



Kulturdepartementet

Veileder

# FriFot – skolens idrettsplass

Planlegging, bygging og drift





**F**rilek  
**R**espekt  
**I**nkludert  
**F**olkehelse  
**O**verskudd  
**T**ilfreds



# Innhold

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| Forord .....                               | 5  |
| 1 Innledning .....                         | 7  |
| 2 Overordnede mål .....                    | 13 |
| 3 Planlegging og planleggingsprosess ..... | 14 |
| 4 Gjennomføring .....                      | 23 |
| 5 Søknadsprosedyrer .....                  | 27 |









# Forord



Skolen er alle barns daglige oppholdssted og en viktig møteplass i de fleste lokalsamfunn.

FriFot-konseptet tar utgangspunkt i at skolens uteområde kan bli et innbydende område til lek og egenorganisert aktivitet både i skole- og fritid.

I det det regjeringsoppnevnte «Strategiutvalget for idrett», vedrørende fremtidens utbygging av idrettsanlegg, er en av hovedkonklusjonene at fremtidens idrettsanlegg i større grad bør bygges i tilknytning til skoler. Norges friidrettsforbund og Norges Fotballforbund (NFIF og NFF) sitt FriFot-konsept er et resultat av dette, men også et resultat av de føringene som ligger i deler av begge forbundene sine handlingsplaner for fremtidens anleggsutbygging.

Stortinget har bedt regjeringen innføre en ordning som sikrer elever på 1. – 10. trinn minst én time fysisk aktivitet hver dag innenfor dagens timetall, og at det finansieres som et folkehelseiltak.

Regjeringen utvikler nå en ny handlingsplan for fysisk aktivitet, slik Stortinget har bedt om, jf. vedtak nr. 1001 (2016–2017), 19. juni 2017. Regjeringen vil komme tilbake til tiltak som kan bidra til økt fysisk aktivitet i befolkningen, og mål og strategier i handlingsplanen vil inngå som en del av den kommende stortingsmeldingen om folkehelsepolitikken. Både barnehage og skole er blant de arenaer som skal omtales i handlingsplanen.

Gode erfaringer gjennom fysisk aktivitet og mestring i ung alder, gir større sannsynlighet for livslang glede av fysisk aktivitet. Er barn og unge fysisk aktive frem mot myndighetsalder, så viser også undersøkelser at 80 % fortsetter å være fysisk aktiv resten av livet.

FriFot konseptet vil kunne imøtekomme også dette behovet. Vi tror FriFot vil være et ledd i målet om å styrke folkehelsen og øke den fysiske aktiviteten blant barn og unge.

Veilederen er skrevet av FriFot-gruppa som består av Kalle Glomsaker, Ole Petter Sandvig og Johnni Håndstad fra NFIF, og Jon Asgaut Flesjå og Ove Halvorsen, NFF. Vi tror at denne veilederen kan bli et godt verktøy i planleggingen av fremtidens utearealer ved skolene.

NFF og NFIF, sammen med skoler, kommuner og statlige myndigheter, vil på denne måten være med å bidra til en mer aktiv skolehverdag for barn og unge her i landet.

Lars Audun Granly  
*Ekspedisjonssjef*  
*Kulturdepartementet*

Ketil Tømmernes  
*President*  
*NFIF*

Terje Svendsen  
*President*  
*NFF*





# 1 INNLEDNING

## 1.1. Hovedmål for den statlige idrettspolitikken

Siste idrettsmelding, Meld. St. 26 (2011–2012) *Den norske idrettsmodellen*, viderefører tidligere nedfelt visjon for statlig idrettspolitik: Idrett og fysisk aktivitet for alle.

Kulturdepartementet har ansvaret for statlige virkemidler som har som mål å bidra til å legge til rette for idrett og fysisk aktivitet i form av trening eller mosjon på fritiden. På denne bakgrunn utledes følgende overordnede mål for den statlige støtten til idrettsformål:

- Alle skal ha mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet i form av trening og mosjon.
- Den frivillige, medlemsbaserte idretten skal sikres gode rammevilkår for å gi grunnlag for et omfattende og inkluderende aktivitetstilbud. Det legges særlig vekt på å utvikle attraktive tilbud til barn og ungdom.
- Samfunnet skal være godt tilrettelagt for egenorganisert fysisk aktivitet.
- Toppidretten skal styrkes ut fra dens rolle som identitetsskaper og dens bidrag til en positiv prestasjonskultur i det norske samfunn. Toppidrettsutøvere skal derfor gis treningsmuligheter som bidrar til prestasjoner på internasjonalt toppnivå innenfor etisk forsvarlige rammer.

Det presiseres i meldingen at anlegg og tilrettelagte områder er viktige forutsetninger for utøvelse av idrett og fysisk aktivitet, og at statens viktigste virkemiddel fortsatt skal være tilskudd til investeringer i bygging og rehabilitering av idrettsanlegg.



Finnøy – Foto: Erlend Halsne

«Anlegg og tilrettelagte områder er viktige forutsetninger for utøvelse av idrett og fysisk aktivitet»

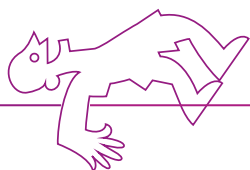
## 1.2. Spillemiddelordningen

Tilskudd av spillemidler inngår som en del av finansieringen av praktisk talt alle idrettsanlegg som bygges i Norge. Kulturdepartementets vilkår for tilskudd finner man i *Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet (V-0732)*, også kalt *bestemmelsene*, som utgis av departementet hvert år. Disse bestemmelsene for tilskuddsordningen og krav til utforming av anlegg, blir dermed i stor grad førende for hvordan anlegget skal planlegges og bygges.

Publikasjonen finnes elektronisk på nettstedet [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no). Kommuner, fylkeskommuner og idretten får den tilsendt også i papirutgave. *Bestemmelsene* inneholder de generelle reglene for søknad om tilskudd og maksimale tilskuddsbeløp. For anleggstyper eller størrelser som ikke finnes i *bestemmelsene*, kan det tas kontakt med departementet for å undersøke mulighetene for tilskudd.

I forbindelse med søknad om spillemidler er følgende punkter viktige:

1. Anlegget må være innarbeidet i en vedtatt kommunal plan som omfatter idrett og fysisk aktivitet.
2. Anlegget skal registreres i anleggsregisteret. Dette blir normalt gjort av kommunen.
3. Eierskap til anlegget, og dermed hvem som skal stå som søker av tilskudd, må avklares. For nærmere informasjon om krav til søker av tilskudd, se *bestemmelsene*.
4. Planene for anlegget må være idrettsfunksjonelt forhåndsgodkjent **før** byggestart og godkjenningen skal følge tilskuddssøknaden.
5. Eier av anlegget må ha eiendomsrett eller feste- /leierett til grunnen der anlegget skal ligge. Rett til bruk av grunn skal dokumenteres.
6. Det må utarbeides et kostnadsoverslag som skal vedlegges søknad om tilskudd.
7. Det må utarbeides en finansieringsplan som viser hvordan planlagte kostnader skal finansieres. Alle poster i finansieringsplanen, med unntak av søknadsbeløpet, skal dokumenteres.
8. Det må utarbeides en plan for drift av anlegget med driftsbudsjett.



Nyttige sider:

[www.anleggsregisteret.no](http://www.anleggsregisteret.no)

[www.godeidrettsanlegg.no/temaside/hvordan-søke-om-spillemidler-til-idrettsanlegg](http://www.godeidrettsanlegg.no/temaside/hvordan-søke-om-spillemidler-til-idrettsanlegg)





### 1.3. Spesielt om idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning

Det er et vilkår for å kunne søke om tilskudd fra spillemidlene at planene for anlegget har fått idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning. Anlegget må tilfredsstille de krav som stilles til mål og utforming av arealer for de idretter som det er aktuelt å utøve i anlegget. Godkjenningen kreves fordi man vil sikre behovsriktige og gode idrettsfunksjonelle anlegg. Dette gjelder både nybygg, rehabilitering og ombygging.

Idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning av planer for idrettsanlegg gjøres av kommunen. Godkjenning skal være dokumentert med brev og tegninger, med godkjenningsstempel, som viser hva som skal bygges. Dersom byggearbeidene er igangsatt før godkjenning foreligger mister man muligheten til å kunne søke om tilskudd fra spillemiddelordningen. Idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning har gyldighet i to år fra godkjenningsdato. Dersom byggearbeidene ikke er igangsatt innen to år er godkjenningen ikke lenger gyldig. Man kan søke om forlengelse innen fristens utløp. Dersom planene endres må man søke om godkjenning for dette. Hvis ikke anlegget samsvarer med godkjente planer når det er ferdigstilt kan man også miste muligheten til å få tilskudd fra spillemidlene.

