17. november 2026

Oslo Turnforening

Ivaretakelse av trenere



NYSKAPENDE

KVALITET

TILLIT

Om oss

Stian Skjerahaug

Sportslig leder konkurransegrener

- **Bakgrunn:** 20 års turnkarriere – x5 kongepokal, Nordisk og Nord-Europeisk mester, deltakelse i OL 2016, 7 VM og 10 EM
- **Utdanning:** Master kultur og samfunn fra Norges Idrettshøgskole (NIH).
- Leder teknisk komite turn menn
- Tidligere medlem av NIFs utøverkomite (2019-2023).

Mari Eliassen Folkvord

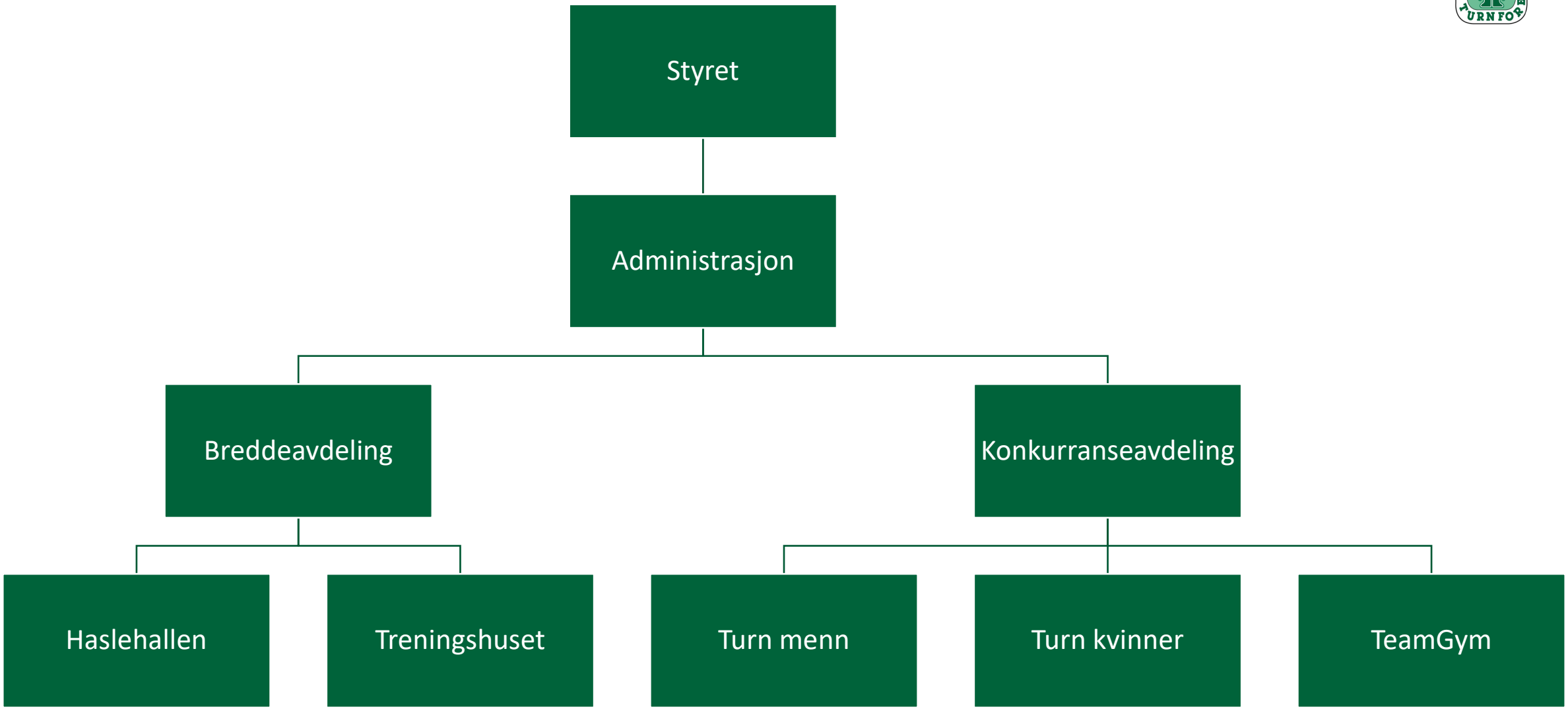
Senterleder Haslehallen

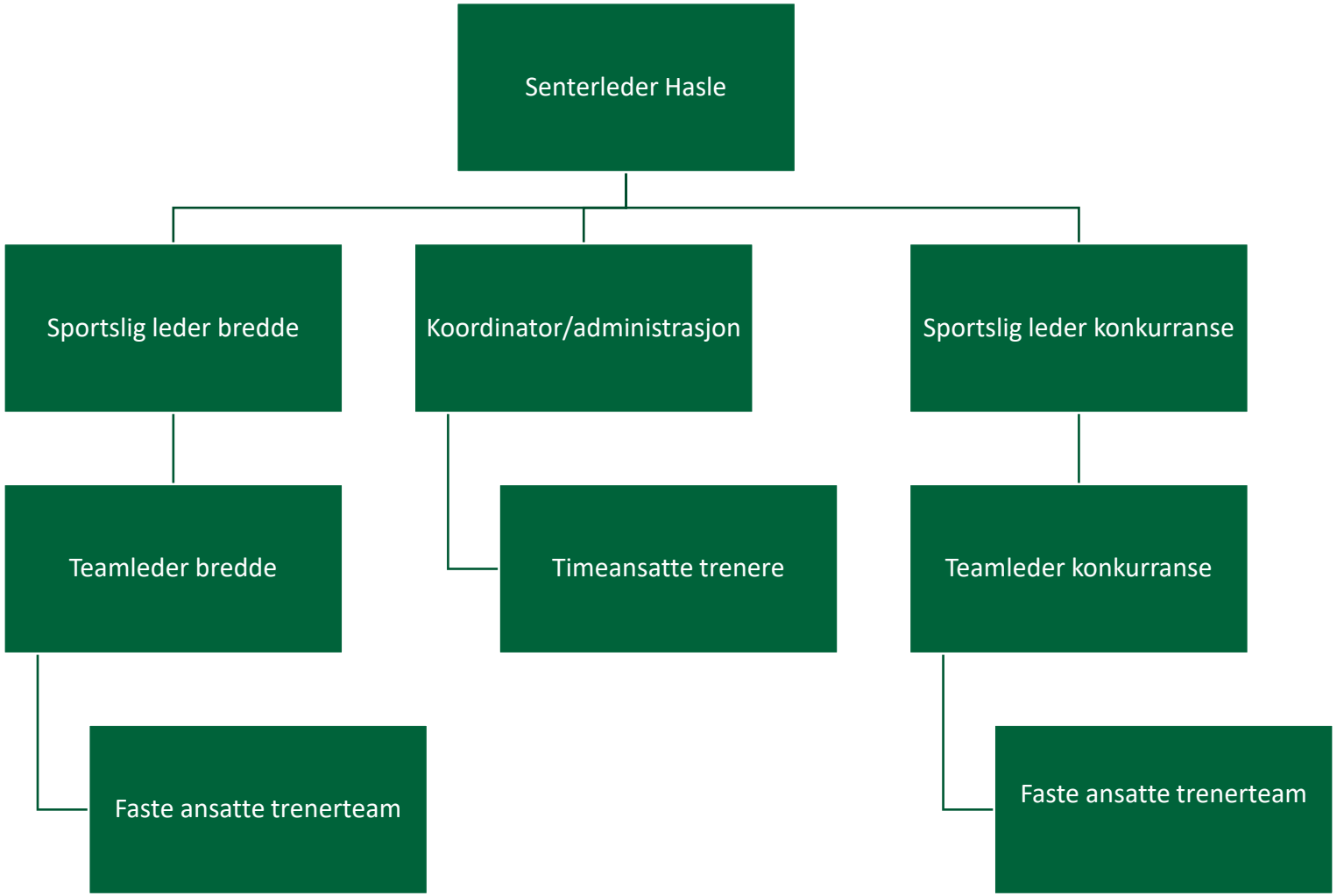
- **Bakgrunn:** 20 års turnkarriere – trener for bredde og konkurranse i klubb, Landslagstrener i 3 EM TeamGym
- **Utdanning:** Master kultur og samfunn fra Norges Idrettshøgskole (NIH).



