landsliðsbúning
- e) Fjárstyrki samkvæmt fjárhagsáætlun KRAFT hverju sinni. Upplýsingar um væntanlega styrki skulu veittar á fundi landsliðsnefndar í janúar.

### 4.gr.

Heilbrigðisteymi starfar á vegum KRAFT. Hver keppandi skal sækja árlegan fund með sérfræðingum teymisins. Keppendur geta auk þess fyrir milligöngu íþróttastjóra KRAFT sótt frekari þjónustu eins og kveðið er á um í samningi við fagaðila.

Sérfræðingum í heilbrigðisteymi KRAFT er heimilt að upplýsa landsliðsnefnd um þætti sem geta haft áhrif á íþróttalega frammistöðu keppandans, að veittu samþykki keppanda, enda ber þeim að gæta trúnaðar vegna þessa. Sérfræðingum heilbrigðisteymis KRAFT er jafnframt heimilt að skiptast á upplýsingum um keppanda sem geta skipt máli í meðferð meiðsla og þjónustu við keppandann og KRAFT. Sérfræðingum í heilbrigðisteymi KRAFT ber þó að gæta trúnaðar vegna keppanda, líkt og siðareglur þeirra tilgreina, og óska eftir samþykki hans vegna þessa, komi upp viðkvæm mál sem nauðsynlegt er að vinna með innan teymisins og í tengslum við KRAFT.

## III. Skyldur keppanda

### 5. gr.

Keppandi skal kynna sér og fara eftir þeim reglum sem getið er um í 1. grein, þar með talið Ferðareglur KRAFT sem er fylgiskjal 3 með samningi þessum.

Keppanda er skylt að mæta á þá fundi sem landsliðsnefnd og/eða íþróttastjóri boðar til og tengist landsliðsþátttöku viðkomandi. Hann skal sækja árlegan fund með sérfræðingum fagteymis KRAFT.

#### **6.gr.**

Skráningar á öll mót, innanlands sem utan, eru háðar því að mótið samrýmist markmiðum þessa samnings.

Í þessum samningi tiltekur keppandi þau markmið sem hann stefnir að á hverju móti, sjá fylgiskjal 1. Hann skal upplýsa íþróttastjóra ef þau breytast og veita íþróttastjóra allar umbeðnar upplýsingar um gang undirbúnings fyrir mót.

Keppandi skal án tafar tilkynna landsliðsnefnd með tölvuskeyti á coach@kraft.is, ef fyrirsjáanlegt er að hann geti ekki, vegna meiðsla eða annarra ástæðna, staðið við skuldbindingar samkvæmt samningi þessum. Nái keppandi bata á ný og telji sig geta staðið við skuldbindingar sínar skal hann tilkynna landsliðsnefnd það án tafar með því að senda tölvuskeyti á coach@kraft.is.

Keppandi skal ætíð haga þjálfun sinni og öðrum þáttum sem taldir eru hafa áhrif á árangur í keppni, samkvæmt markmiðum samningsins. Komi til þess að keppandi skipti um þjálfara á samningstímabili, ber honum að tilkynna það til landsliðsnefndar með tölvuskeyti á coach@kraft.is.

Keppandi skal einungis taka þátt á þeim mótum sem samið hefur verið um. Hætti keppandi að eigin frumkvæði við þátttöku í keppni sem hefur verið ákveðin skv. samningi þessum án þess að góðar og gildar ástæður liggi til grundvallar þeirri ákvörðun, er keppanda skylt að endurgreiða KRAFT allan útlagðan kostnað og styrki vegna fyrirhugaðrar þátttöku.

#### **7.gr**

Keppandi ber sjálfur ábyrgð á að panta og greiða ferðakostnað vegna þátttöku í mótum erlendis og skal gera það í samráði við skrifstofu KRAFT í síðasta lagi fimm vikum fyrir mót.

Keppandi ber ábyrgð á að fylgja gildandi reglum um ferðir á viðkomandi áfangastað, t.d. ef sækja þurfi um vegabréfsáritun

Keppanda ber skylda til að gista á því hóteli sem skipuleggjandi keppni leggur til og fer gistipöntun fram gegnum skrifstofu KRAFT. Komi til sektargreiðslu vegna þess að keppandi brýtur ákvæði þetta er sú sektargreiðsla alfarið á ábyrgð keppanda.

Keppandi skal mæta á mótstað erlendis í það minnsta tveimur nóttum fyrir þátttöku í móti og skal ekki yfirgefa mótsstað fyrr en í fyrsta lagi einni nóttu eftir að þátttöku hans lýkur m.ö.o. lágmarksdvöl er 3 nætur á keppnisstað. Landsliðsnefnd getur heimilað að vikið sé frá þessari reglu um lágmarksdvöl.

Þegar keppandi er mættur á mótstað, er ætlast til að hann sé til staðar þegar aðrir keppendur keppa fyrir hönd Íslands til að hvetja, treysta liðsanda og sýna samstöðu landsliða á vegum KRAFT.