Det kan være hensiktsmessig med en foreløpig gjennomgang av planene på et tidlig stadium, slik at unødvendig detaljprosjektering unngås. Idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning er IKKE det samme som byggetillatelse gitt etter plan- og bygningsloven og må ikke forveksles med godkjenning av byggesak. Men kommunen kan velge å se disse godkjenningene i sammenheng.

For nærmere detaljer om idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning vises det til veilederen *Idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning*. Veileder for kommunale saksbehandlere V-0985 utgitt av Kulturdepartementet.







#### 1.4. Søknad om spillemidler

Søknad om spillemidler sendes inn elektronisk på skjema som finnes på [www.anleggsregisteret.no](http://www.anleggsregisteret.no). På samme nettsted finnes veiledning for utfylling. Søknaden blir automatisk oversendt til kommunen. Frist for innsending av søknad varierer. Fristen blir fastsatt av den enkelte kommune og blir normalt kunngjort i god tid på forhånd.

Søknaden skal vedlegges dokumentasjon som viser at krav i punktene 4–8 i pkt. 2.2 er oppfylt. For øvrig vises det til *bestemmelsene* for tilskuddsordningen.



---

#### Nyttig side:

[www.anleggsregisteret.no/anlegg-for-idrett-og-fysisk-aktivitet/hva-slags-dokumentasjon-ma-forberedes/](http://www.anleggsregisteret.no/anlegg-for-idrett-og-fysisk-aktivitet/hva-slags-dokumentasjon-ma-forberedes/)









## 2 OVERORDNEDE MÅL

### 2.1. Kulturdepartementet

Kulturdepartementet har det overordnede ansvaret for forvaltningen av overskuddet fra Norsk Tipping AS til idrettsformål. Flere forvaltningsoppgaver knyttet til spillemidler til anlegg for idrett og fysisk aktivitet er bemyndiget kommuner og fylkeskommuner, samt Norges idrettsforbund og olympiske og paraolympiske komité, og deres særforbund.

Den statlige idrettspolitikken skal bidra til at folket har et bredt spekter av lokalt forankrede aktivitetstilbud, både i regi av den frivillige medlemsbaserte idretten og gjennom muligheten for egenorganisert aktivitet. Det er viktig med gode idrettsanlegg som gir flest mulig anledning til å drive idrett og fysisk aktivitet, og som speiler aktivitetsprofilen i befolkningen.

### 2.2. Norges friidrettsforbund (NFIF) og Norges fotballforbund (NFF)

Gode anlegg som stimulerer til fysisk aktivitet, er en grunnforutsetning for å drive friidrett og fotball.

I NFIFs strategiske handlingsplan er det en målsetting at alle kommuner skal ha anlegg for friidrett slik at det kan drives god aktivitet. Anleggene skal gjøre oss i stand til å gjennomføre treninger og konkurranser lokalt. NFIF skal være en aktiv aktør med kompetanse i anleggssaker, og bidra til at anlegg planlegges, finansieres, bygges, driftes og vedlikeholdes. Blant de viktigste innsatsområder er ønsket om å etablere en møteplass der NFIF og NFF kan utvikle og realisere skolegårdsanlegg og stadionanlegg for fotball og friidrett.

Norsk friidrett skal jobbe for gode betingelser for trening og konkurranser både sommer og vinter, og være aktive i å utvikle idrettsanlegg i Norge. Det skal utvikles nye konsepter for anleggsutvikling, og samarbeides med andre idretter. God kunnskap om anleggsutvikling, lokal kjennskap og tett samspill med beslutningstakere er viktig i arbeidet med anlegg.

I NFFs handlingsplan er det et hovedmål å utvide anleggskapasiteten slik at den er tilpasset aktivitetsønsker, og fortsatt satse på bygging av kunstgressbaner av ulik størrelse. NFF ønsker å realisere flere såkalte nærmiljøanlegg og øke utbyggingstakten av anlegg i storbyer og pressområder.

Konkret ønsker NFF å arbeide for at grusbaner og eldre gressbaner, samt nye arealer får kunstgress. Videre vil NFF arbeide for å nå målsettingen om å bygge 100 balløkker årlig. Nærmiljøanleggene bør bygges i tilknytning til skoler og nærområder der barn og unge oppholder seg på dag og kveldstid.



## 3 PLANLEGGING OG PLANLEGGINGSPROSESS



Områder ved skoler er det flere steder ledig areal for utbygging av et FriFot anlegg i en eller annen størrelse.

### 3.1. VALG AV ANLEGGSTYPE

FriFot-anlegget ønskes primært bygd som et ordinært anlegg for skolebruk og for egenorganisert/organisert trening og konkurranser på ettermiddag/kveldstid. Anlegget bygges med fast dekke for friidrett og kunstgress for fotball, noe som gir lang levetid og normalt mindre vedlikehold over tid.

### 3.2. PLANLEGGINGSPROSESSEN

#### LOKALISERING

FriFot-anlegget legges til aktuelle arealer i tilknytning til barne-, ungdoms- og videregående skoler.

Områder ved skoler er det flere steder ledig areal for utbygging av et FriFot anlegg i en eller annen størrelse. Dette kan være arealer som tidligere har vært en asfaltert ballflate eller en ballflate i gress eller grus. På andre skoler kan det være nødvendig å etablere anlegg på nye områder. Uansett må et slikt anlegg plasseres slik at det kan brukes både på dagtid av skoler og være åpent for andre på ettermiddag og kveld. Det må tas med i betraktningen når det bygges anlegg, at en skal ha sikker og god adkomst og god parkering både for biler og sykler. Andre aktivitets- / idrettsanlegg kan gjerne ligge inntil. Ved planlegging av nye skoler er det viktig å sikre arealer for utbygging av anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Dette skal sikres gjennom skolens utomhusplan.

#### STØRRELSE PÅ ANLEGGET

Størrelsen på anlegget må bestemmes ut fra tilgjengelig areal og behov. Formen tilpasses arealet i hvert enkelt tilfelle og anlegget tilpasses ut fra det. Dersom spilleflaten for eksempel kan bli 30x50m, så er dette en 7-er kunstgressbane. Det kan da legges en rundløpsbane for friidrett rundt (200m), med hoppøvelser i den ene halvsirkelen og annen aktivitet i den andre. (For eksempel basket, volleyball, tennis, badminton osv.). Det er denne typen anlegg som i denne veilederen defineres som et FriFot anlegg.

#### ALTERNATIVE STØRRELSER

Er det ikke plass til et FriFot-anlegg slik det beskrives i denne veilederen så kan området tilpasses med kunstgressbane/ ball-løkke, sprintbaner, lengde/ tresteg og aktivitetsanlegg for egenorganisert aktivitet. Disse anleggsenheter kan gis tilskudd innenfor eksisterende ordning for spillemidler for ordinære anlegg og nærmiljøanlegg.

Her vil gjerne NFF og NFIF gi tips og råd om utforming.





## BANEOPPBYGGING OG GRUNNFORHOLD

Det er viktig å benytte fagfolk som har god kompetanse og erfaring med å undersøke grunnforhold og sørge for fagmessig og forsvarlig oppbygging av de ulike lagene når det kommer til banedekkene i anlegget. Et anlegg som bygges under god veiledning av fagfolk og som vedlikeholdes jevnlig, vil få en lang levetid.

Grunnforholdene og behov for drenering er en avgjørende faktor for banens oppbygging på det planlagte stedet. Arealer med ugunstige grunnforhold kan medføre store kostnader for bygging og vedlikehold av anlegget. Grunnforholdene på stedet må kartlegges før en velger å benytte området, og før prosjekteringen av anlegget tar til.

I tillegg til fare for setninger og telehiv, er grunnens naturlige dreneringsevne en viktig faktor. Grunn bestående av materialer med naturlig gode dreneringsegenskaper (sand, grus) vil i de fleste tilfellene gjøre ytterligere dreneringstiltak overflødige. Det anbefales å benytte områder med selvdrenerende grunn der hvor det er mulig.

Setninger og telehiv skaper store problemer for denne type anlegg. Kravet til aktivitetsarealet er at det skal være plant. Det må derfor være godt drenert, eventuelt isolert og ikke ha ujevne flater. En må bygge denne type anlegg på en slik måte at man unngår setninger. Ved dårlige grunnforhold må dette vurderes spesielt. Setningsforskjeller vil gi ujevnheter noe som vil være problematisk.

Særlig blir problemene merkbare ved overgang fra berg (hard) til bløt grunn, eller ved overgang mellom eksisterende opparbeidede arealer og tilliggende fyllinger.



