

Innholdsliste

Samandrag	5
1.0 Innleiing	6
1.1 Føremål.....	6
2.0 Rammer og overordna føringar for planen	7
3.0 Evaluering og oppsummering av førre plan	7
4.0 Visjon og mål	8
4.1 Hovudmål	9
4.2 Delmål.....	9
5.0 Utvikling og utfordringar	9
5.1 Fysisk aktivitet og helse	11
5.2 Fysisk aktivitet og idrett	13
5.2.1 Deltaking i idrett.....	13
5.2.2 Idrettstilbodet i Kvam.....	15
5.2.3 Utfordringar for idretten i Kvam	17
5.3 Fysisk aktivitet og eigenorganisert aktivitet.....	17
5.3.1 Ungdom – sjølvorganisert aktivitet – nye trendar	18
5.3.2 Aktiv etter evne	19
5.3.3 Kommersielle treningstilbod.....	19
5.3.4 Utfordringar for eigenorganisert aktivitet	20
5.4 Fysisk aktivitet og friluftsliv	20
5.4.1 Deltaking i friluftslivsaktivitetar.....	21
5.4.2 Samfunnsendingar og utfordringar for friluftslivet	21
5.4.3 Friluftsliv og reiseliv.....	22
5.5 Friluftsområde i Kvam	23
5.5.1 Fjorden og nærmiljøa	23
5.5.2 Kulturlandskapet.....	23
5.5.3 Støls- og utmarksområde.....	24
5.5.4 Fjellet.....	24
5.6 Kartlegging og verdsetting av friluftsområde i Kvam	25
6.0 Å vera frivillig	25
6.1 Frivillig arbeid innan idrett og friluftsliv	26
6.2 Frivillig innsats i Kvam	27
6.2.1 Utfordringar i høve frivillig innsats	27
7.0 Anlegg for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv	28
7.1 Ansvar, forvaltning, drift og vedlikehald av idrettsanlegg i Kvam.....	29

7.1.1	<i>Tilskot til drift og vedlikehald av lokale anlegg</i>	29
8.0	Anleggsstatus og aktuelle prosjekt	31
8.1	Ordinære idrettsanlegg	31
8.1.1	<i>Alpint og telemark</i>	31
8.1.2	<i>Bowling</i>	32
8.1.3	<i>Båtsport</i>	32
8.1.4	<i>Fleiridrett</i>	32
8.1.5	<i>Fotball</i>	32
8.1.6	<i>Friidrett</i>	33
8.1.7	<i>Golf</i>	34
8.1.8	<i>Gymnastikk og turn</i>	34
8.1.9	<i>Handball og basketball</i>	34
8.1.10	<i>Hestesport</i>	34
8.1.11	<i>Hundesport</i>	34
8.1.12	<i>Idrettsbygg</i>	35
8.1.13	<i>Kampsportidrettar</i>	35
8.1.14	<i>Klatring</i>	35
8.1.15	<i>Langrenn, skiskyting og hopp</i>	36
8.1.16	<i>Motorsport</i>	36
8.1.17	<i>Orientering</i>	36
8.1.18	<i>Racketidrettar</i>	37
8.1.19	<i>Skyting</i>	37
8.1.20	<i>Sykling</i>	38
8.1.21	<i>Skøyter</i>	38
8.1.22	<i>Symjing</i>	38
8.1.22	<i>Treningscenter</i>	38
8.1.23	<i>Volleyball og sandvolleyball</i>	39
8.2	Anlegg for friluftsliv	39
8.2.1	<i>Turvegar/turstiar og turmål</i>	39
8.2.2	<i>Sanitæranlegg</i>	40
8.2.3	<i>Badeplassar</i>	41
8.2.4	<i>Turisthytter</i>	41
8.3	Nærmiljøanlegg	42
8.3.1	<i>Ballbingar og ballplassar</i>	42
8.3.2	<i>Andre nærmiljøanlegg</i>	42
9.0	Spelemiddelordninga	43
9.1	Ordinære anlegg.....	44

9.2	Nærmiljøanlegg	44
10.0	Definisjoner og begrepsavklaringar	45
11.0	Referanseliste	48
12.0	Vedlegg.....	49



Foto: Thor-Arvid Pedersen

Samandrag

Fysisk aktivitet er ei kjelde til helse og livskvalitet, nødvendig for normal vekst og utvikling hos barn og unge og viktig for å oppretthalda god funksjonsevne gjennom heile livet.

«Alle» har erfaringar og meiningar om fysisk aktivitet. Om det er frå gymtimen på skulen, blåbærturen med «besto», toppturen med gode vener, i skiløypa eller som tilskodar på fotballkamp. Erfaringane og meininga er mange. Fysisk aktivitet gjeld alle, og det handlar ofte om fritida vår. Endringar i samfunnet har betydning for våre val knytt til fritidsaktivitetar. I planen har me prøvd å få fram ulike sider av det å vera i fysisk aktivitet. Samfunnet ønskjer at alle skal få høve til å vera i fysisk aktivitet, og kommunen ønskjer å bidra i arbeidet med å leggja til rette for at flest mogleg kan vera mest mogleg fysisk aktive.

Kapittel 1 skildrar føremål med planen og korleis planarbeidet er organisert og gjennomført.

Kapittel 2 handlar om rammer og overordna føringar for planarbeidet.

Kapittel 3 er ein gjennomgang av førre planperiode.

Kapittel 4 inneheld visjon, mål og delmål for planen.

Kapittel 5 tek føre seg utvikling, trendar og utfordringar knytt til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, både for samfunnet generelt og i Kvam spesielt. Kort oppsummert er det mange barn, unge, vaksne og eldre som er medlem eller på ein eller annan måte deltek i idrett, friluftsliv eller eigen organisert fysisk aktivitet i Kvam. Mange er medlem i fleire organisasjonar, mens andre ikkje har noko medlemskap, men dei er aktive på eiga hand. Det er viktig for samfunnet at innbyggjarane held seg friske lengst mogleg. Dagleg fysisk aktivitet er eit viktig verkøy i den samanheng. Idrett, friluftsliv og nærmiljøanlegga kan i så måte nærmast sjåast på som gode helseførebyggjande tiltak. Å ta vare på engasjementet, leggja til rette for variert aktivitet der folk bur er ein tydeleg trend i denne planen.

Kapittel 6 rettar ei takk til alle frivillige. Utan stor frivillig innsats vil me ikkje klara å oppretthalda det gode idrett- og friluftslivstilbodet me har i Kvam i dag.

Kap 7 og 8 omhandlar anlegg. Det vera seg ordinære idrettsanlegg, nærmiljøanlegg og friluftslivsanlegg. I Kvam er det mange aktivitetsanlegg som skal takast vare på og i tillegg er det planar om nye. Me har prøvd å oppsummera kva anlegg som finst, og kva det er planar om i framtida. Framtidsplanane er kome til på bakgrunn av innspel til planarbeidet.

Sidan førre kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv har det skjedd stor utvikling på feltet i Kvam. Større anlegg som til dømes Vangdalsåsen, anlegget på Sjusete og på Tangerås samt Hardangerbadet er klare til bruk eller så vidt kome i gang med byggeprosessen. I perioden me går inn i vil kanskje drift og vedlikehald av anlegg, samt etablering av mindre nærmiljøanlegg ha eit større fokus.

1.0 Innleiing

Fysisk aktivitet er ei kjelde til helse og livskvalitet, nødvendig for normal vekst og utvikling hos barn og unge og viktig for å oppretthalda god funksjonsevne gjennom heile livet.

Kommunedelplanen er det politisk styrande dokumentet for prioriteringar innanfor dette samfunnsområdet. Planen byggjer opp under dei overordna mål og strategiar som går fram av kommuneplanen sin samfunnsdel 2015 – 2030.

Planen er tematisk og gjev langsiktige føringar. Planen inneheld overordna hovudtema som høyrer heime i ulike einingar i kommunen, og omtaler viktige kommunale innsatsområde for å møte framtidig utvikling og behov i kommunen.

Kulturdepartementet sine kriterium til kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv har vore rettleiande i utarbeidinga av planen. Det er eit statleg vilkår for tildeling av spelemidler at kommunen har ein godkjent kommunal plan på fagområdet.

Organisering og gjennomføring av planarbeidet

Styringsgruppe:	Formannskapet
Prosjektansvarleg:	Rådmannen Arild McClellan Steine/Anita Hesthamar frå 1.1.2018
Prosjektleiar:	Folkehelsekoordinator Reidun Braut Kjosås

Prosjektgruppe:

- Folkehelsekoordinator Reidun Braut Kjosås
- Sjef for samfunn og utvikling Jon Nedkvitne
- Teknisk eining ved Stein Rykkje
- Jeger- og fiskarlaget ved Hallgeir Botnen
- Kvam turlag ved Kjell Inge Tyssen
- Kvam idrettsråd ved Einar Opsanger
- RMNFE ved Ernst Olsen
- Kvam heradsstyre ved Herleif Tveit

Prosjektgruppa har hatt 7 møte.

For å sikra brei medverknad har det vore invitert til innspelsmøte; eit i Strandebarm og eit i Øystese hausten 2016. Begge møta var på kveldstid og om lag 20 personar deltok på kvart av møta.

I tillegg var det utforma eit elektronisk spørreskjema (sjå vedlegg) som innbyggjarane kunne nytta for å koma med sine innspel til planarbeidet. Det kom 27 innspel via denne kanalen (sjå vedlegg 2 for alle innspel til planarbeidet)

1.1 Føremål

Kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv skal vurdere behov og fastsetja mål, strategiar og tiltak for planperioden. Planen skal setja i verk sentral og regional politikk for idrett, friluftsliv og folkehelse, og den skal vera rettleiande for kommunen i samarbeidet med frivillige

organisasjonar og andre aktørar. Eit hovudføre mål er å leggja grunnlag for søknader om spelemidlar til idrett- og friluftsanlegg.

Idrettslag og andre frivillige organisasjonar er viktige samarbeidspartnarar når det gjeld gjennomføring av tiltak. Gjennom prioriteringane i planen ønskjer kommunen å skapa grunnlag for auka fysisk aktivitet, og stimulera til betre helse og trivsel hos innbyggjarane i kommunen.

2.0 Rammer og overordna føringar for planen

Rammene for kommunedelplanen kjem frå ulike nivå. På nasjonalt nivå gjeld statlege lover, forskrifter, samt føringar frå rundskriv, nasjonalpolitiske retningslinjer og stortingsmeldingar mv. Det er også utarbeidd ein rettleiar for kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet (1).

Statlege føringar for dette planarbeidet skal synleggjera dei overordna rammene innan idrettspolitik, folkehelse, arealavsetting og tilrettelegging for fysisk aktivitet i kommunal sektor.

Ansvar for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv er delt på fleire departement:

- Kulturdepartementet – idrett
- Klima- og miljødepartementet – friluftsliv
- Helse- og omsorgsdepartementet – helsefremjande og førebyggjande arbeid
- Kunnskapsdepartementet – aktivitet i skulen

Grunngjevinga for ein statleg medverknad og støtteordningar til idrettsføre mål er knytt til eigen- og nytteverdien av idrett og fysisk aktivitet, der nytteverdien særskild er knytt til førebyggjande helsearbeid.

Regionale planverk og styringsdokument set og føringar for dette planarbeidet. I tillegg har kommunen sjølv egne mål og strategiar som er forankra i ulike planverk.

I vedlegg 3 er det laga ei oversikt med ein kortfatta gjennomgang av hovudinnhaldet i:

- Sentrale lovverk i høve fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv
- Statlege føringar (stortingsmeldingar, NOUar mv)
- Regionale planar og styringsdokument
- Kommunale planar og styringsdokument

3.0 Evaluering og oppsummering av førre plan

Hovudmålet med Kommunedelplanen for anlegg og område for idrett og friluftsliv i Kvam 2006 – 2009 var: *«Å leggja til rette for ei anleggsutvikling for idrett og friluftsliv som gjev alle innbyggjarane i Kvam eit variert og godt fysisk aktivitetstilbod med sikte på å styrkja helse, trivsel og fellesskap»*

Planen frå 2006 hadde fokus på idrett- og friluftslivsanlegg, og i mindre grad fysisk aktivitet i brei forståing.

Om lag 50% av anlegga som var med i planen, er realisert i perioden (16 av 30). Det er i tillegg bygd 11 fleire anlegg i førre planperiode enn det som var teke med i planen (sjå vedlegg 4).

Hovudtrekk frå førre planperiode:

- Banekapasiteten til fotball har auka . Det er bygd ei rekke nye kunstgrasbanar i kommunen; Strandebarm, Tørvikbygd, Øystese, barneskulen i Øystese og i Ålvik. I tillegg har det kome ballbingar i Tørvikbygd, og Norheimsund fotball si store bane er rehabilitert.
- Strandebarm idrettspark er ferdigstilt i perioden. Idrettsparken har gjeve eit løft for idretten i Strandebarmsområdet, men og eit løft for friidretten i heile Kvam. Symjeanlegget vert mykje brukt av innbyggjarar i heile kommunen.
- Ski-aktivitetar har og hatt eit løft i perioden. Løypenettet på Sjusete er oppgradert, det er kome ny skiskyttarstadion og 1,3 km rulleskiløype. I Strandebarm er Grønningsløypa opna. Denne løypa er knytt saman med Åseløypa.
- Sidan førre planperiode er fleire skytebaneanlegg sanert og vert nå flytta til Vangdalsåsen, der eit nytt og stort skyteanlegg er under opparbeiding.
- I høve friluftsliv er det merka og gradert ein rekke turveggar i kommunen. Merkeprosjektet varer framleis.
- Kvam vart i 2013/2014 medlem av BOF. Dette har gjeve eit løft til fleire friluftsområde langs fjorden.
- Det er kome 3-turlagshytter i denne perioden (Vending, Kiellandbu og Breidablik)



Foto: Strandebarm Sportell

Sjå vedlegg 4 for detaljert oversikt over kva anlegg som er gjennomført frå førre planperiode.

4.0 Visjon og mål

Kvam herad sin visjon:

«Skapa ei oppsiktsvekkjande framtid – create a remarkable future»

Kvam herad sin kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv skal bidra til å oppfylle Kvam herad sin visjon. Planen skal syna at me føl med i tida, er kreative og viser innovasjonsvilje. Visjonen byggjer på samspel, engasjement, vilje til å få til noko, og å vera rause og tolerante med kvarandre.

«Alle» har erfaringar og meiningar om fysisk aktivitet i ei eller anna form. Om det er frå gymtimen på skulen, blåbærturen med besto, toppturen med gode vener, i skiløypa eller som tilskodar på fotballkamp. Erfaringane og meiningane er mange. Fysisk aktivitet gjeld alle, og det handlar ofte om fritida vår. Endringar i samfunnet har betydning for våre val knytt til fritidsaktivitetar. I planen har me prøvd å få fram ulike sider av det å vera i fysisk aktivitet. Samfunnet ønskjer at alle skal få høve til å

vera i fysisk aktivitet, og kommunen ønskjer å bidra i arbeidet med å leggja til rette for at flest mogleg kan vera mest mogleg fysisk aktive.

