




Begynn med trial



Vi vil gjerne ha nye medlemmer og vi oppfordrer alle som er interessert til å prøve trial. Det er noen krav til medlemskap og lisens som må være på plass, men vi hjelper deg så godt vi kan for å få deg raskt i gang.

Versjon 1.0 – 8/5-2019 – Bergen Trial Team

| | |
|---|---|
|  <p>1 Prøve trial for første gang</p> | <p>Ta kontakt med en av oss i klubben og avtale en trening du stikker innom. Vi trener hver torsdag og lørdag hele året, utenom vinter.</p> <p>Ha på trengstøy som tåler røff bruk. Ta gjerne med gode støvler. Hjelm, hansker, etc. låner du av oss. Det er 5 års aldersgrense. Alle under 16 år må ha følge av foresatte.</p> <p>For å kunne kjøre trial må du ha lisens og være medlem i klubben. Medlemskap koster 100 kr første år. Foreldre til barn under 16 år må også være medlem. Det er best om du ordner dette på minidrett.nif.no i forkant. Endags lisens kjøper du på SMS for 60 kr for barn (5-12 år) eller 120 kr for ungdom og voksne (13+). Send NMF BARN eller NMF VOKSEN til 2380. Kan gjøres ved oppmøte.</p> <p>Sykkellåner du av oss, og vi viser deg hvordan du kommer i gang.</p> |
|  <p>2 Lære å kjøre trial</p> | <p>Du tegner en 3 måneders Opplæringslisens på mita.nmfsport.no. Den koster 200 kr for barn og 400 kr for ungdom/voksne.</p> <p>Du kommer på treningene våre og trener. Du får hjelp og veiledning av instruktør og andre førere – men vær oppmerksom på at vi forutsetter at foreldre deltar aktivt på treningene.</p> <p>Sykkell kan du leie for 200 kr pr gang. Betal på vipps nr 533544.</p> <p>Etter 8-10 ganger vil du få en praktisk utsjekk for at du er klar til å kjøre på egen hånd. Du tar også et lisenskurs på ekurs.nif.no for å lære sikkerhet og annen teori. (Foreldre tar kurs for barn under 13)</p> <p>Nå er du klar for å fortsette på egen hånd!</p> |
|  <p>3 Fortsette å kjøre trial</p> | <p>For å kjøre videre må du ha en ordinær lisens. Det krever en helseattest i tillegg til praktisk og teoretisk prøve som du fikk i opplæringen. Lisens koster 400 kr pr år for barn, 1560 kr for ungdom og fra 1560 kr for voksne.</p> <p>Det er også på tide å kjøpe en egen sykkel samt klær og sikkerhetsutstyr. Sykkell kan du finne på nettsiden til sykkelimportørene, Facebookgruppen Trial4sale eller på Finn.no. Ny sykkel koster minst 50.000, men du får en bra brukt sykkel til 15-25.000. En sykkel til under 15.000 må du regne med å skru mer på. Barnesykler er litt billigere.</p> <p>Det koster litt å kjøpe sykkel, men når du først har investert i sykkel er ikke dette en veldig dyr sport. Ut over medlemskap og lisens er det stort sett deler og reparasjoner på sykkelen som koster penger.</p> |

1 Prøve trial for første gang

BLI MEDLEM

For å prøve trial er det et krav om at du må være medlem i klubben. Det høres kanskje litt mye ut å melde seg inn for å prøve en gang – men det er enkelt å melde seg inn og førsteårs rekruttmedlemskap koster bare 100 kroner. Og til gjengjeld spanderer vi sykkelleie første gang. Husk at også foresatt for barn under 16 år må være medlem.