Den eksisterende vegetasjonen i et område er grunnleggende for miljøet rundt anlegget. Vegetasjon kan fungere som naturlig levegg og skygge for oppholdsareal, og er med å skape en stemningsfull kulisse for aktivitetene. Dette kan gi positive effekter for bruken av anlegget, men samtidig må en passe på at vegetasjonen er av slik beskaffenhet at den ikke skaper ekstra vedlikehold for anlegget.

Anlegget bør ikke legges over kabler eller ledninger som ligger i grunnen. Det blir kostbart og medfører ulemper for brukere av anlegget dersom det skulle bli nødvendig med reparasjonsarbeid. Kabler og ledninger kan legges i trekkør.

Det er en fordel med tilgang til strøm (strømuttak for etablering av lyd og lys) og det bør unngås å etablere strømledninger i luftstrekk. Mulighet for vannuttak i umiddelbar nærhet kan også være en fordel (spyling og vedlikehold).

Når et kunstgresssystem skal legges så er det viktig som nevnt foran at området det legges på er telefritt og har god drenering. En eksisterende grus-/gressbane eller en asfaltert bane er ofte et godt utgangspunkt. Her er det som regel gjort et grunnarbeid en kan bygge videre på. Vanligvis, i slike tilfeller, tar man av toppdekket med gress, grus eller asfalt og avretter arealet med fall til sidene. I tillegg må dreneringen sjekkes og eventuelt må det opparbeides ny drenering rundt anlegget. På denne traubunn bygges det opp med fiberduk, bærelag og avrettingslag før idrettsdekket. Er det telefarlige masser under traubunn kan det være aktuelt å isolere, eventuelt skifte masser og legge et forsterkningslag. Oppbygging er den samme for friidrettsdekke som for kunstgress. Forskjellen er når en kommer til toppdekket.

Friidrettsdekke krever to-lag med drenert asfalt før dekket, mens kunstgress legges på et avrettet område med knust stein i str ca 0–8 mm med minst mulig finstoff (maks 3-5% 0-stoff). Før dekkene legges må ferdig avrettet overflate være jevn. Kravet til overflatejevnhet for kunstgress er maks 10 mm på 3 m rettholt. Kravet til overflatejevnhet på asfaltdekket til friidrettsanlegg er maksimum 6 mm avvik på 4 m rettholt.

Kunstgresset avsluttes mot friidrettsdekket der dette ligger. På andre sider så bør det avsluttes mot en fast kant, enten en ringmur eller en kantstein. Asfalt kan også være aktuelt. Ikke som en del av aktivitetsområdet, men for eksempel som lagringsplass for fotballmål eller annet som ikke er i bruk.

## **RUNDT ANLEGGET BØR DET SETTES OPP GJERDE.**

For detaljer se *Kunstgressboka* (V-0975).

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/veileder-kunstgressboka-v-0975-b/id2425810/>

## **EIERFORHOLD**

I de tilfeller hvor det benyttes privat grunn som ligger opp mot kommunal grunn (utvidelse av arealer) må det etableres en leie- eller kjøpsavtale med grunneieren. Når staten er grunneier, søkes det om tillatelse fra fylkesmannens miljøvernavdeling.



## **VIND, SOL OG SKYGGEFORHOLD**

I forbindelse med utarbeidelse av utomhusplanen må det tas hensyn til vind, sol og skyggeforhold. Det er en fordel at det er sol på området hvor anlegget ligger, da dette gir gode følelser for alle brukere av anlegget. På vindutsatte steder kan skjermingstiltak gi brukbare resultater (for eksempel ved en skjerm eller leplanting, eventuelt i kombinasjon med en jordvoll rundt deler av anlegget). Men, her må også hensynet til vedlikeholdet tas med i betraktning.

## **FRIFOT SOM NÆRMILJØANLEGG**

Anlegget har to hovedelementer, friidrett og fotball. Det vil da være visse begrensninger for størrelsen på de forskjellige arealer og elementer for å kunne kalle det et nærmiljøanlegg. For friidrettens del vil det være naturlig å tilpasse anlegget for løp, hopp og kast – med en eller flere flater på inntil 2400m<sup>2</sup> (maksimal størrelse for et nærmiljøanlegg). For fotballens aktiviteter vil flaten være det samme – inntil 2400m<sup>2</sup>, men kan også inneholde for eksempel ballvegg m.m. Lysanlegg vil inngå som en naturlig del av anlegget. I tillegg til anleggsselementer for friidrett og fotball, kan det med fordel etableres elementer for annen type idrett og aktiviteter – både for sommerbruk og vinterbruk. Dette må avklares i planleggingsfasen ut fra disponible arealer som en har til rådighet.

## **FRIFOT SOM ORDINÆRT ANLEGG**

Primært bygges anlegget som et ordinært anlegg, forutsatt at arealene er store nok i skolegården. Da kan anlegget benyttes på ettermiddag og kveldstid for den organiserte idretten. Her bør en se på hva kravene for hver enkelt idrett sier, slik at anlegget kan benyttes til for eksempel mindre friidrettsstevner med 60m, 200m rundløpsbane, lengde/tresteg/høyde/stav og kule/liten ball/spesialspyd/spesialdiskos for bruk på kunstgress. For fotball vil det være naturlig å se på banestørrelser som gir mulighet for å spille 7-er fotball og/eller 5-er fotball, i seriesammenheng lokalt.

Med et godt samarbeid mellom den organiserte idretten og kommunen (skolen) vil det være en klar fordel å bygge ut «skolegården» som et mindre trenings- og konkurranseanlegg. Slik kan FriFot-anlegget utnyttes både som skoleanlegg og idrettsanlegg på henholdsvis dag- og ettermiddag/kveldstid.

## **LAGRINGSMULIGHETER OG UTSTYR**

Når et anlegg planlegges og prosjekteres må det tenkes på mer enn selve aktivitetsområdet. Areal for å plassere fotballmål som ikke er i bruk og lager for friidrettsutstyr og annet utstyr må tas med i planene. Fotballmål kan lagres utendørs, men det bør være et bygg tilsvarende en dobbelgarasje (40 m<sup>2</sup>) for annet idrettsutstyr og utstyr for vedlikehold. I tillegg bør det i tilknytning til anlegget være sosiale møteplasser med benker og bord.



## PLAN- OG BYGNINGSLOVEN

Plan- og bygningsloven har medvirkningsbestemmelser som kan legge til rette for planleggingsarbeidet, der enkeltpersoner og grupper gis anledning til å delta aktivt i planprosessen. Dette innebærer god kontakt mellom skole, idrettslag, idrettsråd, kommunen og særkretser.

I henhold til plan- og bygningsloven må det søkes om byggetillatelse når det bygges nye anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Dette gjelder også ombygging og rehabilitering (ikke normalt vedlikehold). Det er viktig at lokale bygningsmyndigheter kontaktes på et tidlig stadium i planleggingsprosessen, for å avklare om tiltaket er søknadspliktig etter plan- og bygningsloven. Se også *Kunstgressboka*, (V-0975), Kulturdepartementet 2015 <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/veileder-kunstgressboka-v-0975-b/id2425810/>

Anleggene er en del av folkehelseplanen i kommunen på lik linje med de kommunale planer for utbygging av anlegg for idrett og fysisk aktivitet.

For å sikre at aktuelt areal kan bebygges med anlegg for idrett og fysisk aktivitet så må en sjekke arealplanen for området. Enten arealdelen i kommuneplanen eller reguleringsplan for området.

Kontakt plan- og bygningsmyndighetene for å få informasjon om dette, samt om tiltaket som planlegges er søknadspliktig. Det kan være lurt å be om en forhåndskonferanse for å avklare disse tingene før man går videre med prosjektet.



