

VÍKINGUR

ÆFINGA OG KEPPNIS -
FERÐIR ERLENDIS



BUR fótþolti
2025-2026

Þessar upplýsingar eru til þess fallnar að auðvelda foreldraráðum, ferðanefnd og fararstjórum skipulag og framkvæmd keppnisferða erlendis.

Undirbúningur

Skapast hefur sú hefð að fara í keppnisferðir erlendis í 4. og 3. flokki karla og kvenna fram að þessu hefur verið farið með báða árganga í hverjum flokki annað hvert ár. Strákar hafa farið á slétttölu árum og stúlkur á oddatölu árum. Vegna stærðar hópa hefur verið ákveðið að frá árinu 2026 fari eingöngu eldra árið í hverjum flokki. Ferðir verða því á hverju ári hjá bæði stelpum og strákum.

Æfinga- og keppnisferðir eru alltaf á vegum forsjáraðila en ekki hluti af eiginlegu knattspyrnu starfi félagsins.

Æfinga- og keppnisferðum er ekki síður ætlað að styrkja hópinn saman og vera ánægjulegt hópefli en að þær séu fótbolta legs eðlis og engin er skyldugur til að fara.

Mikilvægt er að skipa í ferðanefnd sem kemur til með að sjá um ýmsa þætti varðandi undirbúning ferða. Utanlandsferðir krefjast mikils undirbúnings og fjáröflunar og því mikilvægt að í ferðanefnd séu ekki færri en 5 úr hópi forsjáraðila. Foreldraráð og þjálfarar aðstoða við skipulag utanlandsferðar og ákvarðanatöku sem síðan fararstjórar taka við.

Dæmi um þætti sem þarf að huga að eru:

- Skipulag ferðar og upplýsingagjöf til forsjáraðila
- Fjáröflun
- Fatnaður
- Herbergjaskipan
- Samþykki og upplýsingaöflun

Ferðin:

Atriði sem höfð voru í huga við val á ferð:

- Hver er stærð og aldur hópsins? - Hvað þarf t.d. að fara með mörg lið og samgöngur á komustað.
- Upplifun allra þátttakenda - reynt að passa upp á að hluti hóps sé ekki aðgerðalaus í marga daga eftir að hafa dottið úr keppni.
- Sveigjanleiki mótshaldara og möguleikar á að færa leikmenn milli liða sé það nauðsynlegt vegna fjölda þátttakenda.
- Styrkleiki móta og umgjörð.
- Hvert er líklegt lokaverð á móti? Reynt sé að velja mót sem flestir hafi ráð á

4. flokkur kk og kvk:

Yfirþjálfarar í samráði við Barna- og unglingaráð hafa ákveðið að eldra ár í 4. flokk fari á Costa Blanca Cup. <https://www.costablancacup.com/en/>

Mótið er gott fyrsta mót þar sem rútur ferja börn til og frá hóteli í alla leiki. Einnig er líka mikið lagt upp úr afþreyingu/hópefli utan fótboltans eins t.d Terra Mitica, Aqualandia, hægt að fara á strönd o.fl svo það verður nóg að gera fyrir hópinn í vikuberð og minningar af mótinu jákvæðar.

Börnin gista í Albir á rólegu hóteli í 16 mínútna göngufjarlægð frá Strönd hotelsunpalacealbir.com

3. flokkur kk og kvk:

Yfirþjálfarar í samráði við Barna- og unglingaráð hafa ákveðið að eldra ár í 3. flokk fari á Stockholm Cup. <https://stockholmfootballcup.com/>

Þarna er blanda af æfinga og keppnisferð en einnig passað upp á að hægt sé að haka í öll nauðsynleg box, það verður góður tími til að versla eftir æfingu á miðvikudegi fyrir þau sem það vilja, farið verður saman í Gröna Lund tivoli eftir fyrsta leik á fimmtudeginum. Það er ekki langt á milli valla svo lið geta komið og stutt hvort annað þar sem því verður við komið. Frá hótelinu eru stutt ganga á tvær lestarstöðvar og yfirleitt ekki nema nokkur stopp til að komast á keppnissvæðin.