4.1 Hovudmål

«I Kvam skal me ha lokalmiljø som inviterer til og legg til rette for dagleg fysisk aktivitet for alle»

«Lokalmiljø» viser til at me vil leggja til rette for at innbyggjarane skal kunne delta og vera i fysisk aktivitet der dei bur og oppheld seg. «Dagleg fysisk aktivitet» kan vera mykje, frå organisert konkurranseaktivitet til hagearbeid og nærturar i bustadområde. Gjennom anlegg og fritidstilbod ønskjer Kvam å leggja til rette for at alle som oppheld seg i kommunen, skal få høve til å vera fysisk aktive på sin måte. «For alle» er ei synleggjering av at også menneske med nedsett funksjonsevne skal sikras gode høve for fysisk aktivitet. Universell utforming er derfor eit viktig element i all utvikling av idrett og friluftslivsanlegg.

4.2 Delmål

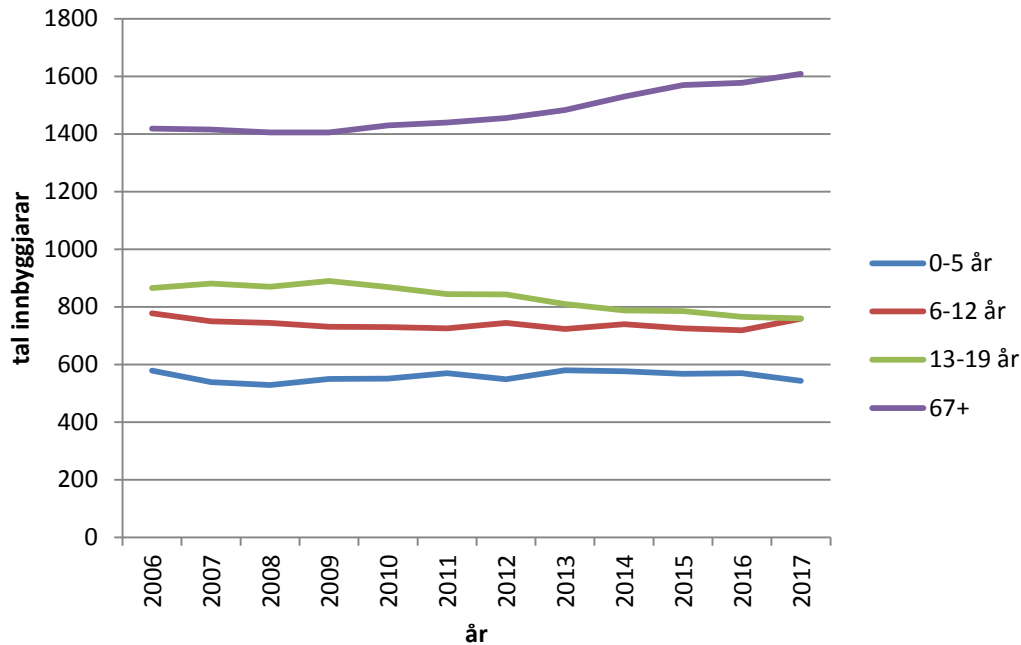
Det er utforma fire delmål for planen, eitt delmål for kvart hovudtema. I handlingsprogrammet (del 1) er det sett opp ytterlegare mål og tiltak som fell inn under desse delmåla.



5.0 Utvikling og utfordringar

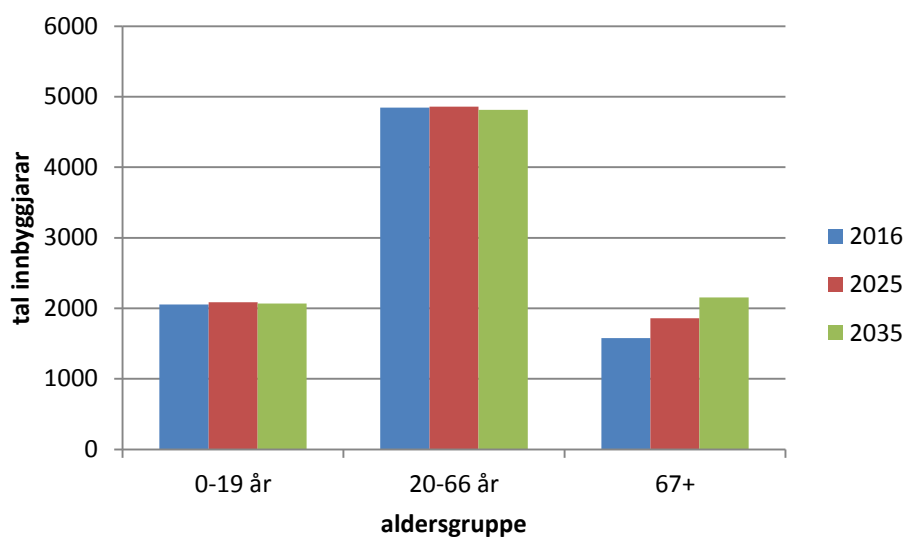
Sidan førre kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv (2006 – 2009) har det vore ein svak befolkningsvekst i Kvam (1,4 % i perioden 2006 – 2017). Veksten har vore størst i aldersgruppa 67+, medan det har vore ein tydeleg nedgang i tenåringer (figur 1).

Framnes Kristne vidaregåande skule har om lag 200 elevar i aldersgruppa 16-19 år som bur på internat og følgjeleg ikkje er bustadregistrert i Kvam. Desse ungdommane kjem i tillegg til det statistikken syner for denne aldersgruppa.



Figur 1 viser tal innbyggjarar i aldersgruppene 0-5 år, 6-12 år, 13-19 år og eldre enn 67 år i Kvam i perioden 2006 – 2017(2)

I 2006 var det 8 306 kvemmingar . Per 1.1.2018 er det 8 455 innbyggjarar i Kvam. Folketalsutviklinga basert på folketalet pr 1.1.2016 og prognosar frå SSB (hovudalternativet) viser at det vil vera ca 9 000 innbyggjarar i Kvam innan 2035. Framskrivinga viser at andelen barn og unge vert omtrent som nå, medan det mest sannsynleg vert ei ytterlegare auke i tal eldre (67+).



Figur 2 viser befolkningsframskriving i Kvam for aldersgruppene 0-19 år, 20-66 år, 67+ i åra frå 2016 fram til 2025 og 2035 (2).

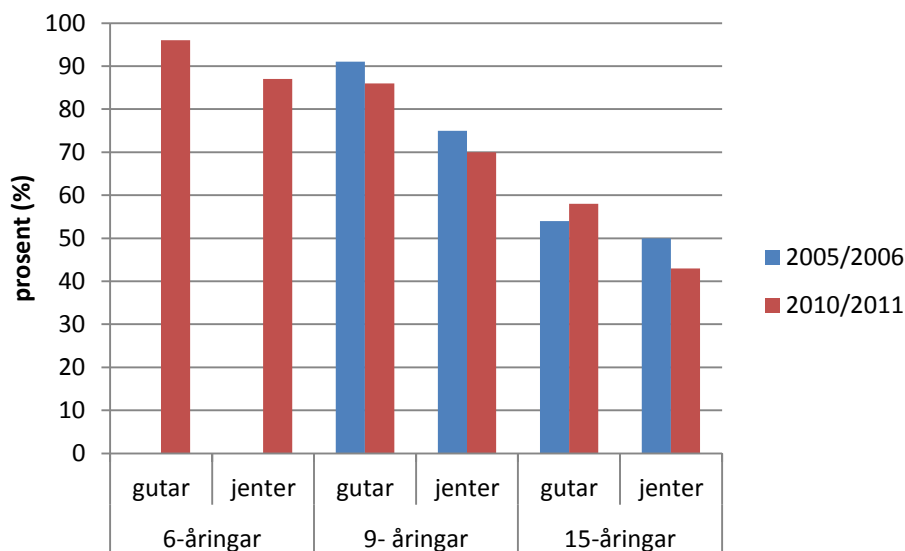
Kvam er ein stor fritidskommune. Det er om lag 2 500 hytter i kommunen, og majoriteten av desse ligg på Kvamskogen. Friluftsområda i Kvam vert følgjeleg regelmessig nytta av fleire enn kva folketalet tyder på.

5.1 Fysisk aktivitet og helse

Fysisk aktivitet er ei kjelde til glede og meistring, er viktig for normal vekst og utvikling, gjev auka overskot, verkar positivt på humøret og oppmuntrar til sosialt samvær. Dagleg fysisk aktivitet er derfor viktig for alle; barn, ungdom, vaksne og eldre. Personar som er fysisk aktive lever i gjennomsnitt lenger enn personar som er lite fysisk aktive. Ein fysisk aktiv befolkning er robust, lite sjuke og kan arbeida lengre (3).

Fysisk aktivitet er ein av dei vanlegaste fritidsaktivitetane i befolkninga. Fleire og fleire trenar ofte, og stadig færre trenar aldri. Til tross for ein trend med auka trening i befolkninga, har det totale omfanget av fysisk aktivitet gått ned. Samfunnet er i dag organisert på ein måte som i stor grad verkar mot ein fysisk aktiv livsstil. Årsakene er mellom anna omfattande bruk av privatbilar som dagleg transportmiddel, eit stillesittande arbeidsliv, og ei rekkje teknologiske nyvinningar som alle bidreg til ein meir stillesittande kvardag.

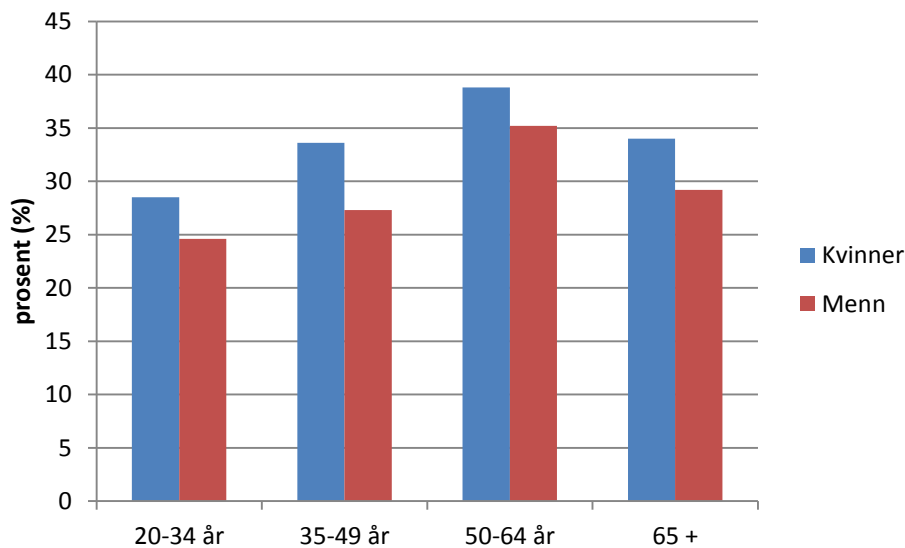
Aktivitetsnivået blant barn og unge søkk med aukande alder (fig 3). Barn og ungdom er meir aktive i vekedagar enn i helger. Det er og dokumentert at barn og unge med innvandrarbakgrunn har lågare aktivitetsnivå samanlikna med etnisk norske (4). Sjå figur 5 for tilrådingane for fysisk aktivitet.



Figur 3 viser objektivt registrert fysisk aktivitet og andelen (%) 6-, 9- og 15-årige jenter og gutar som tilfredsstillar tilrådingane om minst 60 minutt dagleg moderat fysisk aktivitet (4).

Ein av tre (32%) vaksne, nokon fleire kvinner (ca 34%) enn menn (ca 29%), oppfyller Helsedirektoratet sine tilrådingar for fysisk aktivitet (fig 4)(5).

I Kvam har me ikkje egne undersøkingar som syner kor mange barn og vaksne som når tilrådingane for dagleg fysisk aktivitet. Det er likevel liten grunn til å tru at situasjonen i Kvam skil seg vesentleg frå resten av landet.



Figur 4 viser objektivt registrert fysisk aktivitet og andelen (%) som fyller minimumsanbefalingane for fysisk aktivitet (5).

Undersøkingane ovanfor viser at det er eit stor potensiale for auka fysisk aktivitet i alle aldersgrupper. Beregningar viser at personar som er regelmessig fysisk aktive, vinn i gjennomsnitt åtte leveår med god helse, noko som omfattar både auka levetid og auka livskvalitet, samanlikna med personar som er inaktive. Ytterlegare auke i fysisk aktivitet kan gje opp mot 16 fleire leveår med god helse (6)

Stillesitting i kvardagen er aukande (på skule, jobb, transport og framføre skjerm). Stillesitting er eit sjølvstendig åtferdsproblem som bør viast meir merksemd i tida framover. Undersøkingar viser at vaksne i gjennomsnitt brukar 62% av vaken tid i ro. Me sit i gjennomsnitt 37 min av kvar time. I eit folkehelseperspektiv vil det i framtida vera viktig å setja i verk tiltak for å avgrensa stillesitting (6).



Barn og unge, 0 - 18 år

- Minst 60 min FA kvar dag. Både moderat og hard intensitet.
- Minst tre gonger i veka bør aktivitetar med høg intensitet som gjev auka muskelstyrke og styrker skjelettet, inkluderast
- Auka dose gjev større gevinst.
- Reduser stillesitting.
- Aktiv etter evne*



Vaksne, 19 - 64 år

- Minst 150 min (30 min pr dag) moderat intensitet per veke eller 75 min med høg intensitet per veke.
- Aktiviteten kan delast opp i bolkar på minst 10 min.
- Auka dose gjev større gevinst.
- Øvingar som gjev auka muskelstyrke til store muskelgrupper bør utførast to eller fleire dagar i veka.
- Reduser stillesitting.
- Aktiv etter evne*



Eldre, 65+

- Minst 150 min (30 min pr dag) moderat intensitet per veke eller 75 min med høg intensitet per veke.
- Aktiviteten kan delast opp i bolkar på minst 10 min.
- Auka dose gjev større gevinst.
- Eldre med nedsett mobilitet bør gjera balanse- øvingar og styrketrening tre eller fleire dagar i veka.
- Øvingar som gjev auka muskelstyrke til store muskelgrupper bør utførast to eller fleire dagar i veka.
- Redusert stillesitting
- Aktiv etter evne*

Figur 5 viser Helsedirektoratet sine tilrådingar for fysisk aktivitet for målgruppene barn, vaksne og eldre (6)

*Personar som ikkje kan følgja råda på grunn av nedsett funksjonsnivå eller en sviktande helse, vert anbefalt å vera fysisk aktive etter kva evne og helsetilstand tillet.

5.2 Fysisk aktivitet og idrett

Idrett er ein viktig del av livet til svært mange nordmenn. Idrett engasjerer og begeistrar. Deltaking i idrett og fysisk aktivitet er ei kjelde til glede, overskott og meistring. Idrett handlar om sosiale fellesskap, om gode oppvekstvilkår og god helse.