**Tips:**  
Sjekk planstatus  
for området!







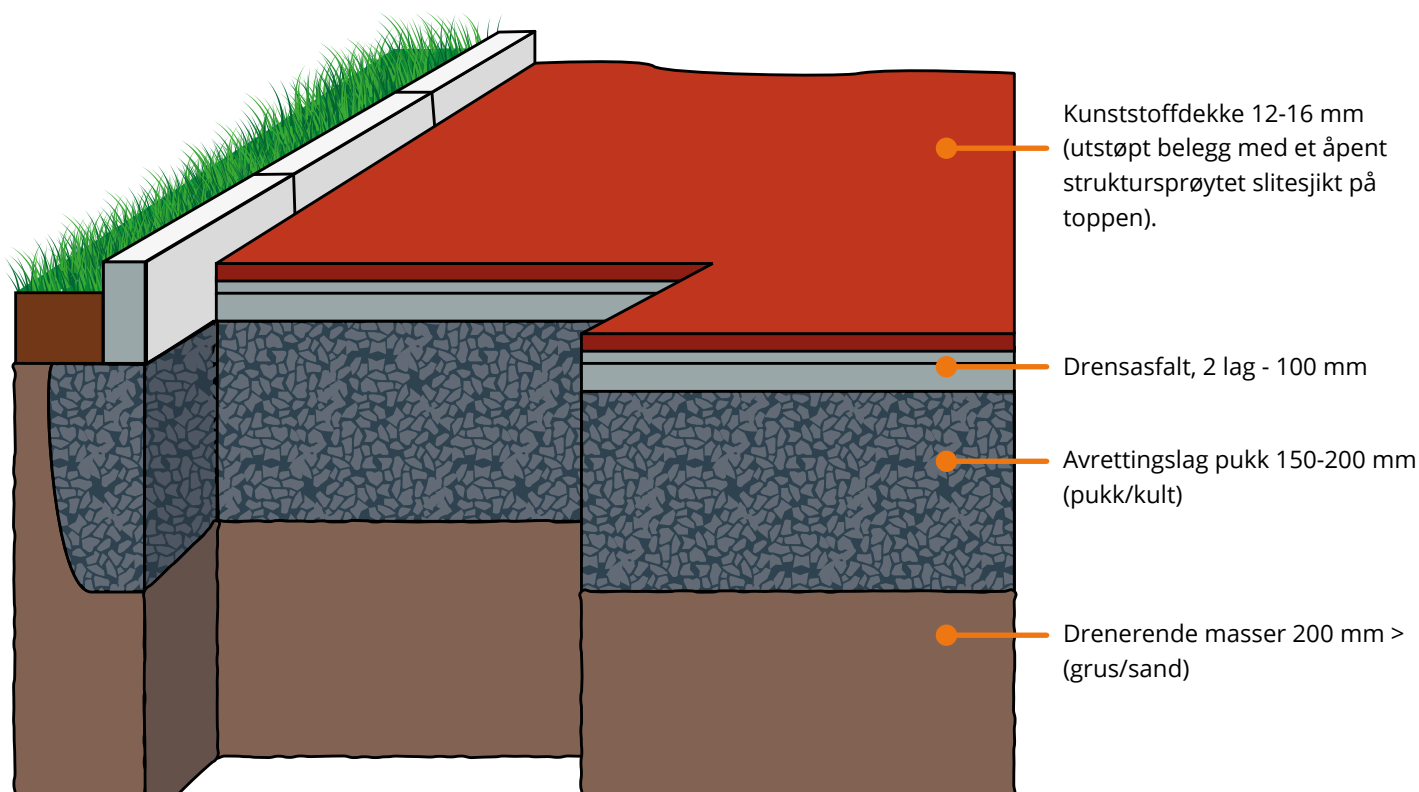
### 3.3. IDRETTSDEKKENE

#### FRIIDRETT

##### KUNSTSTOFFDEKKER

Fra midten av 1960-tallet kom en ny type dekke, bygd opp med det elastiske kunststoffet polyuretan (PUR) som bindemiddel. Dekket var 10-15 mm tykt og ble lagt på et asfaltunderlag. Det første kjente kunststoffdekket av denne typen var «Tartan» som lå på friidrettsbanen ved de Olympiske leker i Mexico City i 1968. Dekket var vanntett og ble glatt i regnvær.

I Norge har vi av klimatiske grunner gått inn for å legge dekker som slipper vannet gjennom. Dette er utstøpte belegninger med et åpent struktursprøytet slitesjikt på toppen. Totaltykkelsen er ca. 12-16 mm ferdig sprøytet. Dekket legges på drengasfalt slik at vannet slipper gjennom. Disse dekkene har en antatt levetid på 20-25 år dersom de vedlikeholdes tilstrekkelig. Dekket kan toppsprøytes og merkes på ny og oppnå ytterligere levetid. Avhengig av vedlikeholdet og hvor godt banen drenerer vann, kan slik *toppsprøyting* gjøres flere ganger.



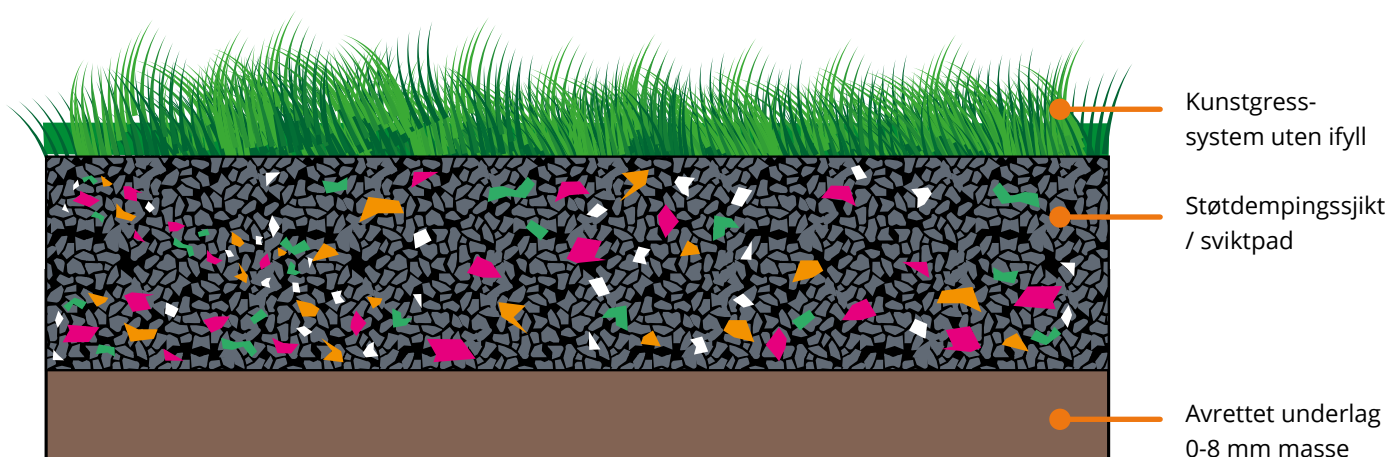




## FOTBALL

Kunstgress har utviklet seg mye siden den første kunstgressbanen ble anlagt i Norge i 1977. Den gang var det et kort kunstgress uten ifyll som ble lagt direkte på asfalt, noen steder med et støtdempingssjikt imellom. På slutten av 80-tallet kom sandfylt kunstgress som gjorde egenskapene noe bedre, men det ble ikke optimalt før gummifylt kunstgress ble lagt for første gang i 1999. Det er dette som er utviklet videre og som er dagens kunstgress. Dette skal være tilnærmet lik en god gressbane når det gjelder egenskaper og brukes på så å si alle kunstgressbaner beregnet for organisert aktivitet. Fyllmaterialet er for det meste oppmalte bildekk, kalt SBR. Denne type ifyll har vært gjenstand for stor oppmerksomhet i det siste. Undersøkelser viser imidlertid at dette ikke utgjør noen fare for helse og miljø så lenge det ligger der det skal ligge, nemlig på kunstgressbanen. Vi ser imidlertid at en del granulater forsvinner ut av området, spesielt ved snøbrøyting. Noe kan også forsvinne i drencsystemene eller bli med på klær og sko ut av anlegget. Her er det utviklet en del tiltak som skal hindre dette. Ta derfor kontakt med NFF for info når et anlegg planlegges.

Annen type fyllmateriale kan være produsert gummi (EPDM eller industrigummi), termoplast (TPE) eller organiske materialer av kork eller sukkerrør. Sistnevnte er under stadig utvikling og vi forventer at nye typer vil komme på markedet ganske snart. Det forskes blant annet på bruk av tre, i tillegg til nye typer av sukker rør og kork. Så langt er erfaringen at SBR har de beste egenskapene bruksmessig og er betydelig billigere enn andre alternativer.



I ballbinger og på balløkker brukes fortsatt sandfylt kunstgress på enkelte baner. Da i de fleste tilfeller lagt på et støtdempende underlag.

Kunstgress uten ifyll er også på markedet og er lagt på noen baner. Kunstgresset legges da på et støtdempende underlag for å oppnå tilstrekkelig mykhet. Utfordringen så langt er at dette kunstgresset slites fortere og får for liten vridningsmotstand/friksjon. Dette betyr at disse banene ofte blir glattere, spesielt for de lette spillerne. I tillegg er det lett og kan bølge seg dersom det ikke forankres godt. Noen steder har en fylt i sand for få nok tyngde. Denne type kunstgress er imidlertid stadig under utvikling og kan på sikt bli et fullverdig alternativ til anlegg som denne veilederen omhandler.

