**Husk:**

* Du finner dine kamper i oppsettet på <https://kurlandfk.no/dommerinfo/>
Excel-ark er oppdatert pr. den dato som står i navnet.
Legg kampene du skal dømme inn i kalenderen på mobilen din, så du husker dem.

Gi dommerkontakt/veileder beskjed dersom opplysningene om deg (mobilnr.) ikke stemmer.

* Meld forfall til dommerkontakt/veileder og lagleder på hjemmelaget med en gang du blir klar over at du ikke kan dømme kampen. Prøv å finne 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.
* På kampdag: Ta med dommerdrakt, fløyte, klokke, penn/blyant, et lite ark å skrive på, 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
* Når du kommer til banen så ta kontakt med og hils på kampvert og hjemmelagets trener/lagledere slik at han/hun vet at du er på plass.
Få lagleder til å sjekke at spillernes utstyr er i orden dvs at klokke og alle smykker er fjernet og at alle har leggbeskyttere (påbudt).
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.
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 mål-linja og at målnettene er i orden.
* Varm opp ca 10 min før kampstart.
* Stå klar på midten (hvis forrige kamp er ferdig) senest 3 minutter før kampen skal starte. Husk å ha med **ball(er)**, fløyte, klokke, penn/blyant, kampkort og evt. en mynt.
* Når det er 2 minutter til kampstart så blåser du 2 ganger til hilsing og at kapteinene kommer til midten for valg av side eller starte med ball.
* Bortelagets kaptein får velge side på mynten evt velge hånd, hvis du bruker gjemt hånd med fløyte bak ryggen.
Det laget som vinner valget skal velge side **eller** starte med ball. Det andre laget får da det som ble igjen (side eller starte med ball).
* Send med keepere hver sin matchball (hvis 7er/9er) som skal legges ved egen keepers mål.
* Noter på kampkortet hvem som har 1. avspark. Noter gjerne draktfargen på lagene.
**Sjekk antall spillere på hvert lag, og om keeper er klar** (gjøres også før 2. omgang).
* Start kampen og klokke evt. notér klokkeslett.
* 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 (etter at lagene har takket for kampen).
* Når kampen er ferdig:
Takk bortelagets ledere for kampen.

Takk hjemmelagets ledere for kampen.
Lever tilbake matchballen(e).

* Gå til kiosken og be om å få en dommeregning.
Dommer-regning vil du også finne under <https://kurlandfk.no/dommerinfo/> .
* 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**.
Regning sendes på mail til klubbens kasserer (står på regning).

Til slutt:

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

Lykke til med dømming.