Idrettslaga sitt engasjement for barn og ungdom er viktig i eit helseperspektiv. Effekten av arbeidet som vert lagt ned i idrettslaga, er stor. Idretten engasjerer mange, både dei som driv aktivitet sjølve og dei som legg til rette for idrettsaktivitet. I Kvam er det registrert om lag 3800 idrettsmedlemskap (8). Idrettslaga har lange tradisjonar for å fungera som møteplassar i nærmiljøet. Idretten har i så måte hatt og har stor verdi for å skapa og oppretthalda sosiale nettverk i kommunen.

5.2.1 Deltaking i idrett

Barn og unge

Den organiserte idretten er ein viktig fritidsarena for barn og unge. Det store fleirtalet (om lag 85%) av barn i alderen 6-12 år er med i norsk idrett på eit eller anna tidspunkt, og mange deltek i fleire idrettar(7). I 2016 var det i Kvam 806 idrettsmedlemskap i aldersgruppa 6-12 (8). Det er fleire

medlemskap enn individ i populasjonen (fleire som har dobbelt og trippel medlemskap). For ungdom (13 – 19 år) er idrettslaga fortsatt ein dominerande fritidsarena. Medan yngre barn gjerne deltek i fleire idrettar har ungdom eit meir differensiert aktivitetsbilete. I 2016 var det i Kvam 857 idrettsmedlemskap i denne aldersgruppa (total populasjon er 765 + om lag 200 ungdommar ved Framnes).

Frå 12–13 års alder er det eit jamt fall i deltaking i organisert idrett gjennom tenåra. Gradvis aukande krav til spesialisering fører til ein naturleg reduksjon i tal på medlemskap fordi ein del dobbeltmedlemskap fell vekk. Samtidig er det òg ein stor del som vel å forlata den organiserte idretten. Fråfall som fenomen skuldast ikkje ei utfordring, men summen av mange. Årsakene er komplekse og knytt til faktorar både i og utanfor idretten; utvikling, interesser og livsløp.



Foto: Øystese fotball

Med omsyn til fråfall er tendensen den same i Kvam som i landet generelt. Over 65% av elevane i 8. trinn deltek på treningar i eit idrettslag ein gong eller meir kvar veke, medan 30-40% av elevane i 9. trinn – 2 VGS svarar det same. I 3 VGS har deltakinga minka til berre 20% av elevane (9).

Utviklinga viser at mange ungdommar trenar, men ikkje alltid gjennom den organiserte idretten. Fråfallet som kjem fram i statistikken, dreiar seg kanskje om ein overgang frå organisert idrett til andre formar for fysisk aktivitet. Likevel viser nasjonale undersøkingar at berre 50% av 15-åringane når tilrådingane for fysisk aktivitet (figur 3).

Vaksne og eldre

Idrett har og ein sentral plass i mange vaksne sine liv. I Kvam er det om lag 1 700 vaksne idrettsmedlemskap. Mange av desse er støttemedlemskap. Det finst pr. i dag få idrettstilbod for vaksne og eldre. Idretten har organiserte tilbod innan mellom anna old boys fotball, basistrening, karate, bordtennis og innandørs basistrening. Vaksne og eldre nyttar likevel idrettsanlegga i kommunen, men då som eigenorganisert trening. Det vera seg symjing, skigåing, løping eller andre aktivitetar.

Kjønnsfordelinga i tal på medlemskap i Kvam er som landet elles, langt fleire menn (ca 1000) enn kvinner (ca 700). Det har alltid vore færre jenter/kvinner med i organisert idrett. Norsk idrett har igjennom mange år arbeidd for å auka talet på jenter/kvinner si deltaking og engasjement både som aktive, trenarar og leiarar. I Kvam er det per no 26 registrerte idrettslag, av desse har 7 lag kvinnelege leiarar (8).

Idrett og inkludering

Idretten er ein stor og viktig fritidsarena for barn og unge. Dette gjer idretten til ein svært godt egna arena for inkludering. Idrettsdeltaking stiller ikkje nødvendigvis høge krav til språkleg forståing, men inneber ofte ei form for samarbeid og fellesskap som formidlar majoritetsbefolkninga sine normer og reglar på ein inkluderande måte (10).

Det er mange faktorar som spelar inn på minoritetsgrupper sitt deltakingsmønster innanfor idrett og fysisk aktivitet. Det er ei utfordring å få fleire jenter/kvinner med minoritetsbakgrunn til å ta del i organisert idrett i alle aldersgrupper. I Kvam har me ikkje tal på kor mange med minoritetsbakgrunn som deltek i idretten, men erfaringar frå skule og idrettslag tyder på at og i Kvam er det ei særleg utfordring å få med minoritetsjenter i idretten. I den siste tida har me i Kvam erfart at fleire minoritetsjenter deltek på fotball.



Foto: Hordaland idrettskrets

Fysisk aktivitet har spesielt stor relevans for personer med nedsett funksjonsevne, mellom anna med omsyn til at idretten er ein viktig sosialiseringsarena. Me veit at menneske med nedsett funksjonsevne er noko mindre fysisk aktive enn befolkninga elles, men behovet for fysisk aktivitet er like stort om ikkje større for denne målgruppa. Å leggja til rette for at innbyggjarar med funksjonsnedsettingar kan ta del i ulike former for fysisk aktivitet er særleg viktig.

I Kvam er det tilbod om tilrettelagte aktivitetar for psykisk utviklingshemma (boccia og teppecurling). I tillegg er det nyleg kome tilbod om stjernelag i Øystese fotball. Barn og unge med funksjonsnedsettingar deltek òg i ulike ordinære idrettstilbod i kommunen. Det er stort potensial i utvikla idrettstilbod for målgrupper i Kvam med nedsett funksjonsevne.

5.2.2 Idrettstilbodet i Kvam

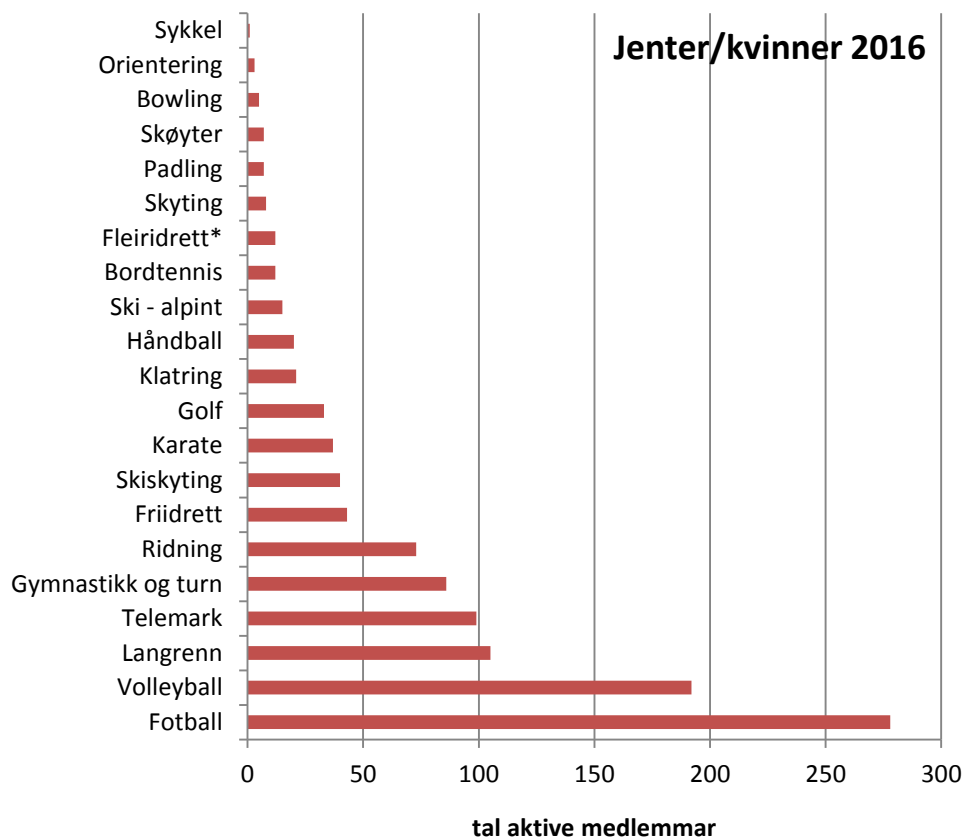
I Kvam er det idrettstilbod i alle område av kommunen. Det finst tilbod om både lag- og individuelle idrettar, vinter- og sommar aktivitetar, samt innandørs- og utandørsidrettar. Idrettstilbodet er best tilrettelagt for barn og ungdom, men og vaksne finn varierte idrettstilbod.

Kommunen har 26 registrerte idrettslag. Det er stor variasjon i tal medlemmer i laga, frå fleire hundre medlemmar i dei største til i underkant av 20 medlemmar i dei minste laga. Vedlegg 5 viser ei oversikt over idrettslaga i Kvam og tilhøyrande medlemstal.

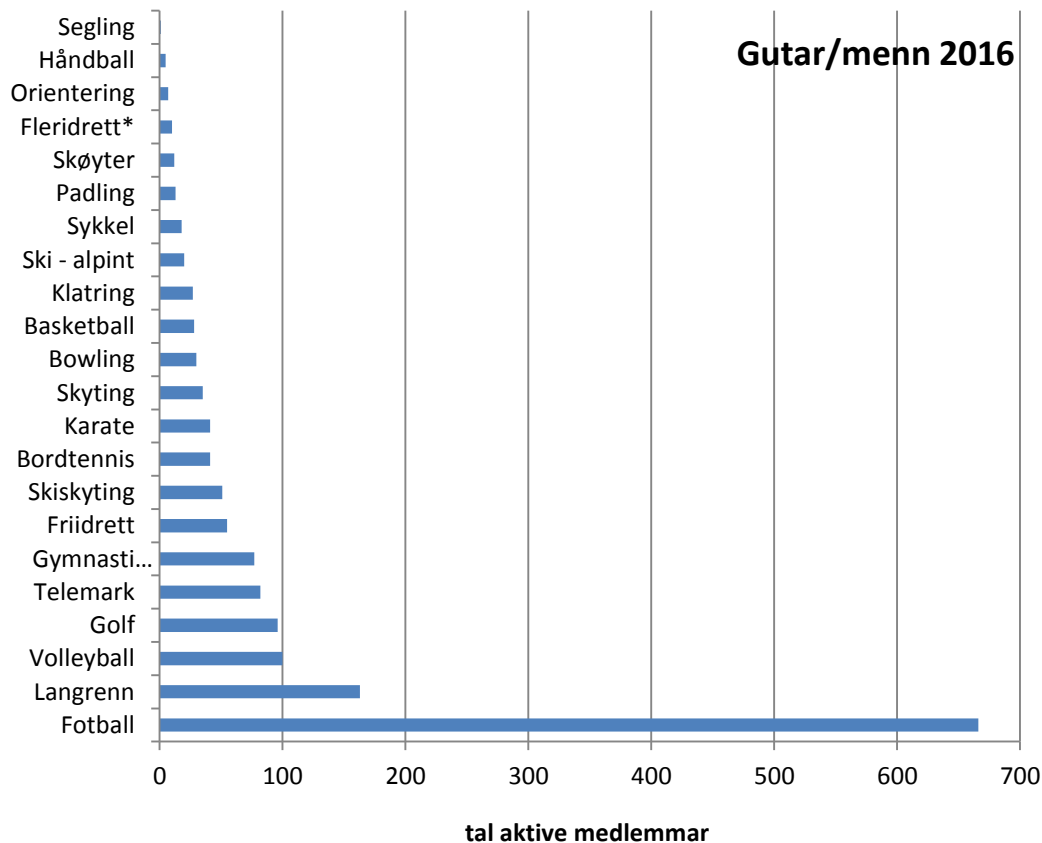
Idretten i Kvam er stort sett bygd opp omkring breiddeidretten. Gjennom gode idrettsanlegg, engasjerte trenarar, leiarar, foreldre og iherdige utøvarar er det og mogleg og utvikla gode toppidrettsutøvarar i Kvam. Å satsa på toppidrett og samstundes bu i kommunen, kan vera krevjande. For dei som vel å satsa på idretten sin vert løysinga ofte å flytta ut av kommunen, iallfall for ein periode.

Fotball er den største idretten i Noreg, slik er det og i Kvam (figur 6 og 7). Fotball er den dominerande aktiviteten både blant gutar og jenter, med unntak av jenter 13-19 år der volleyball framleis er noko større. Sjølv om fotball er den største aktiviteten for jenter, er ikkje fotballen like dominerande som hos gutane. Jentene har fleire aktivitetar som og opptek mange, til dømes volleyball, langrenn, turn, telemark og riding. Vedlegg 6 syner kor mange aktive medlemmar som driv med dei ulike idrettane.

Det vil alltid vera svingingar i kva idrettar som veks eller minkar i tal medlemmar. Dette er naturleg særleg i mindre idrettar der tala er små og følgjeleg meir utsette og sårbare for endringar. Trendar i tida, tilgang på trenarar, engasjerte foreldre, ulik storleik på fødselskulla er alle faktorar som påverkar desse svingingane.



Figur 6 viser tal aktive jenter/kvinner i ulike idrettar i Kvam i 2016. *Fleiridrett = boccia og teppecurling (8)



Figur 7 viser tal aktive gutar/menn i ulike idrettar i Kvam i 2016. *Fleiridrett = boccia og teppecurling (8)

5.2.3 utfordringar for idretten i Kvam

Idretten si verdiskaping er stor, men idretten, både nasjonalt og lokalt står likevel ovanfor utfordringar:

- å oppretthalda det høge talet på medlemmer blant barn og unge og søkja å gje dei variert og allsidig erfaring med fysisk aktivitet.
- å skapa interessante og positive tilbod til ungdom, både for dei som ønskjer å driva meir tradisjonell trening- eller konkurranseaktivitet, og dei som ønskjer eit breiare og mindre konkurranseorientert aktivitetstilbod.
- å få fleire vaksne i tilstrekkeleg fysisk aktivitet. For idretten vil det vera gunstig om dei klarer å aktivisera fleire vaksne og eldre medlemmar.

5.3 Fysisk aktivitet og eigenorganisert aktivitet

Friluftsliv og eigenorganisert aktivitet er dei viktigaste arenaene for fysisk aktivitet for vaksne. Om lag 80 prosent av treningsaktiviteten for folk mellom 20 og 85 år er eigenorganisert.

For å få til meir fysisk aktivitet i kvardagen er det ofte naudsynt med strukturelle tiltak.

Helsedirektoratet peikar på 4 sentrale tiltak (11):

- Skular, barnehagar og servicetilbod bør vera lokalisert i sentrumsområde
- Sikra gode gang og sykkelveggar
- Kommunen sine institusjonar bør leggja til rette for fysisk aktivitet.