### 3.4. LYSANLEGG

For at denne type anlegg skal kunne brukes i mørke årstider, så er det et krav blant annet ifm spillemidler, at det bygges med lysanlegg. For krav til lysanlegg så legges *NS-EN 12193:2018 Lys og belysning – Idrettsbelysning* og veilederen (publikasjon 3) fra Lyskultur til grunn. For kunstgress- og friidrettsbaner er kravet min. 200 lux for kamper og stevner, mens for treningslys så er kravet min. 100 lux. Bygges det med 200 lux så er det hensiktsmessig å ha bryter for disse to nivåene. LED-lys er utviklet for uteanlegg og anbefales benyttet.





## 4 GJENNOMFØRING

### 4.1. GJENNOMFØRING AV BYGGEPROSJEKTET

NFIF og NFF bidrar gjerne med råd, veiledning og erfaringer i planlegging og gjennomføring av FriFot-prosjekter. Begge forbund innehar kompetanse som aktuelle utbyggere kan få ta del i. Dette for å kvalitetssikre anleggene.

NFIF og NFF kan henvise til litteratur om bygging av denne type anlegg.

Norges friidrettsforbund, Ullevaal stadion, Sognsveien 75, 0840 Oslo

Tlf. 21 02 90 00. [www.friidrett.no](http://www.friidrett.no)

Norges Fotballforbund, Ullevaal Stadion, Sognsveien 75J, 0840 Oslo,

Tlf. 21 02 93 00. [www.fotball.no](http://www.fotball.no)

### DRIFT OG VEDLIKEHOLD

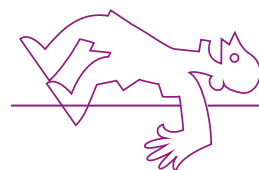
#### FRIIDRETT

Et friidrettsdekke krever pleie for at det skal leve lenge og se attraktivt ut over tid.

Vi kan dele dette vedlikeholdet i to kategorier; daglig vedlikehold og periodisk vedlikehold.

**Daglig vedlikehold:** Dette går ut på å holde dekket fritt for fremmedelemerter, spesielt organisk materiale som gress fra gressklipping, løv og annet plantemateriale. Tiltak som kan gjøres kan for eksempel være feiing (kun myk bust), spyling, blåsing eller støvsuging. Organisk materiale vil kunne brytes ned og bidra til vekst i dekket, for eksempel av mose, og på sikt tette dekket. Grus, stein og sand bør holdes borte fra banen. Dette arbeidet er ikke nødvendig å gjøre hver dag annet enn i løvfallsperioden, men ellers med passende mellomrom.

**Periodisk vedlikehold:** Dette består av dypvask med spesialmaskiner. Dette er en typisk tjeneste man leier inn og bør gjennomføres hvert eller annethvert år avhengig av lokalt forurensningsnivå. Blir et friidrettsdekke bra vedlikeholdt, vil det normalt gå 20-25 år før man må gjøre mere omfattende tiltak. Da kan det bli aktuelt å legge et tynt lag på toppen og dekket vil leve tilnærmet like lenge igjen.



Man må pleie dekket for at det skal se attraktivt ut og leve lenge!

## FOTBALL

Vedlikehold av kunstgressbaner er viktig av flere grunner:

- Gir lengre levetid på banedekket
- Opprettholder spillegenskapene lengst mulig
- Tilfredsstillende krav fra leverandør slik at garantier ved kjøp/installasjon opprettholdes i garantiperioden.

Det finnes forskjellige vedlikeholdsutstyr for kunstgressbaner med granulat. Det som er grunnleggende er børste, slådd og harv. Det som må gjøres er å slådde med børster eller slådd for få jevn fordeling av granulat. I tillegg må det harves for å løsgjøre granulat. Annet som er viktig er fjerning av søppel og organisk materiale (løv osv.) Banen bør dyprenses minimum hvert annet år for å fjerne finstoff og fremmedgjenstander.

For kunstgress uten ifyll så er det mindre vedlikehold, men banen må børstes/slåddes for å holde fiberen oppreist. I tillegg bør det fjernes søppel og renses som nevnt over.

For detaljert beskrivelse av blant annet hvordan en kunstgressbane skal driftes og vedlikeholdes se *Kunstgressboka* på [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no) eller [www.fotball.no](http://www.fotball.no)

Vi viser ellers til boka «Idrettsanlegg. Drift og vedlikehold» fra Byggenæringens forlag. ISBN 978-82-8021-096-8.

## 4.2. ØKONOMI

### GENERELT OM SPILLEMIDLER

Gjennom spillemiddelordningen er det mulig å få tilskudd til å oppføre ordinære idrettsanlegg og nærmiljøanlegg. Se *Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet (V-0732)* utgitt av Kulturdepartementet.

Kommunen eller fylkeskommunen bør kontaktes dersom det er spørsmål om denne ordningen.

- Kommuner, fylkeskommuner, idrettslag, andelslag eller andre sammenslutninger som ikke har kommersielt formål, kan søke om spillemidler til anlegg.
- Søknaden fremmes via kommunen innen den årlige fristen for søknad til anlegg fastsatt i den enkelte kommune.
- Planen for anlegget må bli idrettsfunksjonelt forhåndsgodkjent før det kan søkes om spillemidler. Kommunene har fått delegert myndighet til å kunne foreta en slik godkjenning til de fleste typer idrettsanlegg, med noen få unntak. Husk at det også i tillegg må søkes om byggetillatelse fra kommunen før det i det hele tatt startes byggearbeider i prosjektet.



- For ordinære anlegg er hovedregelen at det kan søkes på inntil 1/3 av godkjent kostnad, kapittel 2.6.1 «Tilskuddsbeløp» i *bestemmelsene* V-0732, med visse begrensninger for hver enkelt anleggstype spesifisert i kapittel 2.6.4 *Fastsatte tilskuddsrammer*, samt kapittel 2.6.2 *Særlige tilskuddssatser i enkelte kommuner*. Delanlegg friidrett regnes som et ordinært anlegg.

## **ANDRE TILSKUDDSDORDNINGER OG FINANSIERINGSMULIGHETER**

Kommunen kan gi opplysninger om eventuelle kommunale tilskudd.

Lokale bedrifter, velforeninger og foreldreutvalg ved skolene har i enkelte tilfeller midler å bidra med. Enkelte finansinstitusjoner har også egne gavefond og ordninger som det kan søkes om betydelige midler fra.

Noen idrettskretser har også egne anleggsfond hvor det kan søkes om midler til forprosjektering av anlegg, men dette gjelder ikke alle.

Etter at anlegget er ferdigbygd kan det også søkes om momsrefusjon fra Lotteri- og stiftelsestilsynet, men dette kan ikke tas med i den opprinnelige søknaden som en finansieringsmulighet da dette er midler som hvert år stilles til disposisjon over statsbudsjettet, og dermed vil kunne være usikkerhet rundt.

## **DUGNAD – EGENKAPITAL OG GAVER**

Ved et godt samarbeid mellom skole, idretten og utøvende entreprenør kan det utføres dugnadsarbeid på et idrettsanlegg. Det er et sterkt ønske at det er kommunen som står som utbygger og eier. Da gjerne i samarbeid med idretten, som på sin side kan stå for dugnadsarbeidet som en del av idrettens medvirkning og finansiering. Dette vil være en vinn-vinn situasjon for begge parter.

Idretten vil her kunne inngå avtaler med utøvende entreprenør, og trekke ut enkelte arbeider som kan gjøres på dugnad. Idretten kan også benytte egenkapital ved bygging av anlegg, som en del av finansieringen av anlegget.

## **GRUNNERVERV OG LEIE AV GRUNN**

Søker må ha rett til bruk av grunnen hvor anlegget ligger/skal ligge. Ved søknad om spillemidler skal denne retten dokumenteres. Retten til grunn skal ha hjemmel i *ett* av følgende forhold og aktuelt dokument skal vedlegges søknaden:

- tinglyst eiendomsrett, som skal dokumenteres ved bekreftet utskrift av grunnboken
- tinglyst feste-/leierett av minimum 30 års varighet, som skal dokumenteres med bekreftet kopi av feste-/leieavtalen og bekreftet utskrift av grunnboken. Gjelder for bruk av privat grunn.
- avtale av minimum 30 års varighet med kommunen/fylkeskommunen/staten om bruk av grunnen, når det gjelder anlegg på kommunal, fylkeskommunal eller statlig grunn. En slik avtale trenger ikke å tinglyses.

Dette gjelder ordinære anlegg. For nærmiljøanlegg gjelder de samme regler, men her er avtalenes varighet satt til minimum 20 år.





# 5 SØKNADSPROSEDYRER

## 5.1. SØKNADSPROSEDYRER

Det er kun eieren av anlegget som kan søke om tilskudd fra spillemidlene. Søker må også være registrert i enhetsregisteret. I helt spesielle tilfeller kan departementet, etter forutgående skriftlig søknad, gi dispensasjon fra dette kravet.