Om Oslo Turnforening

- To lokasjoner: Haslehallen og Treningshuset
- Ca 3430 turnmedlemmer - 2026
- 101 Deltidsansatte timelønnede turn
- 20 Fulltidstrenere fastlønnede
- 9 Fulltids administrative ansatte turn
- Breddeavdeling og konkurranseavdeling


Styret
Administrasjon
Breddeavdeling
Konkurranseavdeling
Haslehallen
Treningshuset
Turn menn
Turn kvinner
TeamGym


Senterleder Hasle
Sportslig leder bredde
Koordinator/administrasjon
Sportslig leder konkurranse
Teamleder bredde
Timeansatte trenere
Teamleder konkurranse
Faste ansatte trenerteam
Faste ansatte trenerteam



Oppfølging av trenere

Forventninger og opplæring

Forventningsavklaring og opplæring

Vår arbeidsfilosofi: relasjonsbygging, fleksibilitet, tillit, inkludering, frihet under ansvar

Ansvar

- For semesterplan
- Oppgaver under arrangement

Kommunikasjon

- Gode kommunikasjonskanaler og øvelsesbank (Teams og felles mappesystem)
- Kommunisere på trenerens nivå (alder, kompetanse, erfaring, kultur)

Totalbelastning

Akseptere at de jobber fysisk og ugunstige tider, ta dette med i totalbelastning (for fulltidstrenere primært)

Tilpasset ansvar

Tilpasse ansvar til trenere så langt det lar seg gjøre

Lønn

Årlig justering

Oppfølging av trenere

Bygge miljø for trenerne

- Rekruttere trenere fra egne rekker
- Ukentlige trenermøter
- Sosiale tiltak (Julebord, sommerfest, lønningstreff etc.)
- Lære av hverandre (trenerforum på tvers)
- Kontor/trenerrom. Felles tidspunkt

Kompetanseheving eksternt og internt

- Workshops gjennom året
- Kick off
- Lederfilosofi
- Trenerkurs

Medarbeiderundersøkelse og medarbeidersamtaler

Erfaringer

- Kan ikke være for firkantet
- For mye tid på ivaretagelse og tilrettelegging kan bli negativt. Tiden til trenerne er "dyrbar"
- Bruke for mye tid på urelevante ting. Det må gi mening for trenerne



Hvordan kan vi ivareta trenere enda bedre?

- Evaluere og justere
- Fokus på det sportslige. Gi ansvar ut ifra motivasjon
- Turnus/Arbeidstid (For fulltidstrenere)
- Bruk av KI
- Se til hva som fungerer i klubber i andre idretter
- Treneren i sentrum

Hva svarte trenerne på spørsmål om hvorfor de føler seg ivaretatt i Oslo TF?

> *Får være med på store avgjørelser. At trenerne settes i fokus og løftes frem som den viktigste rollen klubben har.*
>
> **Henrik Moum (TeamGym)**

> *Det er plass til å være seg selv. Vi får nok klubbtøy.*
>
> **Antonio Egri (Turn kvinner)**

> *Fordi administrasjonen har høy tillit til trenerne, og det er lav terskel for å be om hjelp.*
>
> **Marty Korslund (Bredde)**

> *Får mye støtte fra mine ledere. Opplever at Oslo Turn har ryggen min.*
>
> **Vilde Amblie (Turn kvinner)**

> *Jeg føler meg sett, hørt og inkludert, får tillit og ansvar, samtidig som jeg får støtte og mulighet til å utvikle meg.*
>
> **Plamen Sheytanov (Bredde)**

> *Administrasjonen forstår hva idretten går ut på sånn at jeg som trener har mer tid til utøverne. Dyktige ledere viser også genuin interesse i hva som faktisk skjer i hallen og i konkurranser, det teller mye. Det gjør at man vil fortelle om det man er stolt av, men også hva man ønsker å forbedre i klubben som lederne har mandat til å utbedre.*
>
> **Atle Kristiansen (TeamGym)**

> *Oslo Turn ser mennesket bak trenerrollen. Jeg opplever forståelse for at trenerjobben innebærer mye kvelds- og helgearbeid. Jeg kan være meg selv, si hva jeg mener og få støtte. For meg handler det også om at stabile trenerforhold gir trygghet og kontinuitet for utøverne.*
>
> **Valentyn Skrypin (Turn menn)**






Oslo Turn


WAIT
226 HEGGEMSNES Sofus


TRENER