Hin eiginlega keppnisferð

Skipulag og hlutverk fararstjóra í ferðum:

Hlutverk fararstjóra er mikilvægt og felur í sér mikla ábyrgð. *Mikilvægt er að hafa velferð og öryggi alla iðkenda að leiðarljósi.* Iðkendur í 4. flokki eru að fara á sitt fyrsta erlenda mót og allt er mun stærra en á litla Íslandi og að mörgu að huga.

Þetta er auðveldara þegar iðkendur eru komnir í 2. og 3. flokk en fararstjórar bera samt ekki minni ábyrgð þrátt fyrir það. Mikilvægt er að þeir sem bjóða sig fram sem fararstjórar hafi einhverja þekkingu á liðunum og þekki hlutverk fararstjóra frá öðrum mótum. Fararstjórar eru í vinnu allan tímann og bera ábyrgð á að vera sýnilegir, aðgengilegir og að eiga jákvæð og uppbyggileg samskipti við iðkendur, forsjáraðila og aðra fararstjóra á á meðan á ferð stendur. Fararstjórar greiða ekki fyrir ferðina.

Fjöldi fararstjóra

Nauðsynlegt er að fararstjórar með hverju liði séu að minnsta kosti tveir. Ekki mega vera meira en 10 leikmenn á hvern fararstjóra. Það þarf að vera skýrt hver er fararstjóri.

Fyrir ferð þarf að kanna fjölda iðkenda sem gætu þurft sérstakan stuðning eða verið meira krefjandi í samvinnu við þjálfara. Athuga hvort að þeirforsjáraðilar komi með eða ekki. Þetta gæti haft áhrif á fjölda fararstjóra.

Val á fararstjórum:

- Foreldraráð/ferðaráð, í samstarfi við þjálfara, sér um að velja fararstjóra fyrir ferðir.
- Foreldraráð/ferðaráð sem staðið hefur að skipulagningu ferðar gengur fyrir í vali í fararstjóra störf.
- Leitast er við að velja fararstjóra sem uppfylla eitthvað af eftirfarandi: þekkja keppendur sem eru að ferðast, hafa farið með keppendum í ferðir áður innanlands eða utan, séu heilbrigðismenntaðir, séu kunningir staðhættum eða tala tungumál viðkomandi lands.
- Fararstjóri skal vera forsjáraðili keppanda í viðkomandi liði.
- Fararstjóri skal alltaf vera lögráða með hreint sakavottorð

Skipulagning ferðar:

- Kortleggja ferð, búa til dagskrá og upplýsa forráðamenn
- Huga að mat, millimáli (ávextir og orku-/próteinstykki) og drykkjum (vatn / powerade) – sérstaklega á milli leikja.
- Huga að ferðum á æfinga-/keppnissvæði.
- Stofna aðgang og fá samþykki forsjáraðila fyrir notkun staðsetningarforrit fyrir hvert lið (t.d. Life360)
- Skipuleggja upplýsinga fund með forsjáraðlinum iðkendum með aðstoð þjálfara og ferðanefndin a.m.k 30 dögum fyrir brottför

Gagna- og upplýsinga söfnun fyrir ferð:

- Afla upplýsinga um lyf og mataræði / ofnæmi /sérþarfir barna
- Fá samþykki fyrir ferð frá forráðamönnum.
- Sækja upplýsingar um gildistíma vegabréfa.
- Hitta alla forsjáraðila í spjalli til að fá sem besta mynd af hverju barni/keppandaí sínu liði.
- Afla upplýsinga um allt sem viðkemur mótinu.
- Safna saman undirrituðum eyðublöðum (sjá hér fyrir neðan)

Skyldur og ábyrgð fararstjóra í ferð:

- Fararstjórar fylgja liðinu í allar ferðir, þar á meðal í leiki og skipulagða viðburði.
- Fararstjórar gista á sama stað og liðið, fylgja því í morgunmat, koma því til og frá leikjum og eru til staðar á kvöldin.
- Sé fararstjóri af gagnstæðu kyni er hægt að útvega herbergi á gististað sé gist í skólasal.
- Fararstjórar þurfa að vera tilbúnir til þess að deila herbergi með öðrum.
- Fararstjóri skal staðfesta við foreldráð að hann/hún sé tilbúin að gangast undir þessa skilmála með undirritun ferðasáttmála fararstjóra sem má finna á heimasíðu Víkings

Ferðatilhögun:

- Fararstjórar ferðast með flugi til og frá áfangastað, fylgja liðinu allan tímann og sjá til þess að allt gangi smurt fyrir sig á meðan á ferðinni stendur.