### KRAV SOM MÅ VÆRE OPPFYLT VED SØKNAD OM SPILLEMIDLER

- Søker må opprette kontakt med kommunen anlegget skal ligge i.
- Før det kan søkes om tilskudd til anlegg, må kommunen registrere anlegget i [anleggsregisteret.no](http://anleggsregisteret.no).
- Anlegget det søkes midler til må være del av en vedtatt kommunal plan som omfatter idrett og fysisk aktivitet.
- Planene for anlegget det søkes om tilskudd til, må på forhånd være idrettsfunksjonelt forhåndsgodkjent av departementet eller den det bemyndiger (kommunen hvor anlegget skal ligge). Idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning må foreligge før byggearbeidene igangsettes. Se pkt. 2.5.1 og 2.5.2 for nærmere informasjon.
- For søknader om tilskudd til bygging og rehabilitering av ordinære anlegg for idrett og fysisk aktivitet, gjelder *bestemmelsene* i kap. 2, samt kap. 2-4.. Tilsvarende gjelder for nærmiljøanlegg der ikke annet er bestemt, se nærmere kap. 3..
- For søknader fra sammenslutninger hvis vedtekter skal søkes forhåndsgodkjent av departementet, er det et vilkår for godkjenning av søknaden om tilskudd at vedtektene er forhåndsgodkjent.

### SLIK SØKER MAN

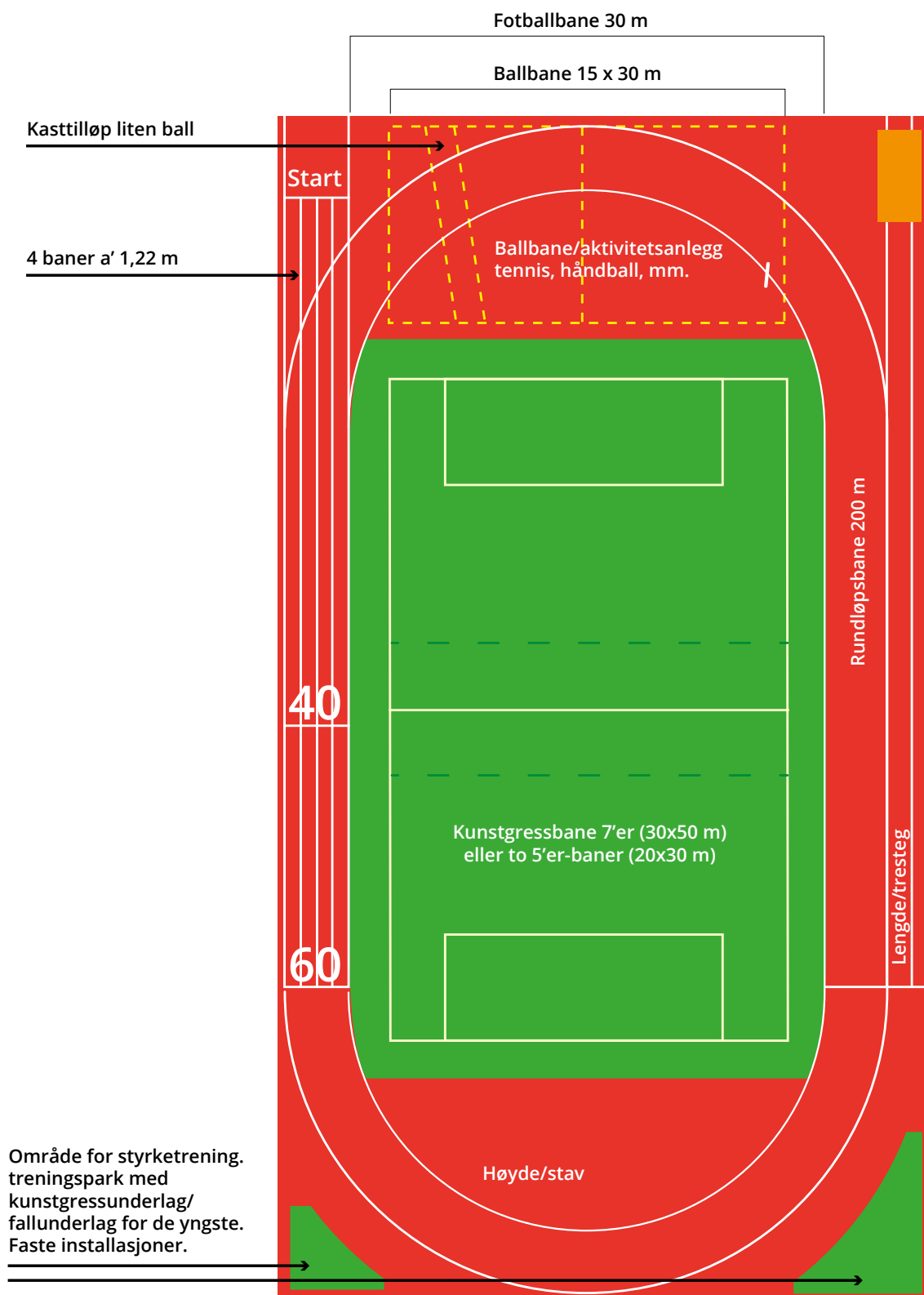
Søknadsskjema finnes på [www.anleggsregisteret.no](http://www.anleggsregisteret.no).

Når søknaden er fullstendig utfylt inkludert aktuelle vedlegg, sendes søknaden til den kommunen som anlegget ligger i. Søknadsskjemaet sendes inn elektronisk og blir levert automatisk til rett kommune. Enkelte søknader om godkjenning og alle søknader om dispensasjon skal sendes til departementet. Se *bestemmelsene* kap. 2 og 3.

### SØKNADSFRISTER

Søknadsfrister inn til kommunen settes normalt til rundt 15.september-1.oktober. Dette kan variere, og derfor bør en kontakte kommunen hvor anlegget skal ligge. Alle dispensasjonssøknader sendes til departementet innen 15.november hvert år. Gjelder spesielt om dispensasjon fra kravet om tinglyst feste-/leieavtale, godkjenning om større interkommunale idrettsanlegg og godkjenning av vedtekter. Idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning må være gitt og datert **senest 15.januar i søknadsåret**. Kommunene gjør sine prioriteringer og vedtak, videresender søknadene til fylkeskommunene **innen 15.januar hvert år**.