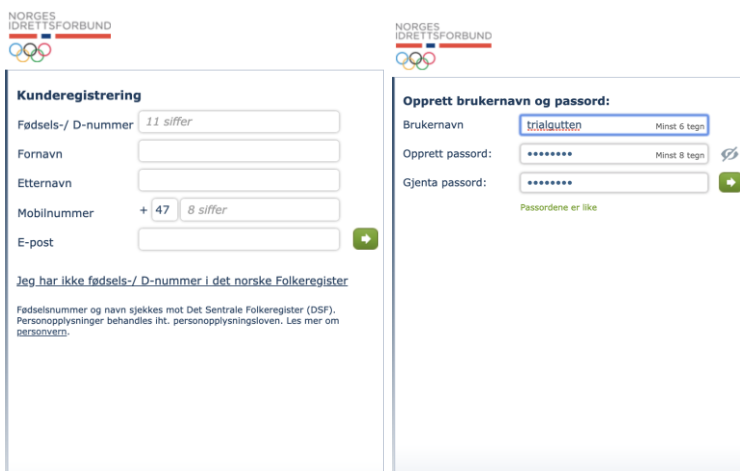
Det beste er om du melder deg inn i klubben på minidrett.nif.no før du skal kjøre, men hvis du ikke har gjort det kan du gjøre en innmelding på papirskjema og ta det med NIF etterpå.

Dersom du allerede er registrert i NIF før – altså at du har vært medlem i et eller annet idrettslag en gang, så logger du på med din profil på minidrett.nif.no. Hvis ikke må du lage en profil slik:

Trykk på «Ny bruker» på minidrett.nif.no



Angi personalia og lag brukernavn og passord

A screenshot of the registration form on the "Min idrett" website. The form is divided into two main sections. The left section is titled "Kunderegistrering" and contains fields for "Fødsels-/ D-nummer" (with a hint "11 siffer"), "Fornavn", "Etternavn", "Mobilnummer" (with a hint "+ 47 8 siffer"), and "E-post". Below these fields is a link: "Jeg har ikke fødsels-/ D-nummer i det norske Folkeregister". The right section is titled "Opprett brukernavn og passord:" and contains fields for "Brukernavn" (with a hint "trialgutten" and "Minst 6 tegn"), "Opprett passord:" (with "Minst 8 tegn" and a strength indicator), and "Gjenta passord:". A green checkmark is visible next to the password fields, and a note below says "Passordene er like". At the top left of the form area is the "NORGES IDRETTSFORBUND" logo.

Når du har en profil knytter du den til Bergen Trial Team slik. Velg «Medlemskap»:



Velg «Finn ny klubb» og tast inn bergen trial team og trykk «Søk».

Medlemskap ?

Line Høy

Mine medlemskap

Klubbnavn

bergen trial

Idrett

Alle

Fylke

Alle

| Klubb | Kommune |
|--|---------|
| Bergen Trial Team | Bergen |
| Motorsport (ATV Enduro, Minder Trial, Trial) | |

Forrige Første 1 Siste Neste
Listen viser treff nummer 1-1 av 1

Bergen Trial Team

- Motorsport
- ATV Enduro
- Minder Trial
- Trial

Som medlem i idrettslaget aksepterer jeg å følge idrettslagets lov og eventuelle sikkerhetsbestemmelser.

Så haker du av for Bergen Trial Team og idretten Trial. Foreldre som ikke kjører selv velger Minder Trial (minder betyr hjelpeperson).

Trykk «Send søknad» så får vi det inn i vårt system og kan sende ut faktura for medlemskapet.

Husk at for barn under 16 må både foreldre og barn ha bruker hos NIF og meldes inn i klubben.

LISENS

Alle som kjører Trial må ha lisens, og for å prøve trial første gang er det enklest å kjøpe en endags lisens på SMS.

Endags lisens koster 60 kr for barn opp til og med 12 år, og 120 kr for ungdom og voksne (fra og med 13).

Send SMS med kodeordet NMF BARN eller NMF VOKSEN til 2380.
(det kan ta noen minutter før du får svar)

Du mottar så en SMS med spørsmål om du vil kjøpe lisens. Dersom lisens gjelder deg selv og du sender fra din egen telefon er det bare å bekrefte med JA, men om det ikke er

Begynn med trial



samme eier på telefonen som på lisensen må du skrive inn navn, adresse og fødselsdato i svaret.

Du får så en kvittering som du viser til sikkerhetsleder eller instruktør, og er klar for å kjøre.