- Nærområda må vera trygge og attraktive, med gode møteplassar, leikeplassar og høve for sjølvorganiserte aktivitetar til leik og rekreasjon.

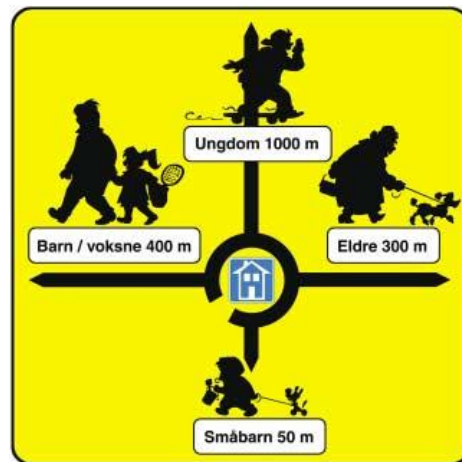
Nærleiken til aktivitetsanlegg er avgjerande for bruksfrekvensen. Dersom bruksområde ligg meir enn 10 minutt gange frå bustaden, fell 50 % av brukarane frå. Trygg tilkomst og lite biltrafikk er ein føresetnad. Tre område er særleg viktige:

- 1) Vegen til og frå arbeid, skule og barnehage
- 2) bustadområde
- 3) kommunen sine institusjonar (særleg uteområda).

Utbygging av sykkelveggar i Norge dei siste 10 åra ser ikkje ut til å ha auka andelen som sykklar totalt.

Erfaringane frå dei store sykkel-landa Danmark,

Tyskland og Nederland, men og frå norske pilotprosjekt viser at utbygging av infrastrukturen ikkje er godt nok, men må forsterkast med bruk av andre verkemiddel (informasjon, kampanjar, generell støtte)(12). I Kvam føregår ei stor utbygging av sykkelveggar i sentrale område av kommunen. Det vert viktig å arbeida for at desse sykkelvegane vert tekne aktivt i bruk når dei står klare.



Barnehagar og skular er viktige arenaer for fysisk aktivitet generelt, og for å kunna utjamna aktivitetsvaner relatert til sosioøkonomiske skilnader spesielt. Obligatorisk kroppsøving, fysisk aktivitet som pausar i klasserommet og gåing og sykling til og frå skulen, er dei tre tiltaka som bidreg til størst auke i dagleg fysisk aktivitet hjå barn og unge (11).

5.3.1 Ungdom – sjølvorganisert aktivitet – nye trendar

Talet på ungdom som driv organisert idrett minkar med aukande alder, medan deltaking på treningsstudio aukar med alderen. Om lag 60 % av elevar på 8. og 9. trinn seier at dei trenar på eige hand minst 1 gong i veka eller oftare. For 10. trinn – 3. VGS svarer ca 45% av elevane at dei trenar på eige hand (9).



Foto: Reidun Braut Kjosås

Innan ungdomskulturen veks det fram nye miljø og aktivitetar. Dette kjem og til uttrykk gjennom idretten. Dei «nye» aktivitetane skil seg frå den klassiske idretten ved at dei ikkje har nokon trenar, ingen treningsprogram eller nødvendigvis faste treningstider eller -stadar. Reglane avgjer dei sjølve. Dei kallast gjerne "feel good-miljø". Mange av dei nye aktivitetane kryssar grenser mellom ulike tradisjonelle sportsaktiviteter. Døme på dette kan vera bike-trial, parkour, longboarding, kiting, skating etc

Det er ofte dei som ikkje finn sin plass i dei tradisjonelle ungdomsidrettane, men og mange av dei tenåringane som droppar ut av den tradisjonelle idretten, som finn nye uttrykk i dette

grenseland mellom sport og kultur. Utøvarane av sjølvorganiserte aktivitetar høyrer til ein global ungdomskultur. På youtube finn dei triks og bevegelser dei ønskjer å læra, og dei lærer av å sjå på kvarandre.

5.3.2 Aktiv etter evne

Fysisk aktivitet har helsegunstig effekt for alle, men kanskje særleg for eldre og personar med langvarige helse-utfordringar. Regelmessig fysisk aktivitet er viktig for å oppretthalda aktivitetsnivået og ein høg grad av sjølvstende. For mange målgrupper er det viktig med særleg tilrettelagt aktivitet (11).



Demografiske endringar i Kvam viser ei auke i aldersgruppa 65+ (2). Me veit og at talet på personar med langvarige helse-utfordringar er aukande. Idretten i Kvam har få aktivitetstilbod til denne gruppa, men pensjonistlaga, turlaget, seniordansen og gammaldansen er døme på lag som har gode aktivitetstilbod til målgruppa.

Det er ei utfordring å gje nye grupper kunnskap, motivasjon og positiv erfaring med fysisk aktivitet, slik at dei i neste omgang sjølv vel å nytta aktivitetstilboda som finst. Gjennom tilrettelegging for eigenorganisert aktivitet (turstar, badeplassar osv.) kan samfunnet gjera det enklare for innbyggjarane å ta aktive val i kvardagen.

I Kvam erfarer me at nokre utsette grupper fell utanfor dei ordinære aktivitetstilboda, samstundes som tilrettelagte tilbod, som boccia og teppecurling, heller ikkje treff målgruppa. Ein treningskontakt har som mål å skapa positive opplevingar rundt idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv. Treningskontaktar kan jobba med enkeltindivid eller gruppe for å sikra trivsel og meistringsopplevingar. Idrettslag, naturen mm kan vera arena for aktiviteten. Hordaland idrettskrets tilbyr jamleg kurs for treningskontaktar i samarbeid med kommunar og idrettslag.

5.3.3 Kommersielle treningstilbod

Stadig fleire nordmenn betaler for å mosjonera (3). Anslag tyder på at om lag 30% av innbyggjarane i Noreg trener på treningssenter (13). Kor stor del som trener regelmessig eller «droppar ut» er ikkje kjent. I Kvam har me eit kommersielt treningssenter (Hardanger trening) og eit treningssenter drive av Ålvik idrettslag. I tillegg er det fleire kommersielle aktivitetstilbod i kommunen.

Dei kommersielle aktivitetstilboda supplerer idretten sitt tilbod og dei treff kanskje andre målgrupper enn den tradisjonelle idretten. I motsetning til innan idretten er det fleire kvinner enn menn, som deltek på dei kommersielle treningstilboda.

Trening på treningssenter er og i ferd med å bli ei vanleg treningsform blant ungdom. Jo eldre ungdommane er, jo større del er det som trener på treningssenter. Andelen ungdom som trener på treningssenter passerer andelen som trener i idrettslag omtrent ved overgangen mellom

ungdomsskule og vidaregåande skule. I Kvam viser UngData (9) at 10% av elevane på 8.trinn trener på treningsstudio minst ein gong i veka, mens andelen aukar til 30- 50% av elevmassen i eldre alderstrinn. Sidan 2011 har andelen ungdomsskuleelevar i Kvam som trener på treningssenter auka frå 17% til 30% (9). Du må vera 16 år for å få tilgang til treningssentra på eige hand.

5.3.4 Utfordringar for eigenorganisert aktivitet

For samfunnet er utfordringa å leggja til rette slik at innbyggjarane vel å vera fysisk aktive. Vekstpotensialet for å få folk i gang med meir fysisk aktivitet ligg i stor grad i sjølvorganiserte aktivitetar i nærmiljøa.

Utfordringane i tida framover:

- Utvikla nærmiljøanlegg som følgjer med i tida, inspirer til auka aktivitet og som når eit stort spekter av innbyggjarane
- Utvikla trygge transportstrekningar for gåande og syklande
- Få fleire til å erkjenne at individet sjølve har eit stort ansvar for eige helse og aktivitet
- Skapa gode uteområde rundt dei kommunale institusjonane
- Stimulera til dagleg fysisk aktivitet i skule og barnehage

5.4 Fysisk aktivitet og friluftsliv

Det å vera fysisk aktiv ute i naturen gjev variasjon i underlag, opplevingar, frisk luft og sollys. Naturen er ein unik arena for å utfordra koordinasjonsevna, muskelstyrke og balansen. Naturen er og ein fristad for stimuli som kan nyttast til avkopling og meistring av stress.

Friluftsliv kan utøvast av alle, uansett bustad og nesten uavhengig av fysisk form og kunnskap. Gjennom allemannsretten har alle rett til å ferdast fritt i utmark, utan å måtta betale for det.

Så mange som 94% av den norske befolkninga deltok i friluftslivsaktiviteter i 2014, og heile 61% av nordmenn seier at fysisk aktivitet i naturen og nærmiljøet er den forma for fysisk aktivitet dei kunne tenka seg å gjera meir av i framtida (14).

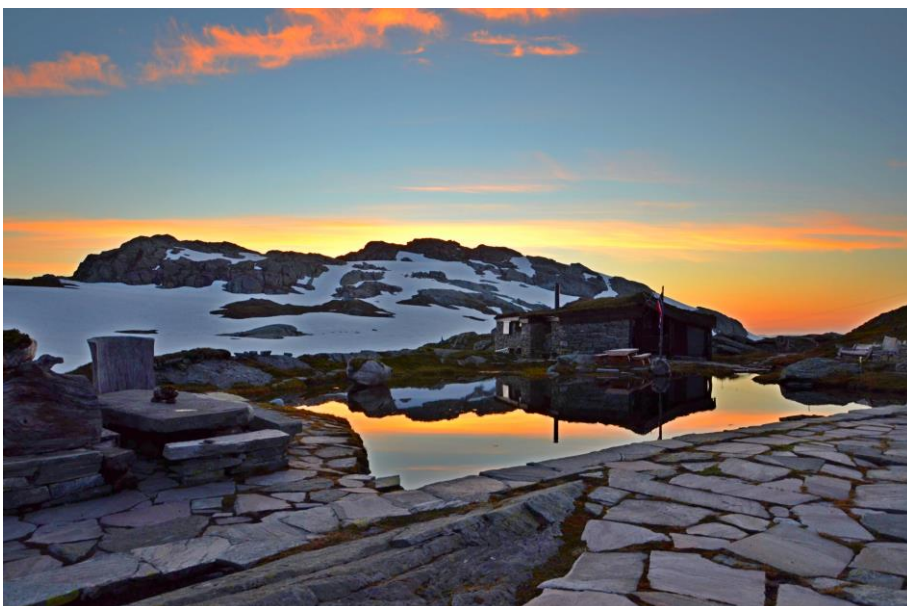


Foto: Kjell Inge Tyssen

5.4.1 Deltaking i friluftslivsaktivitetar

Deltaking i friluftslivsaktivitetar er i vekst både nasjonalt og lokalt. Fleire lag og organisasjonar i Kvam tilbyr ulike former for friluftslivsaktivitetar. Her er nokre døme:

- Kvam turlag har hatt ein vekst dei siste åra. Til forskjell frå idretten når turlaget ei eldre målgruppe og dei har ei jamnare kjønnsfordeling. For turlaget er vekstpotensialet særleg stort blant barn og ungdom. Turlaget tilbyr aktivitetar både for medlemmer og ikkje-medlemmer.
- Øystese jeger og fiskarlag har om lag 300 medlemmer og derav ca 1/3 barn og ungdom. Klubben har aktivitetar som familiedagar/fiskedagar, jegerprøve, leirdueskyting og sosiale møteplassar.
- Det er to speidargruppe i kommunen (Øystese og Norheimsund). Det er om lag 50 medlemmer i speidaren i Kvam. Dei fleste medlemmene er gutar i alderen 11 – 16 år.
- Hjelpekorpsa i Norheimsund, Øystese og Ålvik utøver formar for friluftsliv i sine lagsaktivitetar.
- I tillegg finst ei rekke uformelle grupper som møtes jamleg eller sporadisk, og driv ei eller anna form for friluftsliv (turgrupper, jaktlag, fiske, sanking mv)

Kvemmingane er glade i friluftsliv og har gode høve for å utøva friluftsliv både på og langs fjorden, i nærområda, stølsområda og høgare til fjells. Deltaking på ulike arrangement rundt omkring i heradet tyder på at mange likar å vera ute og i aktivitet. I Kvam er det mange i befolkninga som har det i «ryggmargen» å nyta friluftslivet (gå tur, brenna bål, plukka bær, skiturar, fisketurar, jakt, fiske mv).



Barnehagane i Kvam er opptekne av å læra ungane gleda ved å vera ute (sjå, oppleve, smaka, lukta, kjenna). Skulane har årlege turar både på haust og vinter. I tillegg legg skulane til rette for mindre turar i skulekvardagen gjennom heile året. Læreplanen (i hovudsak kroppsøving, men og i naturfag) har tydeleg kompetansemål i høve friluftsliv (15).

5.4.2 Samfunnsendingar og utfordringar for friluftslivet

Sosiale, kulturelle, økonomiske, demografiske og politiske rammetilhøve påverkar friluftslivet.

Dei siste 20 åra har deler av friluftslivet blitt individualisert og meir prega av privat forbruk og sjølvrealisering, der motiv og meining med friluftslivet er nært knytt til mosjon og helse. Kler og utstyr har og fått større merksemd. Trenden er ei «sportifisering» av friluftslivet, der naturen blir ein arena for fysisk utfolding og mestring gjennom lange løp, bratt skikøyring, elvepadling og andre fysisk krevjande aktivitetar. Men framleis er det tur i skog og mark som er den desidert største forma for friluftsliv.

Her er eit oversyn over nokre samfunnsendingar som betyr noko for utviklinga innan friluftsliv (14):

- Demografiske endringar som alderssamansetting, større etnisk og kulturelt mangfald er sentrale trekk som har ført til nye former å utøva friluftslivet på.
- Velferdsutviklinga har ført til at fleire gjerne reiser vekk for å utøva friluftaktiviteter. Dette har bidrege til at friluftslivet er blitt meir spesialisert og differensiert, særleg blant yngre.
- Det er sosiale skilnader i friluftslivsdeltaking, men friluftsliv er den forma for fysisk aktivitet der sosiale forskjellar i minst grad gjer seg gjeldande. Å satsa på lågterskel friluftsliv vil derfor bidra til å utjamna dei sosiale skilnader innanfor deltaking i fysisk aktivitet.
- Teknologitviking har bidrege til at friluftslivet har fått større innslag av spesialisering og differensiering. Denne utviklinga vil truleg halda fram.
- Urbanisering/fortetting: Tilkomst og avstand til friluftsområde er avgjerande med omsyn til deltaking. Når gangavstanden til friluftslivsområda aukar utover t6i minutt, går bruken av områda ned.

Klimaendringane har og vil få til dels monalege konsekvensar for utbreiing av enkelte friluftslivsaktivitetar og for det generelle friluftslivsarbeidet i åra som kjem. Flaum, ekstremver, raskare igjen-groing, påverknad av naturmangfaldet, skade på kulturminne, endring i vinterfriluftslivet (med senario som lengre reiseveg til snø og vinteraktivitetar) er alle faktorar som kan koma til å påverka friluftslivet i åra som kjem (14).