Eindregið er mælt með því að keppandi útvegi sér góðar ferðatryggingar og hafi meðferðis Evrópska sjúkratryggingakortið á ferðum í Evrópu.

#### **8. gr.**

Keppandi ber ábyrgð á að búnaður hans allur sé löglegur.

Um klæðnað keppenda gilda eftirfarandi reglur: Keppandi skal klæðast landsliðsbol, landsliðsbuxum, eða landsliðsgalla á ferðalaginu, mótstað og mótshóтели. Í sjálfri keppni klæðist keppandi gildandi landsliðsbol og keppnisgalla. Í verðlaunaafhendingu klæðast keppendur landsliðsgalla. Á lokahófi skal keppandi vera snyrtilega klæddur og sýna góða framkomu.

Landsliðsboli má nota á æfingum með sínu félagi og á æfingu með landsliðsliðinu. Langermajakka skal eingöngu nota í landsliðsverkefnum innanlands og utanlands. Óheimilt er að setja aðrar auglýsingar á keppnisbúning eða annan klæðnað en þær sem KRAFT ákveður.

#### **9. gr.**

Vanræksla á skyldum samkvæmt framansögðu getur leitt til þess að keppandi fellur út úr landsliði KRAFT og tekur því ekki þátt í mótum fyrir hönd Íslands. Áður en kemur til þess skal keppanda með sannanlegum og skriflegum hætti (tölvupósti) gefinn kostur á að bæta úr þeim atriðum sem ábótavant þykja.

Ef um alvarleg brot gegn þessum samningi eða reglum sem nefnd eru í 1.gr. er að ræða getur stjórn vísað keppenda úr landsliði án fyrirvara.

### **IV. Lyfjamál**

#### **10.gr.**

Keppandi skal fylgja gildandi reglum um lyfjanotkun, og er hann undir lyfjalögsögu ÍSÍ, þ.e. reglum ÍSÍ, WADA og IPF. Það er alfarið á ábyrgð keppandans að kynna sér gildandi reglur og þau efni sem ekki eru leyfileg. Athygli er vakin á því að ýmis fæðubótarefni geta innihaldið efni á bannlista.

Keppandi skal við undirritun samnings upplýsa landsliðsnefnd um notkun lyfja sem hann þarf að nota samkvæmt læknisráði og hugsanlega þarf að sækja um undanþágu fyrir (TUE). Keppandi skal jafnframt upplýsa þjálfara sinn um fæðubótarefni sem hann kann að neyta við undirbúning keppni.

Keppandi skal vinna fræðsluefni WADA fyrir alþjóðapátttöku og leggja fram staðfestingu þar um : [https://adel.wada-](https://adel.wada-ama.org/learn/public/learning_plan/view/1/international-level-athletes-education)

[ama.org/learn/public/learning\\_plan/view/1/international-level-athletes-education](https://adel.wada-ama.org/learn/public/learning_plan/view/1/international-level-athletes-education-program-english)

[https://adel.wada-ama.org/learn/public/learning\\_plan/view/1/international-level-athletes-education-program-english](https://adel.wada-ama.org/learn/public/learning_plan/view/1/international-level-athletes-education-program-english)

### **11.gr.**

Keppanda er skylt að mæta í lyfjapróf og kynna sér viðurlög við brotum á lyfjareglum.

Það er skilyrði fyrir gildistöku þessa samnings að keppandinn hafi fyllt út og skilað skjalinu "Skráningarblað í lyfjaeftirlitshóp Kraftlyftingasambands Íslands" sem er fylgiskjal 2 með samningi þessum.

Verði breytingar á æfingastað, æfingatímum eða þjálfara ber íþróttamanni að tilkynna það tafarlaust með tölvupósti á [coach@kraft.is](mailto:coach@kraft.is) Vanræksla á tilkynningarskyldu getur valdið brottrekstri úr landsliði.

Keppendur undir lögaldri þurfa að leggja fram samþykki foreldra, „Parent Consent Form“ sem er fylgiskjal 4 með samningi þessum.

### **12.gr.**

Falli keppandi á lyfjaprófi skal hann endurgreiða alla styrki sem hann hefur hlotið á samningstímanum. Auk þess skal hann greiða sem jafngildir 2000 Evrum í sekt til KRAFT ef um er að ræða þátttöku í alþjóðlegu móti, svo og allan útlagðan kostnað sem KRAFT þarf að greiða vegna jákvæðs lyfjaprófs.

KRAFT veitir ekki liðsinni eða sérfræðiaðstoð, komi til þess að keppandi falli á lyfjaprófi. Prófun B sýna, lögfræðikostnaður, kæruekostnaður, áfrýjunarkostnaður osfrv. greiðist af hálfu keppanda, og er KRAFT með öllu óviðkomandi.