SYKKEL OG UTSTYR

For å prøve trial får du låne sykkel av klubben. Vi har sykler i ulike størrelser som passer fra 5-åringer og opp til voksne.

Vær oppmerksom på at det kan være flere som deler på klubbens treningssykler.

Vi har også en del hjelmer og annet sikkerhetsutstyr til utlån. Ha på treningstøy som tåler røff bruk, og ta gjerne med hansker og solide støvler. Så supplerer vi med klubbens utstyr.

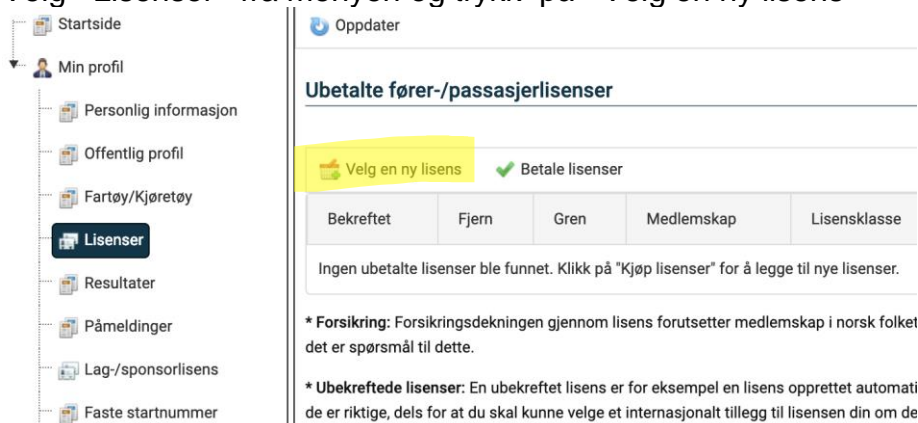
2 Lære å kjøre trial

LISENS

Når du kommer tilbake for å kjøre trial igjen, bør du kjøpe en tre måneders Opplæringslisens. Det er enklere og billigere enn å kjøpe SMS lisens hver gang.

Lisensen kjøper du på **mita.nmfsport.no**. Dette er på Norges Motorsportsforbundet (NMF) sin website, men du logger på med samme bruker som på Min idrett der du meldte deg inn.

Velg «Lisenser» fra menyen og trykk på «Velg en ny lisens»



Startside

Min profil

- Personlig informasjon
- Offentlig profil
- Fartøy/Kjøretøy
- Lisenser**
- Resultater
- Påmeldinger
- Lag-/sponsorlisens
- Faste startnummer

Oppdater

Ubetalte fører-/passasjerlisenser

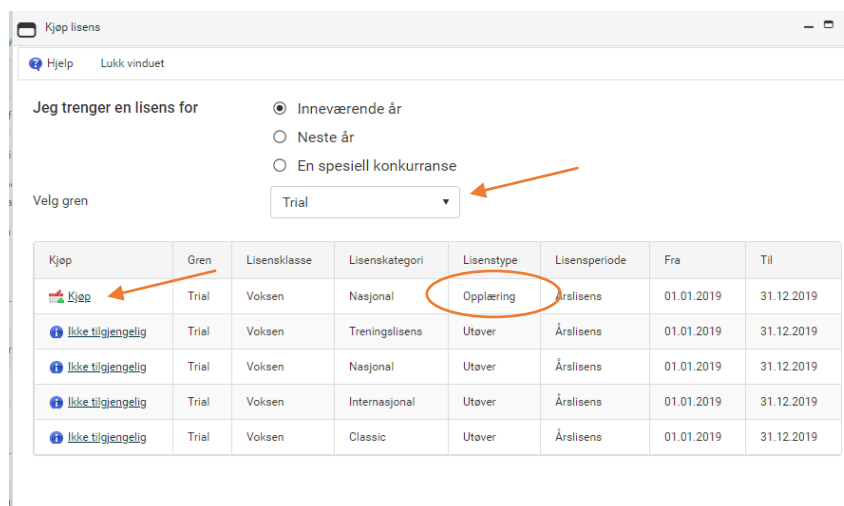
Velg en ny lisens Betale lisenser

| Bekreftet | Fjern | Gren | Medlemskap | Lisensklasse |
|--|-------|------|------------|--------------|
| Ingen ubetalte lisenser ble funnet. Klikk på "Kjøp lisenser" for å legge til nye lisenser. | | | | |

* **Forsikring:** Forsikringsdekningen gjennom lisens forutsetter medlemskap i norsk folket det er spørsmål til dette.

