

Kurland FK Rutine når du skal dømme hjemmekamp på Parken

Husk:

- Du finner dine kamper i oppsettet på <https://kurlandfk.no/dommerinfo/> eller tilsendt mail. 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 dommeransvarlig beskjed dersom opplysningene om deg (mobilnr.) ikke stemmer.
- Meld **evt. forfall** til dommeransvarlig 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. Ligger i skuffen under benk.
- 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.
- Hils på bortelagets trener/lagledere.
- Ta med trenere/lagledere for begge lag på et kort møte/samtale hvor Fair Play og spillereglene presiseres, særlig knyttet til deres ansvar for håndheving av **pressfri sone**, igangsetting og **bruk av ekstraspiller** dersom det ene laget leder med 4 mål eller mer. Få lagleder til å sjekke at spillernes utstyr er i orden dvs at klokke og alle smykker er fjernet og at **alle har leggbeskyttere**.
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 (hjemmelaget har ansvar for å rette opp/reparere evt. mangler).
- Varm gjerne opp litt før kampstart.
- Få fra hjemmelaget en matchball (3 matchballer hvis 7er/9er) i str. 4 light.
- 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 blås) til hilsing og at kapteinene (hvis finnes) eller en fra hvert lag kommer til midten for valg av side eller starte med ball.
- **Bortelagets** kaptein/spiller 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 på utsiden av egen keepers mål.
- Noter på kampkortet laget som har 1. avspark. Noter gjerne draktfargen på lagene.

Kurland FK Rutine når du skal dømme hjemmekamp på Parken

- **Sjekk antall spillere på hvert lag, og om keeper er klar** (gjøres også før 2. omgang).
- **Start kampen** (1 blås i fløyta) **og klokke** evt. notér klokkeslett.
Hvis laget tar avspark før du har blåst, blås 2 ganger, få ball tilbake, nytt avspark.
- Omgangenenes lengde: 3er = 2x15 minutter , 5er = 2x25 min og 7'er = 2 x 30 min.
Sjekk eventuelt med hjemmelagets lagleder dersom du ikke husker.
- **Pause** (3 blås): Husk å **ta vare på ballen** i pausen.
Max 5 minutter pause, men begynn når spillerne er klare.
Husk å telle antall spillere og sjekk om keepere er klare, før du blåser for avspark til 2. omgang.
- Når **kampen er ferdig/avblåst** (3 blås):
Sjekk at lagene takker hverandre på en ordentlig måte (Fair Play).
Takk bortelagets trener/ledere for kampen.
Takk hjemmelagets trener/ledere (og evt. kampvert) for kampen.
Lever tilbake matchballen(e).
- Gå til kiosken og be om å få en dommeregning (står i perm).
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 utbetaler honorar til kontonr. (som for kretsdommere).
Husk å skrive på **riktig kontonr. på dommer-regning**.
- Utfylt og underskrevet regning scannes/tas bilde av, og lastes inn i Hoopit-app på din bruker-ID.

Til slutt:

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

Lykke til med dømming.