Foto: Kjell Inge Tyssen

5.4.3 Friluftsliv og reiseliv

Det er eit nært forhold mellom friluftsliv og verdiskaping basert på natur- og kulturarven. Interesse for friluftsliv både i Noreg og blant utanlandske turistar er ein viktig føresetnad for mange reiselivsverksemder. Denne utviklinga ser me og i Kvam. I denne planen kjem me i liten grad inn på friluftslivet som næring. Friluftsliv som næring høyrer inn under kommunedelplan for næring og kompetanse 2015 – 2023.

Inkludert i planen er merking og gradering av turveggar. Kvam næringsråd, ved reiselivet, har i fleire år teke ansvar for administrering og organisering av dette arbeidet. Dette arbeidet er og har vore viktig for å få fleire ut på tur både av innbyggjarar og tilreisande til Kvam. Utan stor dugnadsinnsats frå frivillige ulike stadar i kommunen hadde ikkje dette vore mogleg. Sjølv om merkeprosjektet i regi av næringsrådet no er avslutta, vil det og framover vera viktig å merka og gradera turveggar fleire stader i kommunen. Nokre av dei merka turvegane er det laga turomtale av samt laga tilhøyrande kartutsnitt. Det er behov for at fleire turar vert gjort kjent gjennom turomtalar og tydelege kartutsnitt.

5.5 Friluftsområde i Kvam

I kommunen famnar friluftslivet «dei blå, grønne og grå områda». Det vil seie frå sjøen til fjellet via kulturlandskapet, nærmiljøa og stølsområda. Områda som omfattar friluftslivet i Kvam kan delast i 4 hovudkategoriar: Fjorden og nærmiljøa, kulturlandskapet, stølsområda og fjellet.

5.5.1 Fjorden og nærmiljøa

Fjorden med strandsona er viktige friluftsliv- og rekreasjonsområde i Kvam. Områda vert brukt flittig gjennom heile året, men særleg i sommar-/båtsesongen. Mange holmar, øyar, skjær og strender langs fjorden innbyr til kvalitetar som bading og fiske, ro, natur og kulturminne. Badeplassane og turvegane langs fjorden er viktige møteplassar. Dei siste åra har det og vore ei auke i personar som nyttar fjorden til padling.

Kvam herad vart i 2014 medlem av BOF. Medlemskapet har mellom anna ført til at fleire friluftsområde langs fjorden har fått ei oppgradering. Det vil vera ei prioritert oppgåve og i framtida å sikra tilgang til fjorden og høve til variert friluftsliv på og ved sjøen.



Foto: Thor Arvid Pedersen

Friluftsliv og rekreasjon i nærmiljøa er i stor grad knytt til kommunen sine blå-grønne område til dømes naturområde som Tolomarka, parkar, leikeplassar, turvegar, sykkelvegar, fiskeplassar, elever/bekker og badeplassar.

Blå-grønne område i nærmiljøa fungerer som sosiale møteplassar og er viktige for spontan fysisk aktivitet. Ved fortetting i tettstadsområda er det viktig å sikra tilgang til dei blå-grønne områda.

Utfordringar for fjorden og nærmiljøa

- Balansen mellom næring, bustad og friluftsliv
- Sikra rekreasjonsareal i nærområda
- Sikra biologisk viktige område/naturtypar
- Sikra kulturminne

5.5.2 Kulturlandskapet

Med kulturlandskap meiner me landskap som er forma av menneske sine liv og virke opp gjennom tida. Det me tradisjonelt forstår som kulturlandskap, er det kultiverte landskapet, det vil seia naturområde som er tekne i bruk, omforma, dyrka og pleia for jordbruksføremål, rekreasjon eller som større hage- og parkanlegg, der naturverdiane endå dominerer.

I Kvam gjev kulturlandskapet med skogbryn, bekker og tradisjonell busetnad landskapet unike opplevingskvalitetar med sine opne rom, former, fargar og liner. Stiar og turvegar gjennom kulturlandskapet er viktige for tilgjenget til stølsområda.

Utfordringar kulturlandskapet

- Oppretthalda aktiviteten i landbruket slik at kulturlandskapet er ope og ikkje gror igjen.

5.5.3 Støls- og utmarksområde

Støls- og utmarksområda i Kvam betyr for mange flotte naturopplevingar både på ski og til fots. På same tid er områda viktige for landbruket som beiteområde og/eller til uttak av skog. Områda har også stor verdi som allsidig matkammer med rikt innhald av bær, sopp og vilt. Støls- og utmarksområda har store opplevingskvalitetar i form av rike høve til fysisk utfalding året gjennom, ro, stort biologisk mangfald og kulturminne.



Foto: Reidun Braut Kjosås

Mykje tyder på at innbyggjarane i Kvam nyttar turområda sine i stadig større grad. Dette kjem til uttrykk gjennom deltaking på postkassetrim, «kryss og krakje» samt ei oppleving av å «alltid» treffa andre på tur. I Kvam har me ikkje tal på kor mange som nyttar støls- og utmarksområda, men merking og gradering av turvegar, preparering av skiløyper, samt benker, bord, gruer med meir på fleire turmål har bidrege til auka bruk.

Tilgjenge til støls- og utmarksområde, til fots, på sykkel eller med bil, er ein viktig føresetnad for ein aktiv bruk av områda. Opparbeiding av trygge gang- og sykkelveger og turveger er difor ei prioritert oppgåve. Utfartsparkeringsplassar er viktige i randsonene til områda.

Utfordringar for støls- og utmarksområda

- Sikra areala mot utbygging og oppretthalda ein bærekraftig aktivitet som gjer at areala vert halde i hevd og ikkje gror igjen.
- Gamle ferdselsveger gror igjen og forfell
- Vega bruken av areala mellom næring, idrett, natur og friluftsliv.
- Tilkomst til områda. Privat avgrensing og allmenntilgjengeleg bruk av rekreasjonsområde

5.5.4 Fjellet

Omgrepet «fjellet» vert ofte forstått som det området som ligg over skoggrensa. I Kvam varierer skoggrensa frå ca 400 meter i ytre delar av kommunen til om lag 700m i indre område. Fjellområda vert mykje brukt til friluftsliv i form av jakt, fiske og tur- og skigåing. Fjellet byr på naturopplevingar som ro, ver og vind (skal vise respekt for dette), utsikt og rike moglegheiter for fysisk aktivitet året rundt.

I Kvam har turlaget T-merka ruter i fjellet til hytter som Vending, Kiellandbu og Breidablik.

Toppturar er dei seinare åra vorte meir og meir populære, særleg blant ungdom og yngre vaksne. Lengre skiturar og fotturar i fjellet er populære aktivitetar for mange i alle aldersgrupper.

Utfordringar for fjellområda

- Auka kompetanse i befolkninga om ferdsel i fjellet (bruk av kart, kompass, gps, skredfare)
- Sikra turdrag som tilkomst til fjellet
- Tilkomst, med parkering, bomveggar.
- Ny bruk av fjellet, ekstremспорт/friluftsliv

5.6 Kartlegging og verdsetting av friluftsområde i Kvam

Kartlegging og verdsetting av friluftsområde har vore ein viktig del av arbeidet med denne planen. BOF har vore prosjektleiar, men ei lokal arbeidsgruppe og fleire enkelt frivillige har delteke aktivt i prosessen. Mange innbyggjarar har òg kome med innspel til arbeidet.

Målet med å klassifisera og verdsetja friluftsområde i Kvam er å tydeleggjera kva friluftsområde som finst i kommunen og verdsetja desse. Dette er ein grunnleggjande føresetnad for å kunne forvalta kommunen sine friluftsområde i tråd med kommunen sine overordna mål om å sikra miljøet og ein berekraftig utvikling. I arbeidet har me vore særleg merksame på friluftsområde i nærmiljøa.

Det er 7 obligatoriske og 6 frivillige kriterium som ligg til grunn for verdsettinga.

- Dei 7 obligatoriske er; brukarfrekvens, regionale/nasjonale brukarar, opplevingskvalitetar, symbolverdi, funksjon, egna til føremålet og tilrettelegging
- Dei 6 frivillige er; kunnskapsverdi, inngrep, utstrekning, potensiell bruk, tilgjenge og lydmiljø

På bakgrunn av dette er dei kartlagde friluftslivsområda klassifisert i følgjande kategoriar:

- A-Svært viktig friluftslivsområde
- B-Viktig friluftslivsområde
- C-Registrert friluftslivsområde

Metoden som er brukt i dette arbeidet er utvikla av Miljødirektoratet. Du kan lesa meir om dette på deira [heimesider](#)(16).

Resultatet av kartlegginga og verdsettingsarbeidet er lagt inn på www.naturbase.no. Du finn og ei oversikt i vedlegg 7.



6.0 Å vera frivillig

Å vera frivillig tek ut noko av det beste i oss menneske gjennom dugnad og gratis innsats til glede for andre. Det er kjent at dei som er aktive i organisasjonar gjennomgåande har betre helse og uttrykker større tilfredsheit med livet (17). Det gjev ein meirverdi i å engasjera seg for andre, det gjev glede å

vera engasjert og det skapar tillit mellom menneske. Det at folk engasjerer seg og tek ansvar i nærmiljøet, førebygger einsemd og bygger fellesskap.



Nordmenn sin vilje til frivillig innsats er høg. I 2014 sa 61 prosent at dei hadde utført frivillig arbeid for minst éin organisasjon dei siste 12 månadane, mot 52 prosent i 1998 (18). Det er omkring 10 millionar medlemskap i frivillige organisasjonar i Norge. Frivillig innsats står for ein vesentleg del av verdiskapinga i Noreg, og gjev livskvalitet til store delar av befolkninga. Den frivillige innsatsen i dei frivillige organisasjonane i Norge svarar til nesten 150 000 årsverk (19).

Nasjonale styremakter ønskjer ein frivillig sektor som veks fram nedanifrå og blir friare frå politisk styring. Stikkord for å få dette til er å anerkjenna den frivillige innsatsen sin verdi som samfunnsbyggjar, la dei frivillige organisasjonane avgjera sin eigen aktivitet, ha ein open og levande dialog med frivillig sektor og leggja til rette for godt samarbeid.

6.1 Frivillig arbeid innan idrett og friluftsliv

Idrett- og friluftslivsarbeidet i Noreg er i hovudsak tufta på dugnadsinnsats. Utan dugnadsinnsatsen maktar ikkje lag og organisasjonar å tilby det aktivitetstilbodet dei gjer i lokalsamfunna i dag – kvar dag heile året.

Talet på frivillige i idretten er svært stort, men i endring. Det er ein mindre del frivillige som gjer eit stor antal timar med frivillig innsats, og det er tyngre å finna personar som vil ta på seg dei «tunge» verva. Det er lettare å rekruttera frivillige til avgrensa og konkrete oppgåver.

Hordaland idrettskrets har utarbeidet ei oversikt som viser verdien av frivillig innsats i idrettslaga i den einskilde kommune i Hordaland. Berekningsmodellen bygger på eit estimert tal årsverk med frivillig innsats i idretten på landsbasis, samt SSB sine tal for gjennomsnittsløna i Noreg (20).

Tabell 1 viser tal idrettsmedlemskap og berekna verdi av frivillig innsats i kommunane Fusa, Odda, Bømlo, Kvam, Kvinnherad og Voss (tal for 2017).

Kommune	Tal medlemskap	Verdi av frivillig innsats
Fusa	1256	11 084 426
Odda	2616	23 086 671
Bømlo	3588	31 664 747
Kvam	3499	30 879 306
Kvinnherad	3720	32 829 671
Voss	8369	73 857 934

Det organiserte friluftslivet med Den norske turistforening i spissen opplever ei auke i folk som ønskjer å bidra med frivillig innsats. Det vera seg merking av turvegar, turleiarar, hyttevertar med meir. Dugnadsinnsatsen gjer at fleire kjem seg ut på tur og fleire får oppleve gleda ved friluftslivet.

Skyttarlaga og jeger- og fiskarlaga har og mange som bidreg med stor dugnadsinnsats. Dette kjem mellom anna til uttrykk gjennom arbeidet som er gjort i Vangdalsåsen dei siste åra. Fleire tusen dugnadstimar er lagt ned i arbeidet med anlegget. I tillegg kjem den ordinære drifta av laga.

6.2 Frivillig innsats i Kvam

Svært mange innbyggjarar i Kvam bidreg med verdifull dugnadsinnsats. For å få treningar, turar, arrangement og organisasjonar til å gå rundt er det ei mengde dugnadsoppgåver som skal gjerast. Her er nokre døme:

- Styrearbeid (organisera dugnad, senda søknader, medlemslister, økonomi osv)
- Planleggja og gjennomføra treningar
- Kjøring til kamp/konkurransar og treningar
- Setja opp kjørelister
- Laga turprogram
- Skriva turskildringar
- Laga invitasjonar
- Merka løyper og stiar
- Vakt på arrangement
- Vaska drakter
- Koka kaffi, baka kake, steike vaflar
- Trøysta, støtta
- Vera der
- Og mykje meir.....

Det er eit stort arbeid med mange arbeidsoppgåver som både er synlege og usynlege. Mange bidreg noko, mykje, andre litt mindre. De fortener alle ei stor takk.

6.2.1 utfordringar i høve frivillig innsats

Kva kan me gjera for å ta vare på og gje næring til at den frivillige innsatsen i Kvam skal bløma? Frå nasjonale undersøkingar veit me at lag og organisasjonar som har rammevilkår som gjer at dei frivillige kan få arbeida med det dei helst vil, blir det lettare å rekruttera frivillige. Ein god anleggssituasjon er viktig, og ein trygg og føreseieleg økonomi er viktig. Me skal heller ikkje undervurdera betydninga av ein klapp på skuldra, ein hyggeleg kommentar eller ein hjarteleg takk. Me må aldri ta frivillig innsats for gitt.

Frivillige ønskjer i hovudsak å nytta si tid og innsats på aktivitet og ikkje på administrasjon. Det er derfor trong for ressursar til å rekruttera og administrera frivillige.

Kvam herad gjennomførte i mai 2016 ei kartlegging av frivillige lag og organisasjonar i Kvam (22). Fleire idrett og friluftslivsorganisasjonar svarte på undersøkinga. Her er noko av det som kom fram i undersøkinga:

- 81 % av organisasjonane er opne for alle som vil delta. Mange organisasjonar har og tilbod for dei som ikkje er medlem.
- 82% ønskjer å rekruttera fleire medlemmar for å utvikla organisasjonen sin

- Lag og organisasjonar i Kvam samarbeider i stor grad med kvarandre og med kommunen, medan dei i noko grad samarbeider med næringslivet. Det store fleirtalet ønskjer meir samarbeid på tvers.
- Utfordringar
 - o Fleire seiar dei har stram økonomi. Det er og krevjande å søkja om støtte
 - o Behov for meir driftsstøtte for å sikra stabilitet og kontinuitet
 - o Vanskeleg å rekruttera nye medlemmar og tillitsvalde
 - o Lokale; vedlikehald av lokale og anlegg
- Ønsker til kommunen
 - o Betre dialog og samarbeid på tvers
 - o Arrangera faste møteplassar
 - o Betra økonomiske rammevilkår
 - o Forenkla søknadsprosessar, mindre byråkrati
 - o Fortsetja å låna ut gratis lokale

7.0 Anlegg for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv

Idrett og dei fleste former for fysisk aktivitet er avhengig av anlegg eller tilrettelagte område der aktiviteten skal skje. Graden av tilrettelegging varierer sterkt frå aktivitet til aktivitet.