Samskipti

- Sjá um samskipti við ferðaskrifstofu heima.
- Sjá um samskipti við mótshaldara úti.

- Stofna samskiptahóp fyrir fararstjóra. Til að fararstjórar geti haft samskipti sín á milli við undirbúning og á meðan á ferð stendur.
- Stofna samskiptahóp fyrir forráðamenn hvers liðs. Til að vera með upplýsingagjöf og myndbirtingu á ferðinni. Iðkendur eru velkomnir í hópinn.
- Stofna samskiptahóp fyrir liðið, hægt að notast við staðsetningarforrit (t.d. Life 360).

Fjármál

- Halda utan um sameiginlega sjóði og birta yfirlit yfir þær til forsjáraðilum í lok ferðar sé þess óskað.
- Kaupa drykki og millimál, greiða fyrir sameiginlegar máltíð, inn í garða og aðra viðburði fyrir liðið hafi verið gert ráð fyrir því.
- Ef afgangur, endurgreiða til gjaldkera flokks í lok ferðar.

Hlutverk þjálfara í ferðum á vegum Víkings:

- Samskipti við mótshaldara við þá þætti sem snúa að leiki og leikmönnum
- Sjá um upphitun liðs og stilla upp leikskipulagi.
- Stýra leikjum
- Æfingar á þeim dögum sem lið er ekki að spila
- Sjá um alla faglega nálgun sem tengist ákvörðunum um knattspyrnulega þætti

Samskiptasáttmáli milli barna- og unglingaráðs og iðkenda

Áður en farið er af stað með stóran hóp keppenda þurfa allir að skrifa undir samskiptasáttmála um hegðun í ferð. Sé um alvarleg brot á sáttmála að ræða hafa fararstjórar heimild til þess að senda iðkendur heim á kostnað forráðamanna. Agasamning Víkings má finna á heimasíðu félagsins.

Víkingur gerir kröfu um mætingu á æfingar svo keppandi geti farið í ferð. Mæta þarf á a.m.k. 70% æfinga, nema að keppandi æfi aðra íþrótt eða glími við meiðsli og þá er lægra hlutfall sett í samráði við þjálfara.

Slysa- og atvikaskráning vegna alvarlegri atvika

Þó svo að ekki sé fyrirséð að atvik eða slys komi upp í ferðalögum erlendis, er mikilvægt að undirbúa viðbrögð og tryggja rétta skráningu ef slíkt gerist. Fararstjórar bera ábyrgð á að halda utan um skráningu atvika og slysa á meðan ferð stendur yfir.

- **Með atviki er átt við:**
 - Refsiverða hegðun
 - Atvik sem veldur öðrum tjóni
 - Óhöpp, svo sem eignastuld eða annað sem hefur áhrif á öryggi eða velferð þátttakenda

Ef keppandi slasast í ferð skal gera viðeigandi ráðstafanir svo viðkomandi geti notið ferðarinnar áfram eftir fremsta megni. Ekki er mögulegt að einn fararstjóri víki alfarið úr ferð til að sinna einum keppanda, og því er nauðsynlegt að hafa eftirfarandi í huga í samráði við forsjáraðila:

- **Geta keppandans til að fylgja liðinu:**
Meta skal hvort keppandi geti áfram fylgt liðinu og ferðast milli staða með hópnum. Ef viðkomandi getur ekki fylgt liði þurfa forsjáraðili og fararstjóri að komast að samkomulagi um hvernig skuli haga umsjá með keppanda á meðan móti standur.
- **Aðstoð við samgöngur:**
Ef keppandi þarfnast sérstakra úrræða til að komast á milli staða skal þarf að kanna hvort forráðamaður á staðnum geti aðstoðað.
- **Kostnaður:**
Ef grípa þarf til leigubíla eða annarra sérlausna til þess að koma keppanda milli staða er það gert á kostnað forsjáraðila

Ferðafatnaður

Þegar lið fara erlendis hjálpar það farastjórum að halda hópnum saman ef hópurinn er klæddur í eins fatnað. Það styður einnig við að mynda góða liðsheild.