* **Ubekreftede lisenser:** En ubekreftet lisens er for eksempel en lisens opprettet automatisk de er riktige, dels for at du skal kunne velge et internasjonalt tillegg til lisensen din om de

Velg gren = Trial og så klikk på «Kjøp» på raden for lisenstype «Opplæringslisens».



Kjøp lisens

Hjelp Lukk vinduet

Jeg trenger en lisens for

Inneværende år

Neste år

En spesiell konkurranse

Velg gren

Trial

| Kjøp | Gren | Lisensklasse | Lisenskategori | Lisenstype | Lisensperiode | Fra | Til |
|-------------------|-------|--------------|----------------|------------|---------------|------------|------------|
| Kjøp | Trial | Voksen | Nasjonal | Opplæring | Årslisens | 01.01.2019 | 31.12.2019 |
| Ikke tilgjengelig | Trial | Voksen | Treningslisens | Utøver | Årslisens | 01.01.2019 | 31.12.2019 |
| Ikke tilgjengelig | Trial | Voksen | Nasjonal | Utøver | Årslisens | 01.01.2019 | 31.12.2019 |
| Ikke tilgjengelig | Trial | Voksen | Internasjonal | Utøver | Årslisens | 01.01.2019 | 31.12.2019 |
| Ikke tilgjengelig | Trial | Voksen | Classic | Utøver | Årslisens | 01.01.2019 | 31.12.2019 |

SYKKEL OG UTSTYR

I opplæringsperioden kan du leie sykkel av klubben. Du betaler kr 200 pr gang for sykkelleie og baneavgift.

Vær oppmerksom på at det kan være flere som deler på klubbens treningssykler.

Vær også oppmerksom på at klubbssyklene kun er ment for opplæring og relativt «snill» bruk.

Du kan gjerne låne hjelm og sikkerhetsutstyr fra klubben, men om du planlegger å begynne med idretten kan det være greit å kjøpe noe eget utstyr etter hvert.

TRENING

Vi har flinke førere og instruktører som hjelper dere med å komme i gang med trial. Men vi bruker også foreldrene mye, Så alle foreldre må være forberedt på å jobbe aktivt med barna hele treningen, og kanskje ikke nødvendigvis dine egne.

Husk at alle førere under 16 år må ha med foresatte på hver trening.

Noen ganger har vi organiserte treninger for nybegynnerne, men andre ganger er det fritt opplegg der førerne og foreldrene kjører og øver på ulike teknikker på egenhånd. Men det er alltid mulig å ta tak i erfarne medlemmer om dere har spørsmål eller vil ha veiledning.

LISENSKURS TEORIDEL (e-kurs)

Dette er en kurs som tas på datamaskin og er **obligatorisk for alle** som skal trene eller konkurrere. For barn til og med 12 år er det foreldrene som tar kurset. For ungdom 13-15 må både foreldre og barn ta kurset. Og de som er 16 eller mer tar det selv.

Du finner kurset på ekurs.nif.no Der logger du inn med samme bruker som på Min idrett.

NORGES IDRETTSFORBUND

TRENERLØYPA ▾ SÆRFORBUND ▾ SUNN IDRETT ▾ ENGLISH COURSES ▾ LEDELSE ▾ HJELP ▾ NORSK - BOKMÅL (NO) ▾

Nytt i ekurs.nif.no


Velkommen til oppgradert versjon av ekurs.nif.no!