Nasjonale undersøkingar viser at i perioden 1999-2015 auka bruken av anleggstyper som er opne og lett tilgjengelege for individuell bruk (turstiar, treningssenter, lysløyper og vekt- og styrkerom). I same periode har ein mindre del av befolkninga nytta tradisjonelle idrettsanlegg. Den auka bruken av mosjonsanlegga har funnet stad i alle aldersgrupper, men auken har vore størst for dei eldre aldersgruppene (21).

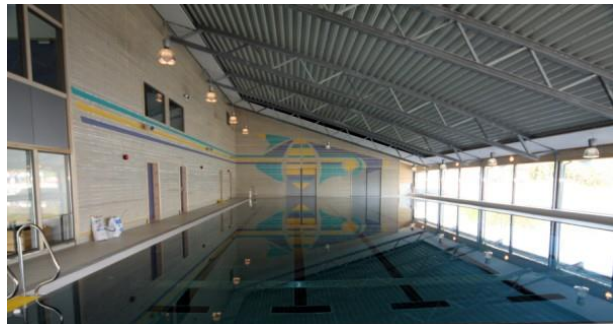


Foto: Strandebarm Sportell

Relativt mange barn og unge bruker gymsalar, idrettshallar, symjehallar og fotballanlegg, men det er eit skifte i val av aktivitetar med aukande alder. Det er ein veksande del ungdom og vaksne som deltek i aktivitetar utanfor den medlemsbaserte idretten. Dei "nye" aktive vel andre aktivitetar, organisasjonsmåtar og anlegg. Denne utviklinga skaper behov for rom og stader som innbyggjarane kan nytta til spontan, sjølvorganisert fysisk aktivitet. Å stimulera til utvikling av idrettsanlegg og aktivitetstilgjenge som er attraktive og tilgjengelege for både organisert og uorganisert aktivitet, blir ei utfordring framover.

Område som oppmuntrar til fleire former for fysisk aktivitet har gode føresetnader for å stimulera til møte mellom menneske og grupper i samfunnet. Ei undersøking frå Riksrevisjonen (23) viste at i 80 % av kommunane har barn og unge tilgang på fotballbanar, 65 % av barn og unge i organisert idrett har gode tilbod om aktivitetstid i fleirbrukshaller, men berre 20 % av kommunane har lagt til rette for bruk av fleirbrukshaller til uorganisert og eigenorganisert fysisk aktivitet. Generelt har mange idrettsanlegg avgrensa tilgang og opningstider, eller er helt avstengt for ålmenta. Slik er og i Kvam.

Idrettshallane vert nytta til organisert trening. Idrettshallane i Kvam er pr i dag stengt i alle skulane sine feriar.

Å byggja nærmiljøanlegg i tilknytning til skular, bustadområde og idrettsområde er viktig for å stimulera til variert og spontan aktivitet for ulike målgrupper. I Kvam er det behov for fleire typar nærmiljøanlegg i område der folk bur og oppheld seg ofte og over tid.

Nasjonale styresmakter er tydelege på at anleggutbygginga i særleg grad bør reflektera trongen til dei prioriterte målgruppene; barn, ungdom, personar med nedsett funksjonsevne og inaktive.

7.1 Ansvar, forvaltning, drift og vedlikehald av idrettsanlegg i Kvam

Forvaltning, drift og vedlikehald av idretts- og friluftslivsanlegg i Kvam skjer i eit samspel mellom kommunen, private samt lag og organisasjonar. Spelemiddelfinansiering medfører plikter for bruk, drift og vedlikehald. Lag- og organisasjonar legg årleg ned vesentlege ressursar i og yter stor friviljug innsats som kommunen vanskeleg kan erstatta.

Kven eig og kven har ansvar for kva, og kven gjer kva, er ikkje alltid like enkelt med omsyn til drift og vedlikehald av idrettsanlegg. Kva er føremålstenleg for kommunen og for dei lokale laga?

Kommunen har god oversikt over alle idrettsanlegga, men oversikt over eigarskap knytt til alle anlegga og kva idrettslag som er involvert, og kva rolle/ansvar dei ulike laga har og kva kommunen har, er ikkje fullstendig. Det bør gjerast ei utgreiing med omsyn til desse spørsmåla. Vedlegg 8 viser kart over kommunen og kor me finn ulike idrett-, friluftsliv- og nærmiljøanlegg.

Med omsyn til utleige av idrettsanlegg er det sett i gang eit arbeid med å sjå på retningsliner for utleige, behov, gratisprinsippet, målgrupper, opningstider, ansvar, bookingrutinar med vidare.

Det har gjennom mange år vore fokus på planlegging og bygging av nye anlegg. Dette er inspirerande og spanande, og eit uttrykk for behov og ønske innanfor idretten. Samstundes ser me at ressursbruken på å ivareta eksisterande anlegg er redusert, noko som medfører tiltakande utfordringar. Ved rullering av budsjett og økonomiplan er det viktig å ha merksemd både på drifts-, vedlikehalds- og investeringskostnader knytt til idrettsanlegg.

7.1.1 Tilskot til drift og vedlikehald av lokale anlegg

Fleire av dei kommunale idrettsanlegga vert drifta i samarbeid mellom idrettslag og kommunen. For ordinære idrettsanlegg som tek imot spelemidlar er det kav om å halda anlegget ope i minimum 30 år (spelemidlar innvilga før 2013 har krav om 40-års drift).

Å ha idrettsanlegg i kommunen gjev ein stor gevinst med omsyn til helse og trivsel for innbyggjarane, men det kostar å drifta desse anlegga.

Teknisk eining driftar mange av idrettsanlegga i Kvam, men fleire lag får og tilskot frå Kvam herad til drift av lagsegde anlegg. Tabell 2 viser ei oversikt over faste tilskot til idrettsanlegg i Kvam.

Desse tilskota har kome til på ulike tidspunkt opp gjennom åra på bakgrunn av vedtak i heradsstyret. I tråd med forvaltningsrevisjonen som vart gjennomført i 2017, må Kvam herad sjå på rutinane for korleis desse tilskota skal handsamast i framtida.

Tabell 2 visar faste tilskot (pr feb 2018) til lagseigde idrettsanlegg i Kvam herad

Lag/organisasjon/anlegg	Fast tilskot
Kvamskogen næringslag (løypekjøring)	100 000
Sjusete skianlegg (løypekjøring)	220 000
Idrettshuset i Ålvik	20 000
Idrettshuset i Norheimsund	20 000
NIL fotball (drift av banen)	80 000
Hardanger golfklubb	40 000
SIL grasbane	150 000
SUM	630 000
Øystese fotball*	57 000

*tilskot frå teknisk eining til drift av kunstgrasbanen i Øystese. Kjem frå eit anna budsjett enn dei andre faste tilskota.

I tillegg til dei faste tilskota har Kvam herad ein årleg søknadsbasert pott på kr 200 000. Dei som får tilsegn på desse midlane må dokumentera utgiftene sine (tabell 3).

Tabell 3 visar fordeling av tilskot til drift av lagseigde idrettsanlegg i Kvam. Basert på søknader og tildelinga i 2017.

Lag/organisasjon	Tilskot 2017
Strandebarm IL (miniatyrskyttebanen)	20 000
Strandebarm IL (skyttebane Strandadalen)	10 000
Tørvikbygd skyttarlag (DFS rifleskytebane)	30 000
Hardanger Bowling	35 000
Øystese IL (Myrabakken)	12 000
Øystese IL (Øystese idrettsplass)	11 000
Norheimsund og Øystese skyttarlag (Tolomarka skytebane)	7 000
Norheimsund og Øystese skyttarlag (miniatyrskyttebane Dalatun)	5 000
Kvam klatreklubb (Buldrerom)	17 600
Øystese jeger- og fiskarlag (Blekel)	1 000
Øystese jeger- og fiskarlag (Leirduebane Melstveit)	4 000
Øystese jeger- og fiskarlag (Vetleheim)	12 000

Nærmiljøanlegg ved skular og barnehagar vert drifta av Kvam herad. Vidare driftar Kvam herad dei sentrumsnære badeplassane som har høg bruksfrekvens, nokre stader i samarbeid med lokale lag og organisasjonar.

Anlegg for friluftsliv vert drifta av ulike aktørar. Kvam turlag som er eit lokal lag av Bergen og Hordaland turlag drifter 3 turlagshytter (Vending, Kiellandbu og Breidablik) samt tilhøyrande T-merka ruter.

Bergen og Omland Friluftsråd (BOF) bidreg i arbeidet med å leggja til rette for friluftsområde langs fjorden, mange av dei i samarbeid med lokale lag og organisasjonar. Kommunen betaler årleg medlemskap til BOF på om lag kr 160 000. Medlemskapet er basert på tal innbyggjarar i kommunen.

Drift og vedlikehald av turvegar i kommunen vert gjort av enkelt frivillige og lokale lag og organisasjonar. Kvam herad har eigen tilskotordning for opparbeiding og vedlikehald av turløyper/friområdet. Søknadsfrist er 1. mars kvart år. Lag og organisasjonar kan søkja på denne ordninga.

8.0 Anleggsstatus og aktuelle prosjekt

8.1 Ordinære idrettsanlegg

Målet med bygging og rehabilitering av idrettsanlegg er å gje flest mogleg høve til å driva idrett og fysisk aktivitet. I Kvam er her mange idrettsanlegg med god standard, men og fleire anlegg av eldre dato som ikkje held mål i høve til den trongen som er i dag. Rehabilitering er ein føresetnad for god drift. I eit samfunnsøkonomisk og miljømessig perspektiv, vil det ofte vera meir lønsamt å rehabilitera framfor å byggja nye anlegg.

I Kvam har me i dag idrettsområde/idrettsanlegg i alle bygder. Det er kome innspel til planarbeidet om å sikra nok areal til idrettsføremål, utan at dette er spesifisert meir. Arbeidet med denne planen og kommuneplanen sin arealdel har i periodar føregått samstundes. Nye anlegg der det er trong til arealbruksendring vert lagt inn i arealdelen.

I det nasjonale [idrettsanlegg registeret](#) er det registrert over 170 idrettsanlegg i Kvam. Anleggsstrukturen og aktivitetsprofilen innan idrett og fysisk aktivitet er relativt tradisjonell i Kvam. Me har anlegg for vinter- og sommaraktivitetar, utandørs- og innandørs aktivitetar små nærmiljøanlegg, større idrettsanlegg og friluftslivsplanlegg som turlagshytter i fjellet.

Nedanfor følgjer ei oversikt over ordinære idrettsanlegg i Kvam samt aktuelle prosjekt knytt til dei ulike idrettane.

8.1.1 Alpint og telemark

Det er tre alpinbakkar i Kvam (Norheimsund skiheis, Kvamskogen aktiv og Furedalen alpin). Alle anlegga er privat eigd og drivne. Furedalen alpin er det største og den mest aktive aktøren. Anlegga er flittig i bruk så snart snøforholda tillèt det.

Det er eit aktivt «telemarkmiljø» i Kvam i regi av Framnes. Dei trener stort sett i Eikedalen som ligg på Kvamskogen, men i Samnanger kommune. Kvam alpinklubb har sine treningar i Furedalen.

Aktuelle prosjekt

Det er kome innspel til planarbeidet om å vurdere skiheis til Torefjell. For å få realisert ein skiheis til Torefjell er det mykje førearbeid som må gjerast. Utbygging og drift av heisanlegg er konsesjonsbelagt og underlagt kontroll. Skitau, skitrekke, stolheisar og kabinbanar er alle banar som krev konsesjon før bygging kan setjast i gang. Meir informasjon om krav for konsesjon og drift av heisanlegg er å finna på www.taubanetilsynet.no.

I tillegg til arbeid med å søkja om konsesjon og drift vil det og vera utfordringar knytt til kryssing av 420v lina som går gjennom det aktuelle området.

Pr i dag er det ingen som arbeider med denne saka. Skulle det koma eit initiativ frå nokon som ønskjer å ta jobben med å få dette til må kommunen ta stilling til saka. Per no vert ikkje skiheis til Torefjell lagt inn på lista over planlagde idrettsanlegg i Kvam.

8.1.2 Bowling

Hardanger bowlingklubb eig lokala der klubben har treningane sine (Hardangersenteret i Øystese). Klubben har sjølv ansvar for drift og vedlikehald av anlegget. Etter søknad får klubben årleg støtte frå kommunen.

8.1.3 Båtsport

I dag finnes det ikkje noko vatnsportanlegg i Kvam.

Strandebarm idrettslag har planar om eit slikt anlegg på Tangerås. Inkludert i planane er båthus for til dømes kajakk og robåtar, brygge/flytebrygge, utsettingsrampe og båtsportanlegg.

8.1.4 Fleiridrett

Kvam herad i samarbeid med Øystese idrettslag har tilbod om boccia og teppcurlig for psykisk utviklingshemma. Denne gruppa har sine treningar i Øystese idrettshall.

Aktuelle prosjekt

Det er ikkje planar om nye idrettshallar i kommunen. Det er likevel stort behov for meir lagerplass til utstyr for dei ulike idrettane.

8.1.5 Fotball

I Kvam herad er det 8 fotballbanar av ulik kvalitet og storleikar.

Tabell 4 viser banar tilrettelagt for fotball, type, storleik og om banen har lys er vist i dei ulike kolonnane.

Namn	Type	Storleik	Lys
Strandebarm idrettspark	Grasbane	110 * 66 (100 * 65)	X
Strandebarm skule	Kunstgras	50 x 30	X
Tørvikbygd skule	Kunstgras	35 x 60	X
Vikøy idrettspark	Innandørs fotball hall		X
Norheimsund stadion	Kunstgras	106 * 68	X
Øystese idrettsplass	Kunstgras	98 * 54	X
Ålvik idrettsbane	Kunstgras	40 * 60	X
Øystese barneskule	Kunstgras	65 x 40	X

Fotballbanane i Kvam har lys. Det gjer at aktivitetsområda kan nyttast utover hausten og vinteren, så sant det ikkje vert for mykje snø. I tillegg er det opna ny innandørs fotballhall i Vikøy. Denne hallen er eigd og driven av Framnes Kristne vidaregåande skule.

I Kvam finst berre ein grasbane. Alle dei andre banane har kunstgrasdekke. Kunstgrasbanar har fordelene av at dei har stor brukstid og kan nyttast heile året. Naturgrasbanar vil normalt kunne

nyttast 100 – 250 timar i sesongen. Kunstgrasbanar har ei brukstid på 1500 – 2500 timar pr. år (variere med vinterdrift) (24).