Það sem hafa þarf í huga þegar fatnaður er valinn:

- Hvert er verið að fara? Er þörf á stuttermabol, stuttbuxum eða utanyfir peysum og húfum.
- Huga þarf að því að merkja fararstjóra þannig að auðvelt sé að sjá hverjir fara fyrir hópnum og hópurinn sé ein heild.
- Nýtist fatnaðurinn sem varabúningur sé keppt á móti liði í áþekktum litum.
- Það eykur samheldni, hjálpar þátttakendum og öðrum sem þurfa að eiga samskipti við liðið að fararstjórar séu líka í merktum liðsfatnaði.

Hvað er innifalið í verði

Það þarf öllum að vera ljóst hvað er innifalið í endanlegu verði. Kynna þarf fyrir forsjáraðlinum hvað er innifalið og gera öllum ljóst að kostnaður vegna þjálfara, fararstjóra deilist niður á hvern iðkanda auk heildarverðs frá ferðaskrifstofu.

Sem dæmi má nefna að ferð sem kostar 200 þús frá ferðaskrifstofu fer auðveldlega í 250 þús kr per iðkanda þegar allt er tiltekið.

Kostnaður sem deilist á þátttakendur, athugið þessi listi er ekki tæmandi:

- Verð frá ferðaskrifstofu.
- Ferðir til og frá flugvelli heima og heiman.
- Kostnaður vegna þjálfara (flug, gisting).
- Kostnaður vegna fararstjóra (flug, gisting, matur).
- Nesti á ferðalagi.
- Millimál og ásamt vatni.
- Vasapeningar ef tekin er ákvörðun um að hafa þá sameiginlega.
- Fatnaður.
- Mögulega aðgangur í einhverja afþreyingu s.s. skemmtigarða eða vatnsrennibrautagarða.

Lok ferðar

- Skila skal útprentuðum persónugögnum, samþykki og agasamningum til aðalskrifstofu Víkings til eyðingar.
- Afhenda forsjáraðilum skjöl vegna slysa eða atviksskráning sem gætu hafa orðið til í ferðum eða annað sem varðar ferðina (t.d. kvittanir ef lagt var út fyrir iðkendur)
- Milli færa aftur á sameiginleg sjóði viðkomandi flokks ef fararstjórar voru ábyrgir fyrir fjármunum liðsins og afgangur er.
- Ef fararstjórar leggja út fyrir kostnaði skal skila kvittun til gjaldkera flokks til endurgreiðslu.
- Færa myndir sem teknar voru á meðan ferð stoð inn á sameiginleg svæði og eyða síðan öllum myndum af iðkendum og forráðamönnum úr persónulegri myndavél eða síma.
- Upplýsa forsjáraðila um úrvinnslu persónugreinanlegra gagna (t.d. skil á gögnum til aðalskrifstofu til eyðingar)
- Senda Barna- og unglingaráði samantekt ferða, hvað gekk vel og hvað gekk illa til þess að byggja upp sameiginlegan gagnabanka.

Eyðublöð

Eyðublöð sem forráðamenn, og eftir atvikum, iðkendur þurfa að skrifa undir:

1. Eyðublað um samþykki ferðar barns án forsjáraðila. Til að barn hafi leyfi til að ferðast eitt: <https://island.is/utanlandsferdir-barna/samthykkisyfirlysing>
2. Evrópska sjúkratryggingakortið: <https://island.is/sjukratrygging-ferdamanna-erlendis>
Senda skal fararstjóra tímabundið sjúkratryggingakort í .pdf skjali frekar en að barn hafi plastkortið með sér.
3. Ferðasáttmáli (samskipta- og agasáttmáli) - sjá dæmi um eyðublað í viðauka 1
Eyðublað útbúið af Víking/ferðanefnd/fararstjórum sem tiltekur þær reglur sem keppendur samþykkja að fara eftir.
4. Leyfi fyrir myndatöku, myndbirtingu og söfnun persónuupplýsinga - sjá á eyðublað á heimasíðu Víkings
5. Slysa og atvikaskráning vegna alvarlegri atvika
https://www.samskiptaradgjafi.is/files/ugd/48e44a_404774021e0d4157a24bbfb48705ad79.pdf
6. Samningur fyrir fararstjóra - sjá á heimasíðu Víkings
7. Öflun upplýsinga úr sakaskrá <https://www.samskiptaradgjafi.is/sakavottord>