## 5.2. FRIFOTMODELLEN



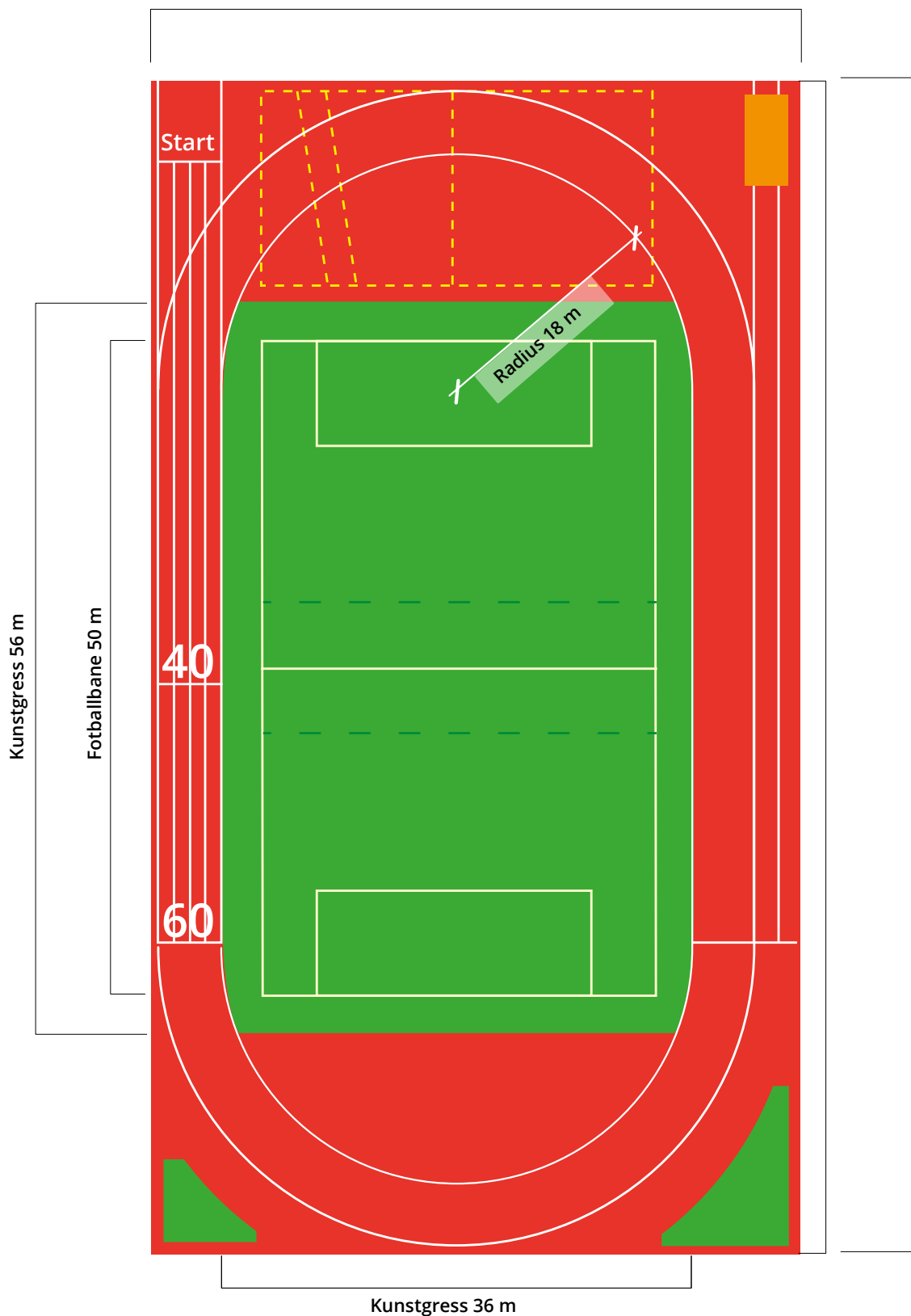




Eksempeltegning  
FRIFOT nr 02

or  
)

ca 50 m



**Kalkyle 7-er bane, aktivitets- og friidrettsanl (200m løpebane) ihht tegning FRIFOT nr 02**

Kalkylen tar utgangspunkt i bygging på eksisterende areal; gress eller grusbane eller ferdig avrettet flate

Brutto areal beregnet til 4.500m<sup>2</sup>, fordelt på kunstgress 2.020m<sup>2</sup> (45%) og fast dekke 2.480m<sup>2</sup> (55%)

| Post     | Aktivitet                                                                                           | Mengde               | Enhpris    | Sum                 |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------|---------------------|
|          | Rigg og drift, nedrigging                                                                           | 1 r.s                | 100 000 kr | 100 000 kr          |
| <b>1</b> | <b>GRUNNARBEIDER</b>                                                                                |                      |            |                     |
| 1.1      | Graving, masseflytting og fjerning av eksisterende overbygning inklusiv planering av traubunn. t=30 | 4 500 m <sup>2</sup> | 35 kr      | 157 500 kr          |
| <b>2</b> | <b>BANEOPPBYGGING</b>                                                                               |                      |            |                     |
| 2.1      | Telesikring, grunnforhold og frostdata vurderes                                                     | 4 500 m <sup>2</sup> | 115 kr     | 517 500 kr          |
| 2.2      | Fiberduk, vurderes ut fra stedlige forhold                                                          | 4 500 m <sup>2</sup> | 13 kr      | 58 500 kr           |
|          | Avretting- og drenslag under isolasjon t=5-10                                                       | 4 500 m <sup>2</sup> | 32 kr      | 144 000 kr          |
| 2.3      | Forsterkningslag av kult, stedlige forhold avgjør t=25                                              | 4 500 m <sup>2</sup> | 0 kr       | 0 kr                |
| 2.4      | Bærelag av pukk 4 - 63 mm, drenerende t=20                                                          | 4 500 m <sup>2</sup> | 85 kr      | 382 500 kr          |
| 2.5      | Avrettingslag med fraksjon 0 - 8 m, t=5                                                             | 4 500 m <sup>2</sup> | 35 kr      | 157 500 kr          |
| 2.6      | To lag drensasfalt under fast dekke                                                                 | 2 480 m <sup>2</sup> | 200 kr     | 496 000 kr          |
|          | Skjæring av asfaltkant mot kunstgress                                                               | 184 m                | 80 kr      | 14 720 kr           |
| 2.7      | Gjerde utenfor anlegget                                                                             | 280 m                | 470 kr     | 131 600 kr          |
|          | Porter og sluser                                                                                    | 1 rs                 | 30 000 kr  | 30 000 kr           |
| 2.8      | Ballfangernet; 5 x 30 m utenfor hver kortside av KG                                                 | 60 m                 | 2 200 kr   | 132 000 kr          |
| <b>3</b> | <b>LEDNINGSARBEIDER</b>                                                                             |                      |            |                     |
| 3.1      | Drenering inklusiv grøfter, eks. anlegg sjekkes                                                     | 280 m                | 380 kr     | 106 400 kr          |
| 3.2      | Sandfangkummer og overvannskummer                                                                   | 4 stk                | 14 000 kr  | 56 000 kr           |
| <b>4</b> | <b>UNDERVARME</b>                                                                                   |                      |            |                     |
|          | Egen beregning                                                                                      |                      |            |                     |
| <b>5</b> | <b>IDRETTSUTSTYR</b>                                                                                |                      |            |                     |
| 5.1      | Fotballmål; to 7-er og fire 5-ere inkl nett/hjul                                                    | r.s                  |            | 40 000 kr           |
| <b>6</b> | <b>KUNSTGRESSDEKKE</b>                                                                              |                      |            |                     |
| 6.1      | Kunstgressdekke 50 mm uten pad m/gummifylling                                                       | 2 020 m <sup>2</sup> | 210 kr     | 424 200 kr          |
|          | Fast dekke friidrett / aktivitetsanlegg                                                             | 2 480 m <sup>2</sup> | 230 kr     | 294 400 kr          |
|          | Felt testog vedlikeholdsutstyr                                                                      | r.s                  |            | 80 000 kr           |
|          | LYSANLEGG                                                                                           |                      |            |                     |
|          | LED lysanlegg 4 master                                                                              | rs                   | 340 000 kr | 340 000 kr          |
|          | Fundamenter                                                                                         | 4 stk                | 25 000 kr  | 100 000             |
|          | Kabelgrøfter                                                                                        | 240 m                | 270 kr     | 64 800 kr           |
|          | SUM Entrepreniskostnader eks mva                                                                    |                      |            | 3 827 620 kr        |
| <b>7</b> | <b>ADMINISTRATIVE KOSTNADER</b>                                                                     |                      |            |                     |
| 7.1      | Planlegging, byggeledelse mm                                                                        |                      |            | 150 000 kr          |
| 7.2      | Merverdiavgift, 25 %                                                                                | 25 %                 |            | 994 405 kr          |
| 7.3      | Uspesifisert avrundingsbeløp                                                                        |                      |            | 27 975 kr           |
|          | <b>SUM ANLEGGSKOSTNADER INKL. MVA.</b>                                                              |                      |            | <b>5 000 000 kr</b> |

Estimatet er basert på erfaringspriser fra bygde anlegg 2017 og tilbakemelding fra konsulenter. Dersom det er en god oppbygging fra før så er det mulig at telesikring, drenslag under isolasjon og bærelag kan utgå. Da vil kostnadene kunne reduseres med opp mot 1.3 mill kr inkl mva.

NFF v/Ove Halvorsen September 2016. Rev 11.12.17 Ove Halvorsen. Rev 13.04.18 Ove Halvorsen



### 5.3. EKSEMPEL PÅ FRIFOT-ANLEGG I TILKNYTNING TIL SKOLER

#### FINNØY SENTRALSKOLE, FINNØY KOMMUNE, ROGALAND

Anlegget ligger i tilknytning til skolen og midt i skolegården. Anlegget inneholder et delanlegg for friidrett med en 2 x 230 m rundløpsbane og 4 x 60 m sprintstripe med friidrettsdekke og med muligheter for kulestøt, høydehopp og lengde/tresteg. I tillegg er det på indre bane en 7'erbane fotball med kunstgress og ballfangernett på begge kortsider. Hele idrettsanlegget er gjerdet inn. Anlegget er bygd av kommunen og benyttes av skolen i skoletiden og den frivillige medlemsbaserte idretten på kveldstid.

I tilknytning til skolen er det også opparbeidet et frilufts- og lekeområde med forskjellige innretninger som benyttes av SFO og ellers av skolen. Det er også en ballbinge, et nyrenovert svømmebasseng og en flerbrukshall i tilknytning til skolen, som benyttes av skolen på dagtid og idretten på kveldstid.