Det negative med kunstgrasbanar er at dei aller fleste banane nyttar gummigranulat, laga av oppmålte gamle bildekk. Gamle bildekk er klassifisert som spesialavfall. Av den totale mengda granulat som er i ein kunstgrasbane, blir nokre prosent, eller mellom 1 og 3 tonn, avhengig av banestorleiken og lokale forhold, spreidd rundt kvart år. Gummigranulat på avvegar er som kjent ei av dei største kjeldene for mikroplast i ferskvatn og kystnært sjøvatn.

Med kunnskapen me har i dag, og fokuset som er på mikroplast i havet og spreining av miljøgifter både globalt og i nærmiljøa, er det viktig å ta utfordringane med kunstgrasbanar mykje meir på alvor. At det kan ha negative helseeffektar å skli rundt i dette avfallet, er ei anna viktig side av saka. Risikoen vert per i dag vurdert som liten, men det kan vera god grunn til å vera føre var (25).

Det hastar med å få på plass retningslinjer for korleis banane skal designast for å redusera spreining av miljøfarleg avfall.

Aktuelle prosjekt

- 7ar-bane i Øystese (Kvam ungdomsskule)
- 7-ar bane i Norheimsund (Haugamyr)
- Det er planar om stor kunstgrasbane på Vikøyevjo.
- Det vil vera behov for å rehabilitering av dei fleste kunstgrasbanane i løpet av planperioden
- Det er ønske om ny stor kunstgrasbane i Øystese. Dersom arealplanen opnar for dette, kan ny stor kunstgrasbane i Øystese førast på lista over framtidige idrettsanlegg i Kvam.



Foto: Ålvik idrettslag

8.1.6 Friidrett

I Kvam er det fullverdig friidrettsanlegg i Standebarm med kunststoffdekke på løpebanane. I Ålvik er det delanlegg for friidrett med lengdegrop, 60m og moglegheit for kast. Anlegget i Ålvik er i dårleg stand. Det same gjeld anlegget i Norheimsund (lengde og 60m) og i Øystese (lengde, tresteg og 60m). Anlegga i Norheimsund, Øystese og Ålvik har grus som underlag.

Aktuelle prosjekt

- Det er planlagt FRIplassen inn i aktivitetsparken på Haugamyr i Norheimsund.
- I Øystese er det eit ønske om å rusta opp anlegget for friidrett. Kanskje friidrett kan flyttast til forlenginga av fotballbanen (då må vegen inkluderast i idrettsarealet). Her er det og planlagt tartan dekke.
- I Ålvik er det ingen konkrete planar, men anlegget har behov for rehabilitering.
-

8.1.7 Golf

Det er ein 6-hols golfbane på Børve. Banen er eigd og drifta av Hardanger golfklubb. Banen har i dag 6 hol med eigen drivingrange. Klubben har eit ønske om å utvida banen til ein 9-holsbane.

8.1.8 Gymnastikk og turn

Turn har hatt eit oppsving i Kvam dei siste åra. I all hovudsak føregår treningane i Norheimsund idrettshall. Gymnastikk og mosjonstilbod for vaksne skjer fleire stader i kommunen (gymsalar og idrettshallar).



Foto: Reidun Braut Kjosås

Aktuelle prosjekt

Det er eit ønske om basishall/turnhall med permanent montert utstyr; eit stort utval av matter og skumapparater samt nedfelt trampoline og grop fylt med fast eller laus skumgummi. Norges Gymnastikk og Turnforbund tilrår å byggja basishallar i tilknytning til eksisterande fleirbrukshall for å utnytta kombinasjonsmolegheita mellom ballspel og basistrening, men og for å kunne nytta felles garderobar og uteareal. I Øystese er det både plass og ønske om ei slik løysing, gjerne og i kombinasjon med klubbhus for eitt eller fleire lag. Norheimsund kan og vera ei aktuell lokalisering om det lar seg gjennomføra.

8.1.9 Handball og basketball

Handball har dei seinare åra mista ein god del medlemmer. Det er fortsatt lag for enkelte aldersbestemte jentelag både i Strandebarm og i Øystese. Desse laga trener i idrettshallane i bygdene.

Idrettsregistreringa viser at nokre gutar spelar basketball. Dei har sine treningar i Norheimsund idrettshall. På Kvam ungdomsskule er det våren 2017 kome opp «street basket»- anlegg.

8.1.10 Hestesport

Det er tre rideanlegg i Kvam. Ridehallen på Børve, ridebane på Stuve og ridebane i Vik (Øystese). Alle tre anlegga er privat eigd og drivne. Rideanlegga gjer gode tilbod til dei hesteinteresserte i Kvam.

Aktuelle prosjekt

Det er eit ønske og planar om både ridehall og utandørs ridebane i Kvam i løpet av planperioden. Stad og storleik på anlegga er ikkje avklart.

8.1.11 Hundesport

Det er eit aktivt hundemiljø i Kvam. I arbeidet med arealplanen for kommunen er det kome inn ønske om avsetning av areal til å drive hundesportaktivitetar. Gjennom spelemiddelordninga er det høve til å søkje om støtte til hall for agility samt anlegg for hundekjøring.

8.1.12 Idrettsbygg

- I Kvam er det registrert følgjande idrettshus:
- Garderobebygg og klubbhus ved Norheimsund stadion (NIL Fotball)
- Klubbhus, garderobar, lagerbygg og tidtakar bu, Strandebarm idrettspark (Strandebarm IL)
- Skihytte (klubbhus, tidtakar bu, garderobar og lager), Sjusete skisenter
- Klubbhus Ålvik IL
- Skyttarhus for Øystese jeger og fiskarlag, Vangdalsåsen
- Skyttarhus for skyttarlaga i Kvam under oppføring i Vangdalsåsen
- Skyttarhus/varmestove, Kvam pistolklubb er under oppføring i Vangdalsåsen
- Varmestove ved Furuedalen alpint

Aktuelle prosjekt

Det er planar om idrettshus fleire stader i kommunen.

- Tørvikbygd IL har byrja arbeidet med bygging av klubbhus
- Øystese IL har fram til no nytta Holmatun som klubbhus. Med nye eigarar av Holmatun vert det derfor behov for klubbhus. Det er ein tanke å kunne samlokalisera ein eventuell ny basishall, med klubbhus, tidtakarbu, lager og klubbhus for ein eller fleire idrettslag.
- I forbindelse med Haugamyrdrettspark er det ønske om å byggja nytt klubbhus (samarbeid mellom fleire idrettslag) med bordtennishall, garderobe, lagerrom, styrkerom med meir. Når dette kjem på plass, vert eksisterande idrettshus sanert i tråd med planane for aktivitetsparken på Haugamyrdrettspark.

8.1.13 Kampsportidrettar

Karate er for tida einaste kampsportidretten i Kvam. Det finst ikkje ein eigen hall for kampsport i kommunen. Karateklubben har sine treningar på Kvam ungdomsskule.

Aktuelle prosjekt

Medlemsoversikta for Kvam viser at karate er ein av dei idrettane som over tid har hatt ein jamn vekst. Det er ikkje planar om eigen hall for kampsport, men golvet i gymsalen på Kvam ungdomsskule treng rehabilitering.

8.1.14 Klatring

Kvam klatreklubb har trening i Øystese idrettshall. Her er det innandørs klatrevegg med varierende vanskegrad på klatrerutene. På gamle Norheimsund ungdomsskule er det eit innandørs buldrerom som og vert nytta til trening av klatreklubben eller andre grupper som ønskjer denne typen trening.

Aktuelle prosjekt

Buldrerrommet på Kvam ungdomsskule er ei midlertidig lokalisering. I planperioden vil det verta behov for å finna ei permanent løysing på plassering av buldrerrommet.

Det er og eit ønske om å sikra fleire utandørs klatreruter i kommunen.

8.1.15 Langrenn, skiskyting og hopp

Organisert langrenn- og skiskyttartrening føregår i løypenettet på Sjusete. Her er det 5 km lysløype, samt ytterlegare 11 km preparerte løyper (Allkleivsløypa og Kjosåsløypa). Eigenorganisert skitrening og turgåing i preparerte løyper føregår både på Sjusete, på Kvamskogen, Åseløypa på Oma samt Grønningsløypa i Strandebarm.

Løypenettet på Sjusete er fleire stader oppgradert. Det er og kome på plass 1,2 km rulleskiløype i tilknytning til ny standplass for skiskyting.



Foto: Thor Arvid Pedersen

Kvam har og hoppanlegg. Hoppbakkane ligg på Myrane i Øystese (K-15, K-35 og K-68). Bakkane er i relativt god stand, men det har dei seinare åra vore særst liten aktivitet i anlegga på grunn av manglande snøforhold og ingen registrerte skihopparar frå Kvam.

Aktuelle prosjekt

På Sjusete er det planar om utviding av rulleskiløypa. I rulleskiløypa vil det krevja mindre snø og vera enklare å preparera skiløyper på vinteren. Det er og eit ønske om å

etablera langrennscross og skileikområde med rekrutteringsbakkar for hopp på Sjusete. Den minste bakken på Myrane kan sannarast om dette kjem i orden. Kvam LSK er og i gang med bygging av eit mindre skyttarhus i forbindelse med skiskyttarstadion. Det er og ønske om ein tribune.

På Kvamskogen kan det verta aktuelt i å etablera lysløype med preparerte skiløyper på vinteren også eigna for tur, jogging og sykling andre delar av året.

Spelemiddelordninga tek og opp i seg støtte til snøproduksjonsanlegg. Dette kan verta aktuelt i Kvam i løpet av den kommande planperioden.

8.1.16 Motorsport

Kvam har i dag ingen motorsportanlegg. Det er kome innspel til planarbeidet om motorsportanlegg i Vangdalsåsen og ATV-løype i Vikedal. Det er og eit ønske om bane for radiobilar.

Aktuelle prosjekt

Det ligg ikkje føre konkrete planar om anlegg for motorsport. I planperioden vil det kanskje verta aktuelt å sjå nærmare på kva som er behovet og kor eit eventuelt anlegg kan etablerast.

8.1.17 Orientering

Det er registrert få aktive orienteringsløparar frå Kvam dei siste åra. Det har likevel vore arrangert både regionale og nasjonale konkurransar i kommunen, seinast i august 2017. Arrangørлага er ofte klubbar frå Bergen eller andre nærliggande kommunar.

I planperioden kan det verta behov for nye O-kart og oppdatering av eksisterande o-kart fleire stader i kommunen.

8.1.18 Racketidrettar

Racketidrettane omfattar tennis, badminton og bordtennis. Hardanger bordtennisklubb driv godt og har medlemmar i ulike aldersklasser og tilbod både til breddeaktivitet og toppsatsing.

Aktivitetar som innebandy og badminton har og i periodar hatt treningstider i idrettshallane. Desse aktivitetane er ikkje organisert gjennom eit idrettslag.

Aktuelle prosjekt

I aktivitetsparken på Haugamyrr er det planar om eit utvida klubbhus der det mellom anna er laga plass til ein bordtennishall. Vidare satsar bordtennisklubben på å få opp interessa for idretten og dei bidreg i arbeid med å få på plass bordtennisbord både innandørs og utandørs, til dømes på Kvam ungdomsskule.

Det er kome inn ønske om å etablera ein ny tennisbane i Tørvikbygd. Utandørs bordtennisbord kjem inn under nærmiljøanleggordninga.



Foto: Reidun Braut Kjosås

8.1.19 Skyting

I Kvam har det i mange år vore 5 utandørs skytebanar (Ålvik, Tolomarka, Tørvikbygd, Strandebarm og Mundheim), 2 innandørs banar (Dalatun og Strandebarm), 3 skyttarhus (Tolomarka, Tørvikbygd og Strandebarm) og ein trap- og skeetbane på Melstveit. Banane i Ålvik, Tolomarka, Strandebarm og Tørvikbygd vert lagt ned som følgje av banen i Vangdalsåsen. Det same gjeld skyttarhusa og banen på Melstveit.

Det nye skyteanlegget i Vangdalsåsen har kome godt i gang. I dette anlegget får me ei samlokalisering av fleire skyteanlegg. Bane for jaktskyting og tilhøyrande skyttarhus er ferdig. Skeet- og trapbanen er under oppføring. Baneskyting (rifle 100m og 200m), skyttarhus og minityrskytebane er også under bygging og vil snart vera klare, det same gjeld pistolbanen.

Anlegget i Vangdalsåsen har moderne opplegg for skyteaktivitetar og vil når det er ferdig vera ein attraktiv stad å driva skyteidrettar. Anlegget er eigd og drive av Hardanger skyttarlag, Kvam pistolklubb, Hardanger sportsskyttarklubb og Øystese jeger- og fiskarlaget.

Aktuelle prosjekt

Ved ferdigstilling av det moderne og nye anlegget i Vangdalsåsen synes behovet innanfor skytesporten å vera dekt i planperioden.

Mundheimsdalen skyttarlag er ikkje ein del av Hardanger skyttarlag og anlegget i Vangdalsåsen. I planperioden kan det verta aktuelt med ei oppgradering av skytebanen på Mundheim.

8.1.20 Sykling

Sykkelsporten sine anlegg er som oftast dei offentlege vegane, så og i Kvam.

Bike-trial er ei grein innanfor sykkelsporten som treng anlegg. I fleire år har det vore ulike midlertidige plasseringar av eit bike-trial anlegg. I planane for Haugamyrdrettspark er eit område for Bike-trial teikna inn. Det er eit aktivt bike-trial miljø i Kvam som allereie våren 2018 går i gang med bygging av anlegget på Haugamyrdrettspark.

8.1.21 Skøyter

Det er pr i dag ingen skøytebane i Kvam. Hardanger skøyteklubb har planar om rulleskøytebane i Vikøy. Skøyteklubben arbeider med å få dette på plass.

Klubben har fått kr 195 000 i spelemidlar til anlegget, desse midlane må nyttast innan relativt kort tid.

8.1.22 Symjing

I Kvam er det i dag fem symjeanlegg – Ålvik skule, Øystese barneskule, Norheimsund barneskule, Framnes kristne vidaregåande skule og Strandebarm skule. Bassenget i Strandebarm er 25 x 12,5 meter, dei andre bassenga er mindre opplæringsbasseng. Desse anlegga dekkjer i dag primært grunnskulen sine behov.

Det er tilbod om offentleg bading i Strandebarm og Ålvik frå haustferien til påskeferien. Strandebarm IL og Ålvik IL har driftar dette tilbodet. Bassenget i Øystese vert ikkje nytta på kveldstid, medan bassenget i Norheimsund er utleig til ulike grupper nokre timar i veka.

Bassenget i Strandebarm er relativt nytt og i god stand. Dei tre offentleg skulebassenga er i dårleg stand og har relativt høge driftsutgifter. Berekningar gjort i 2015 viser at det bør setjast inn større investeringar dersom bassenga skal fungera i mange år framover. Sjølv med desse investeringane vil fortsatt byggja bassenga liggja i, ikkje følgja krava til gode idrettsanlegg etter dagens standard.

