**Husk:**

* Legg kampene du skal dømme inn i kalenderen på mobilen din. Du finner dine kamper i oppsettet på

https://www.kurlandfk.no/index.php/trenerinfo-topmenu-53/dommeroppsett-topmenu-113 Excel-ark er oppdatert pr. den dato som står i navnet.  
Gi dommerkontakt/veileder beskjed dersom opplysningene om deg (mobilnr.) ikke stemmer på

https://www.kurlandfk.no/index.php/trenerinfo-topmenu-53/klubbdommere-topmenu-90

* Meld forfall til dommerkontakt/veileder og lagleder på hjemmelaget med en gang du blir klar over at du ikke kan dømme kampen. Prøv å finn en erstatter for deg.
* Lagleder skal ta kontakt med deg senest 24 timer før kampstart for å bekrefte at du kommer. Svar alltid lagleder så raskt som mulig.
* Ta med dommerdrakt, fløyte, klokke, penn/blyant, et lite ark å skrive på, arket med fotballregler og eventuelt en mynt. Kampkort til å notere lag og mål på, får du i kiosken.
* Husk å dra til banen slik at du er der **minst 20 minutter før kampen** skal starte.
* Hent kampkort i kiosken, og evt. linjeflagg (7er / 9er kamper) i utstyrsrom i fyrhus (skap til venstre rett innenfor inngangsdør).
* Når du kommer til banen så ta kontakt med og hils på hjemmelagets trener/lagledere slik at han/hun vet at du er på plass. Gi lagleder et evt. linjeflagg og få vedkommende til å finne en linjevakt til deg. Få lagleder til å sjekke at spillernes utstyr er i orden dvs at klokke og alle smykker er fjernet og at alle har leggbeskyttere. Sjekk om laget har en kaptein som kan være med på valg av side eller ball. Få en matchball (3 matchballer hvis 7er/9er) i str. 4 light.
* Hils på bortelagets lagledere. Gi lagleder et evt. linjeflagg og få vedkommende til å finne en linjevakt til deg. Få lagleder til å sjekke at spillernes utstyr er i orden dvs at klokke og alle smykker er fjernet og at alle har leggbeskyttere. Sjekk om laget har en kaptein som kan være med på valg av side eller ball.
* Ta med trenere/lagledere for begge lag på et kort møte/samtale hvor Fair Play og spillereglene presiseres, særlig knyttet til håndheving av pressfri sone, igangsetting og bruk av ekstraspiller dersom det ene laget leder med 4 mål eller mer.  
  Avtal med laglederne at byttet gjøres på midten, og at keeper bare kan byttes ved stopp i spillet.
* Før kampstart så sjekker du at målene står riktig plassert på dødlinja og at målnettene er i orden.
* Varm opp. Ikke bli liggende eller sittende.
* Stå klar på midten (hvis forrige kamp er ferdig) senest 3 minutter før kampen skal starte. Husk å ha med baller, fløyte, klokke, penn/blyant, kampkort og ev en mynt.
* Når det er 2 minutter til kampstart så blåser du til hilsing og at kapteinene kommer til midten for valg av side.
* Bortelagets kaptein får velge side på mynten evt velge hånd, hvis du bruker gjemt hånd med fløyte. Det laget som vinner valget skal velge side. Det andre laget starter 1.omgang med ball.
* Send med kapteinene hver sin matchball (hvis 7er/9er) som skal legges ved egen keepers mål.
* Noter på kampkortet hvem som hadde avspark. Noter gjerne draktfargen på lagene. Sjekk antall spillere på hvert lag, og om spillere og keeper er klar (gjøres også før 2. omgang).
* Start kampen.
* Omgangenes lengde: 3er = 2x15 minutter , 5er = 2x25 min og 7’er = 2 x 30 min. Sjekk eventuelt med hjemmelagets lagleder dersom du ikke husker.
* Pause: Max 5 minutter, men begynn når spillerne er klare.
* Husk å ta vare på ballen i pausen og etter kampen.
* Husk å gå sist av banen i pausen og etter kampen.
* Når kampen er ferdig: Takk bortelagets ledere for kampen. Få tilbake evt. linjeflagget. Takk hjemmelagets ledere for kampen. Få tilbake evt. linjeflagget. Lever tilbake matchballen.
* Lever evt. linjeflagg i utstyrsbod (skap rett inn til venstre for inngangsdør). Gå til kiosken og be om å få en dommeregning.
* Fyll ut regning, både med fullt navn og underskrift. Dommerhonorar for de forskjellige kamp/alderstrinn står på regningen. Du får også dekket evt. buss-utgifter eller km-godtgjørelse for transport hjem-bane tur/retur. Du kan hente deg en gratis brus i kiosken.
* Kurland FK har lagt om utbetalingsrutinen for dommere, så det blir utbetaling til kontonr. (som for kretsdommere). Husk å skrive på **riktig kontonr. på dommer-regning**.

Til slutt:

**Dersom du opplever ubehagelige ting rundt kampen eller dømmingen så må du ta kontakt med dommerveileder Finn Heggelund, mail : <finn.heggelund@solarnorge.no> eller på 41438017 så snart som mulig.**