Du finner alle kurs du allerede er påmeldt under på denne siden. Nye kurs finner du ved å bruke menyen over. Venstremenyen er nå skjult bak en menyknapp til venstre overst på siden. Den bytter innhold etter hvor du er og gir deg rask navigering dit du ønsker (sist oppdatert 13.des 2018).

Kursoversikt

Tidslinje Kurs


Aktive Fremtidige Avsluttede



Barneidrettens verdigrunnlag

14%

Dette kurset gir deg en innføring i "Idrettens barnerettigheter" og "Bestemmelser om barneidrett". Du får et innblikk i hvorfor disse ...



Lisenskurs teoridel Norges Motorsportforbund 2018-2020

20%

Dette er teoridelen som gir deg grunnleggende kunnskaper for å drive motorsport i en eller flere grener innen Norges motorsportforbund ...

For lisens og trialkjøring, trykk på og gjennomføre «Lisenskurs teoridel NMF». Dette er obligatorisk for å kunne få en ordinær lisens.

Det anbefales også å gjennomføre «Barneidrettens verdigrunnlag». Her får du flotte veiledning ikke bare for å hjelpe barnet i dets idrettslivet, men utenom også. For eksempel for barn poengteres lek og allsidighet, og at alle idrettsaktivitene skal foregå på barnas premiser ... da blir det gøy. Mestring, fokus, samspill, osv ... det kommer av seg selv det.

PRAKTISK UTSJEKK

Når du har kjørt en stund og behersker de grunnleggende ferdighetene vil en greninstruktør (for tiden er dette Elise eller Graeme) foreta en praktisk utsjekk som er nødvendig for å få ordinær lisens.

Den praktiske utsjekk gå ut på både holdninger og teknikk, for eksempel:

1. om du ikke er farlig for deg selv
2. om du ikke er farlig for andre
3. om du kan grunnleggende kjøreteknikk

I tillegg kommer krav til noe kunnskap om selve sporten Trial og dens særegenskaper.

3 Fortsette å kjøre trial

Når det kribler etter å komme i gang på alvor....

LISENS

For å kjøre videre må du ha en ordinær lisens, dvs: en Treningslisens eller Konkurranselisens.

For å få lisensen må du ha følgende på plass:

- Bestått online lisenskurs
- Bestått praktisk utsjekk
- Helseattest fra lege (For barn under 12 er det nok med egenerklæring)

Dette sendes inn til NMF for godkjenning, og når dette er godkjent kan du kjøpe lisens i mita.nmfsport.no.

Det er ulike lisenser avhengig av alder og om du skal kjøre konkurranser. Lisens koster 400 kr pr år for barn, 1560 kr for ungdom og fra 1560 kr for voksne. For voksne kan en velge mellom en rimelig treningslisens eller en dyrere konkurranselisens. Det er nødvendig med konkurranselisens om du skal kjøre løp, f.eks. Hordalandscup og Norgescup. Vær oppmerksom på at du får en bedre forsikring om du velger en dyrere lisens.

SYKKEL OG UTSTYR

Det er nå på tide å kjøpe en egen sykkel samt klær og sikkerhetsutstyr.

Sykkel kan du finne på nettsiden til sykkelimportørene, på facebookgruppen Trial4sale eller på Finn.no. Hør gjerne med noen i klubben eller naboklubbene om noe er til salgs.

Ny sykkel koster minst 50.000, men du får en bra brukt sykkel til 15-25.000. En sykkel til under 15.000 må du regne med å skru mer på. Barnesykler er en del billigere.



TRENING

Nå har du rett til å kjøre mer selvstendig, men du blir aldri utlært.

Noen ganger har vi organiserte treninger for førere på ulike nivåer, men andre ganger er det fritt opplegg der førere (og foreldre) kjører og øver på ulike teknikker på egenhånd.

Ta tak i noen erfarne medlemmer eller sikkerhetsleder dersom du trenger hjelp med noe eller vil ha tips til noen nye utfordringer.

Alle foreldre må fortsatt jobbe aktivt med barna på treningen og kanskje må bistå på trening av andres barn. Og husk at alle førere under 16 år fortsatt må ha med foresatte på hver trening.