## **V. Almenn ákvæði**

### **13.gr.**

Keppandi skal upplýsa landsliðsnefnd um alla þá styrki sem hann hlýtur vegna þátttöku í mótum samkvæmt samkomulagi þessu. KRAFT og landsliðsnefnd er bundin trúnaði um þær upplýsingar sem keppandi lætur þeim í té samkvæmt ákvæðinu. Skal þess gætt að styrktaraðili eða vara hans og þjónusta fari ekki gegn reglum og lögum KRAFT, ÍSÍ, IPF, landslögum eða brjóti í bága við almennt velsæmi.

Keppanda sem nýtur styrks frá afrekssjóði ber að skila skýrslum til sambandsins samkvæmt sérstökum samningi þar um. Sama á við um þá keppendur sem hafa fengið vilyrði um endurgreiðslu hluta kostnaðar sem hlýst af þátttöku í erlendum mótum.

### **14.gr.**

KRAFT hefur heimild til að nota myndir og myndbönd tekin í tengslum við landsliðsverkefni í sína þágu.

KRAFT hefur heimild til að miðla nauðsynlegum upplýsingum í tengslum við skráningar á mót og miðlun úrslita.

**15.gr.**

Keppanda ber að kynna sér og fara eftir Ferðareglum KRAFT sem er fylgiskjali 3 með samningi þessum.

**16.gr.**

Samningur þessi er gerður í tveimur eintökum. Við undirritun samningsins falla úr gildi allir fyrri samningar milli samningsaðila.

Um samning þennan skal gilda trúnaður milli samningsaðila.

Að öðru leyti en að framan greinir gilda um samningin þennan íslensk lög.

Allar tilkynningar, fyrirspurnir og önnur samskipti frá keppanda um samning þennan skulu berast á [coach@kraft.is](mailto:coach@kraft.is), nema annað sé tekið fram.

Samningurinn gildir frá \_\_\_\_\_ til \_\_\_\_\_

*Ég, undirritaður keppandi, hef lesið ofangreint og staðfesti það með undirskrift minni. Ég mun fylgja þeim reglum sem í gildi eru og leggja mig fram við að efla íslenskar kraftlyftingar og vera verðugur fulltrúi Kraftlyftingasambands Íslands og íslensku íþróttahreyfingarinnar.*

Staður og dagsetning \_\_\_\_\_

---

Keppandi

F.h. Kraftlyftingasambands Íslands

Samþykki lögráðamanna/foreldra ólögraða keppanda:

---

Vottar:

---

Fylgiskjal 1 um fyrirhuguð mót og markmið

Fylgiskjal 2 Skráningarblað í lyfjæftirlitshóp Kraftlyftingasambands Íslands

Fylgiskjal 3: Ferðareglur KRAFT

Fylgiskjal 4: Samþykki foreldra vegna lyfjaprófs (fyrir ólögraða keppendur)

<https://www.powerlifting.sport/fileadmin/ipf/data/rules/Parental-Consent-form.pdf>

Fylgiskjal 5: Samþykki foreldra til ferðalags barns til útlanda

<https://assets.ctfassets.net/8k0h54kbe6bj/43QNdW0uwdocK18UvnGL5r/765a7c80ec05fc0d7a381bdbb72e8f56/samthykkt-ferd-barns-til-utlanda-utf.-.pdf>

**Fylgiskjal 1:**

**Fyrirhuguð mót innanlands og erlendis samkvæmt samningi þessum.**

**Hér skal einnig tilgreina íþróttaleg markmið á hverju móti.**

---

---

---

---

## Fylgiskjal nr. 2



## Skráningarblað í lyfjaeftirlitshóp Kraftlyftingasambands Íslands

### Upplýsingar um íþróttamann

Nafn:

Heimili:

Kennitala:

GSM sími:

Netfang:

Æfingastaður:

Æfingátímar:

### Upplýsingar um þjálfara

Nafn:

Heimili:

Kennitala:

GSM sími:

Netfang:

Verði breytingar á æfingastað, æfingátímum eða þjálfara ber íþróttamanni að tilkynna það tafarlaust með tölvupósti á [coach@kraft.is](mailto:coach@kraft.is) Vanræksla á tilkynningarskyldu getur valdið brottrekstri úr landsliði. Útfylling þessa eyðublaðs er forsenda þess að landsliðssamningur gangi í gildi.

Staður:

Dags:

---

Undirskrift íþróttamanns



### **Fylgiskjal nr. 3**

FERÐAREGLUR KRAFT

<https://kraft.is/wp-content/uploads/2023/01/FERDAREGLUR-KRAFT-22.pdf>

### **Fylgiskjal nr. 4**

Samþykki foreldra vegna lyfjaprófs (fyrir ólögráða keppendur)

<https://www.powerlifting.sport/fileadmin/ipf/data/rules/Parental-Consent-form.pdf>

### **Fylgiskjal nr. 5**

Samþykki foreldra vegna ferða barns til útlanda

<https://assets.ctfassets.net/8k0h54kbe6bj/43QNdW0uwdocK18UvnGL5r/765a7c80ec05fc0d7a381bdbb72e8f56/samthykkt-ferd-barns-til-utlanda-utf.-.pdf>

Þannig samþykkt af stjórn KRAFT þ. 10.janúar 2023