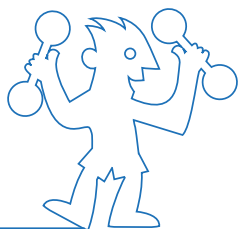
## ANLEGGET PÅ FINNØY





## Finnøy – kostnader og finansiering

| Poster arbeid           | Finansiering friidrett 2011 | Regnskap friidrett 2014 | Poster arbeid                       | Finansiering fotball 2011 | Regnskap fotball 2014 |
|-------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------------------------------------|---------------------------|-----------------------|
| Grunnarbeid felles 28 % | 431 250                     | 357 811                 | Grunnarbeid felles 58 %             | 893 750                   | 741 180               |
| Tilslutningsarbeid      | 62 500                      | 50 375                  | Tilslutningsarbeid                  | 50 000                    | 188 750               |
| Hoppegrop/kulestøt      | 75 000                      | 169 380                 | Ballfangnett                        | 87 500                    | 134 144               |
| Fast friidrettsdekke    | 356 250                     | 350 496                 | Kunstgress fotball                  | 806 250                   | 854 905               |
| 2.lag drengsfelt        | 312 500                     | 436 439                 | 2.lag drengsfelt 160 m <sup>2</sup> | 37 500                    | 48 832                |
| Uforutsett              | 62 500                      | 0                       | Uforutsett                          | 100 000                   | 63 706                |
| Rigg og drift           | 81 250                      | 37 450                  | Rigg og drift                       | 125 000                   | 77 575                |
| Adm.kostnad             | 68 750                      | 38 024                  | Adm.kostnad                         | 85 000                    | 78 764                |
| <b>Sum kostnad</b>      | <b>1 450 000</b>            | <b>1 439 975</b>        | <b>Sum kostnad</b>                  | <b>2 328 750</b>          | <b>2 187 856</b>      |
| <b>Finansiering</b>     |                             |                         | <b>Finansiering</b>                 |                           |                       |
| Spillemidler            |                             | 483 000                 | Spillemidler                        |                           | 783 000               |
| Kommunal andel          |                             | 956 975                 | Kommunal andel                      |                           | 1 404 856             |
| <b>Sum</b>              |                             | <b>1 439 975</b>        | <b>Sum</b>                          |                           | <b>2 187 856</b>      |



## «ØKER TRIVSELEN OG GIR ET BETRE LÆRINGSMILJØ»

Rektor Bente Tjelta, ved Finnøy Sentralskole i Rogaland, har sett at både den fysiske aktiviteten og leken i skolehverdagen har tatt seg betydelig opp etter at skolens uteområde fikk en markant oppgradering.

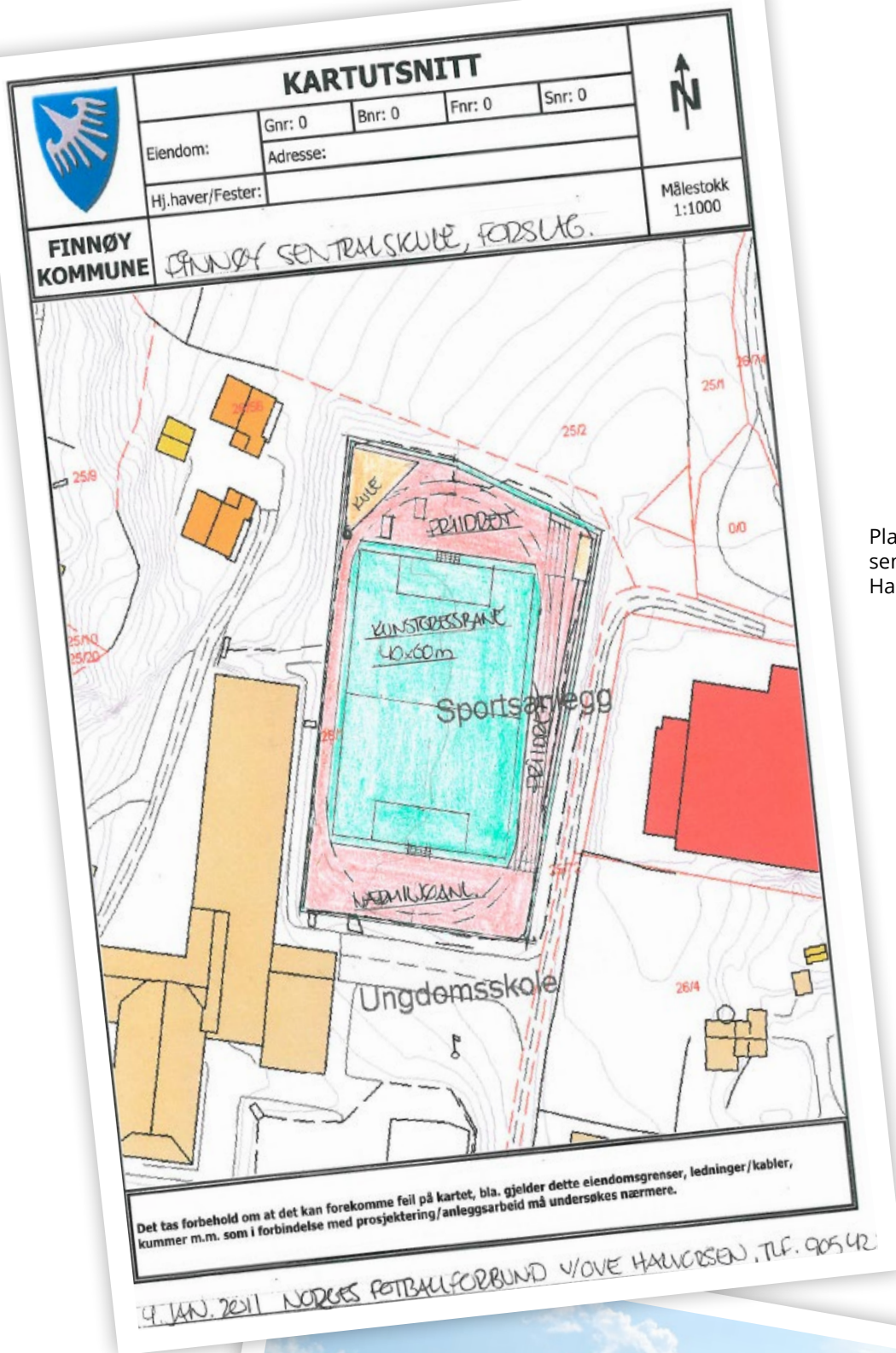
Blant annet ble den gamle grusbanen bygget om etter en modell av det såkalte FriFot-anlegget. Den «utendørs gymsalen» består av en 60 x 40 meter stor aktivitetsflate i kunstgress med en 230 meters løpebane rundt, i tillegg til både et sprintfelt, lengdegrop, høydehoppmuligheter og kulesektor. I sektorene bak målene er det planlagt å montere opp diverse lekeapparater og andre installasjoner som inviterer til aktivitet og lek i friminuttene.

Jeg skulle så gjerne sett at også disse var på plass så snart som mulig for å gjøre uteområdet vårt enda mer attraktivt for alle elevene våre, sier Tjelta. Rektoren mener at både trivselen og selve læringsmiljøet ved skolen har blitt betydelig bedre de siste åra som en konsekvens av at elevene er i mer aktivitet i skolehverdagen.

I storfrikvarteret, fire dager i uken, bruker vi også anlegget til å organisere og legge til rette for mange typer ulike trivsesleker for elevene våre. Og i de andre friminuttene står elevene nærmest i kø for å bruke den grønne aktivitetsflaten. Men utfordringen er at alle de som vil spille fotball fortrenger andre.

Så her må vi som lærere gjerne ta grep for å styre dette noe mer. Likevel, så er det nå en gang slik at et stort flertall av elevene ønsker å spille fotball, slår Tjelta fast. Hun forteller også at de nå har fått mulighet til å gjeninnføre den tradisjonelle «idrettsdagen» på skolen, og at de har gode fasiliteter til å fylle opp den obligatoriske timen med en time fysisk aktivitet i skolehverdagen som er innført i læreplanen på deler av mellomtrinnet.





Planskisser av FriFot ved Finnøy sentralskule. Utarbeidet av Ove Halvorsen, NFF.







Gøy med friidrett i Fredrikstad / Foto: Norges friidrettsforbund

Utgitt av:  
Kulturdepartementet

Offentlige institusjoner kan bestille flere  
eksemplarer fra:  
Departementenes sikkerhets- og serviceorganisasjon  
Internett: [www.publikasjoner.dep.no](http://www.publikasjoner.dep.no)  
E-post: [publikasjonsbestilling@dss.dep.no](mailto:publikasjonsbestilling@dss.dep.no)  
Telefon: 222 40 000

Publikasjonskode: V-1009  
Design og ombrekking: Melkeveien Designkontor  
Trykk: Departementenes sikkerhets- og serviceorganisasjon  
3/2019 – opplag 120