Aktuelt prosjekt

Bygging av Hardangerbadet er i gang (25m treningsbasseng, opplæringsbasseng og stupetårn). Når Hardangerbadet er ferdig (hausten 2019) vil skulebassenga i Norheimsund, Øystese og Ålvik bli lagt ned. Bassenget i Strandebarm vil halda fram som nå.

8.1.22 Treningscenter

I Kvam er det 2 treningscenter – eit privat eigd i Norheimsund (Hardanger trening, med ubemannafilial i Øystese) og eit i Ålvik (eig av idrettslaget).

Aktuelle prosjekt

I forbindelse med bygging og etablering av Hardangerbadet er det planar om etablering av eit nytt treningscenter. Det vil kanskje og vera aktuelt med treningsrom/styrkerom som ein del av idrettshusa/basishall nemnt tidlegare.

8.1.23 Volleyball og sandvolleyball

Volleyball er ein av dei største idrettane i Kvam og derfor og ein stor brukar av fleirbrukshallane, særleg i Øystese, men og noko i Norheimsund og Strandebarm.

Det er 5 sandvolleyballbanar i kommune:

- 2 banar på Kvam ungdomsskule (nyrenovert i 2017)
- 1 bane i Norheimsund (Strandvegen)
- 2 banar i Strandebarm (Strandebarm idrettspark)



Foto: Rosvoll Volleyball

Aktuelle prosjekt

Det er ikkje planar om ny idrettshall i Kvam i kommande periode. Ein eventuell basishall i tilknytning til idrettshallen i Øystese kan og vera eit godt supplement til basistrening for volleyballspelarane.

Etablering av sandvolleybanar knytt til badeplassar/friområde kan vera aktuelt i planperioden. Banane på Kvam ungdomsskule er nyleg rehabilitert (ny sand). Med nokre års mellomrom bør det gjennomførast større vedlikehald og gjerne skifte av sanden. Dette kan vera aktuelt for alle banane i Kvam i løpet av planperioden.

8.2 Anlegg for friluftsliv

I Kvam har me flotte naturområde som gjev høve til eit mangfald av aktivitetar, men ikkje alle områda er like lett tilgjengelege. Ulike tilretteleggingstiltak kan auke tilgangen. God tilrettelegging for fotturar og sykkelurar er gunstig. Alle, uavhengig av økonomi, alder og fysisk form, kan delta på denne typen aktivitetar.

Å etablere parkeringsplassar nær friluftslivområde gjer det enklare å nytta seg av tilboda. God tilrettelegging vil gjera Kvam meir attraktiv i høve friluftslivopplevingar for innbyggjarar og turistar. Vidare vil utbetring av sanitærforhold og rullestolrampar, t.d. ved badeplassar auke tilgjenge for mange. Tilrettelegging handlar og om å utvida turnettet i kommunen, rydding og merking av turstiar samt informasjon og marknadsføring av tilboda som finst. Tilrettelegging for naturbaserte aktivitetar og opplevingar, sommar og vinter, til fots, på sykkel eller på fjorden har eit stort utviklingspotensiale i Kvam.

8.2.1 Turveggar/turstiar og turmål

Gang- og sykkelvegane langs fylkesvegane, kommunale vegar og turveggar i nærområda og i fjellet er dei mest brukte anlegga for fysisk aktivitet i kommunen.

Dei siste åra har mange frivillige gjort ein stor jobb med merking og gradering av turveggar.

Det er 2 lysløyper i kommunen Sjusete (5km) og Åse løypa på Oma (ca 1,5 km).

Det er få område i kommunen som er tilrettelagt for sykkel utan asfalt som underlag.

Kvam har mange flotte turmål. Nokre av dei er tilrettelagt med bord og benker. Andre har bålplassar ein gapahuk. Døme på slike turmål er Blekel, Botnane og Skisete.

Aktuelle prosjekt

Arbeidet med merking og gradering av turveggar bør halda fram i tida som kjem. Turvegane må og gjerast kjent for innbyggjarar og tilreisande. Det er behov for å få oversikt over alle merka turveggar i kommunen.

I ei tid har det vore eit stor ønske om å få til ein turveg frå Kvamskogen til Sjusete. I kommande periode er dette ei prioritert oppgåve. Å binda saman eksisterande turveggar til lengre turdrag er og ei oppgåve å sjå nærmare på.

Kvamskogen er eit mykje brukt tur og rekreasjonsområde, særleg på vinteren. Å etablere samanhengande tur- og sykkelløyper på Kvamskogen, om mulig nytta skiløypetraseane er eit forslag å sjå nærmare på.



Foto: Kjell Inge Tyssen

Vidare er det kome innspel om behov for turveggar med mjukt underlag og lite variasjon i høgde (mest mulig flatt).

Det er behov for fleire lysløyper i kommunen.

Det er behov for auka parkeringskapasitet fleire stader i kommunen. Døme på dette er på Bjørke (Fykse), på Hovland (Soldal) og i Fitjadalen.

Framover vil det vera aktuelt å setja opp troskytjer/gapahukar eller gjera andre mindre tilretteleggingar på fleire turmål.

8.2.2 Sanitæranlegg

Det er etablert toalettanlegg ved Turvefjøre i Ålvik, Steinstøberget, Botnen, Blekel i Fitjadalen, Skårsvatnet, Øystese stranda, Holmsund, Sjusete, Kvamsøy, Vikøyevjo, Steinsdalsfossen, på Mundheim og eit førebels anlegg på stronde i Norheimsund.

Aktuelle prosjekt

Det er planar om toalettanlegg ved Tangeråsneset, i Ljonesvågen, Strandvegen i Norheimsund og på Kvamskogen. Behov og utbygging av toalettanlegg vert fortløpande vurdert.

8.2.3 Badeplassar

På Kvam herad si nettside finn du oversikt over alle [badeplassane](#) i kommunen.

Aktuelle prosjekt

Det ligg ikkje føre aktuelle planar for etablering av nye badeplassar. Trongen for badeplassar i Kvam er godt dekkja med dei plassane me har i dag. Fasilitetar som badeflåtar, brygge, utlegging av sand, stupetårn, rampar, bord og benker med meir må vurderast fortløpande.

Om det ikkje er behov for etablering av nye badeplassar kan det verta aktuelt å gjera eksisterande badeplassar meir tilgjengelege. Eit døme på dette er Kvitanes/Bersestrondi i Ålvik.



Foto: Caroline Stryker Vassnes

8.2.4 Turisthytter

Det er 3 turisthytter i Kvam; Breidablik, Vending og Kiellandbu. Dei er alle eigd Bergen og Hordaland turlag. Kvam turlag, som er eit lokallag under Bergen og Hordaland turlag har tilsyn med hyttene.

Aktuelle prosjekt

Turistforeininga har, så vidt me kjenner til, ingen konkrete planar om etablering av fleire turlagshytter i Kvam. Det er likevel planar om ny hytte på Breidablik, samt nokre endringar og oppgraderingar av eksisterande bygg.

I planperioden kan det verta behov for endringar og utviding på eit eller fleire av hytteanlegga.

8.3 Nærmiljøanlegg

Kvam har fleire nærmiljøanlegg, men mange av dei er eldre anlegg som treng oppgradering eller ombygging i tråd med trendar og utvikling. Frå eit folkehelseperspektiv er det viktig å etablere aktivitetsanlegg som inviterer til fysisk aktivitet. Det er både eit ønske og behov for fleire nærmiljøanlegg lokalisert i område der folk bur og oppheld seg. Det er behov for nærmiljøanlegg som treff målgrupper på tvers av alder, men og anlegg som møte ungdom spesielt.

8.3.1 Ballbingar og ballplassar

Det er ballbingar og ballplassar mange stader i kommunen. I tillegg finn ein mindre kunstgrasbanar som vert klassifiserte som nærmiljøanlegg.

Tabell 5 viser ei oversikt over ballbingar, ballplassar og mindre kunstgrasbanar i kommunen

Ballplassar (grus eller asfalt som underlag)	Ballbingar	Mindre kunstgrasbanar
Holmsund/Nyatreet	Norheimsund idrettsbane	Øystese barneskule
Kvam ungdomsskule	Øystese barneskule	Ålvik idrettsplass
Ålvik skule, ballplass	Tørvikbygd skule	Tolomarka ballplass
Fykse skule, ballplass		Norheimsund barneskule
Innstranda ballplass		Strandebarm skule
Oma skule ballplass		Tørvikbygd skule
Vikøy/Aksnes skule ballplass		
Steinsdalen skule, ballplass		
Mundheim skule, ballplass		

Det er i nokre tilfelle knytt utfordringar i høve støy mot nabolaget for slike anlegg, noko som må takast omsyn til ved eventuell utbygging av fleire.

Aktuelle prosjekt

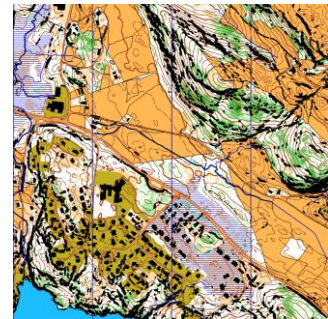
Det er kome innspel om etablering av ny ballbinge ved Norheimsund skule. Nye søknader om ballbingar/ballplassar vert vurdert fortløpande. Rehabilitering av eksisterande ballbingar/ballplassar vert sentralt i perioden.

8.3.2 Andre nærmiljøanlegg

- Bike-trial miljøet i Kvam har eit midlertidig anlegg på idrettsbanen i Norheimsund.
- Joggeløype rundt Kvam ungdomsskule
- Joggeløype i tilknytning til Strandebarm idrettspark.
- Buldrerom på gamle Norheimsund ungdomsskule.
- Utandørs treningsapparat er nyleg sett opp på Tangerås i samband med idrettsparken.
- Badeflåte på Skårsvatnet
- Turkart, Fykkesund landskapspark
- Skulekart for orientering (Strandebarm, Øystese, Ålvik)

Aktuelle prosjekt

- I aktivitetsparken på Haugamyrdalen er det inkludert ein bike-trial bane. Bana er under planlegging (våren 2018).
- Det er behov for å finna ein permanent lokalisering av eit buldrerom.
- Det er ønske om utandørs treningsapparat fleire stader i kommunen.
- Det vil vera trong for nye og/eller rehabilitering av eksisterande nærmiljøanlegg. Søknader vil verta vurdert fortløpande.
- Parkour er ein veksende aktivitet særleg blant ungdom. Kvam har ikkje noko egna anlegg for dette. Det kan verta aktuelt å byggja mindre parkouranlegg i planperioden. I planane for aktivitetspark på Haugamyrdalen og for utvikling av utearealet ved Kvam ungdomsskule er parkour nemnt. Andre område kan og vera aktuelle.
- Å hoppa på trampoline er populært. Mange har trampolinar i hagane sine, men det finnes ingen utandørs trampoline på offentleg stad i Kvam. Det er ønske om utandørs trampoline fleire stader i kommunen.
- Fleiraktivitetsområde kan vera aktuelle nærmiljøanlegg fleire stader i kommunen.
- Tilrettelegging for mindre isflater er aktuelt nærmiljøanlegg for vinteraktivitetar.
- Orienteringskart for nærområda vil vera aktuelt i planperioden.
- Det kan verta aktuelt å etablera skateboardanlegg i planperiode. Ålvik har lenge ønskt å få dette til.



9.0 Spelemiddelordninga

Spelemidler til anlegg for idrett og fysisk aktivitet er heimla i Lov om pengespel mv (pengespillova) av 28. august 1992. Det vert gjevne spelemidler til bygging og rehabilitering av anlegg for idrett og friluftsliv, samt nærmiljøanlegg etter gjevne kriterier. Tilskotssummen kan verta endra frå år til år.

Kulturdepartementet gir kvart år ut eit hefte med føresegner om tilskot til anlegg for idrett og fysisk aktivitet (V-0732 B for 2017). I nemnte føresegner er statleg anleggspolitikk skildra slik:

«Statens overordnede mål kan sammenfattes i visjonen idrett og fysisk aktivitet for alle.

Idrett og fysisk aktivitet for alle innebærer at staten gjennom sin virkemiddelbruk skal legge til rette for at alle som ønsker det, skal ha mulighet til å delta i idrett eller drive egenorganisert fysisk aktivitet. Den viktigste forutsetningen for dette er satsing på anlegg for idrett og fysisk aktivitet, herunder friluftsliv.

Staten har som mål å bidra til bygging og rehabilitering av infrastruktur, slik at flest mulig kan drive idrett og fysisk aktivitet. Det offentlige har imidlertid ikke ansvar for å etablere anlegg for alle typer særvidretter og ferdighetsnivå i alle lokale sammenhenger. Det er viktig og nødvendig at det foretas behovsvurderinger på lokalt, regionalt og nasjonalt nivå. I den forbindelse er det viktig for staten å fremheve at de viktigste målgruppene for bruk av spillemidler til idrettsformål er barn (6-12 år) og ungdom (13-19 år). I tillegg vil staten legge til rette for at personer med nedsatt funksjonsevne skal kunne delta i idrett og fysisk aktivitet ut fra sine ønsker og forutsetninger. Det er også et mål å legge til rette for at personer som i dag er fysisk inaktive, kommer i gang med aktivitet.

Spillemidler til bygging og rehabilitering av idrettsanlegg skal bidra til en infrastruktur som gir befolkningen mulighet til å drive både egenorganisert aktivitet og aktivitet i regi av den frivillige medlemsbaserte idretten.

Anlegg i lokalmiljøet, som stimulerer og tilfredsstillende barns behov for fysisk aktivitet i organiserte eller egenorganiserte former, prioriteres særskilt. Når det gjelder ungdom, er det et mål å utvikle anlegg som tilfredsstillende ungdommens behov for utfordringer og variasjon. Ungdom må gis mulighet til å medvirke i utformingen av anlegg. Anleggene bør fungere som gode sosiale møteplasser i lokalsamfunnene.

Spillemidler til bygging og rehabilitering av anlegg for idrett og fysisk aktivitet med stort brukspotensial, samt nærmiljøanlegg, er sentrale virkemidler for å innfri de statlige målene på anleggsfeltet».

Heftet inneheldt føresegner for ordinære anlegg, føresegner for nærmiljøanlegg, føresegner for anlegg for friluftsliv i fjellet, rekneskap og kontroll, kommunal og fylkeskommunal sakshandsaming.

9.1 Ordinære anlegg

I spillemiddelordninga er ordinære anlegg å forstå som anlegg for organisert idrett og fysisk aktivitet samt eigenorganisert fysisk aktivitet. Anlegg må på før byggestart ha ei idrettsfunksjonell førehandsgodkjenning gitt av kommunen eller departementet. Dette gjeld både for nybygg, rehabilitering og ombygging.

Det er eit vilkår for å kunne søkja om spelemidlar at anlegget er del av ein vedteken kommunal plan som omfattar idrett og fysisk aktivitet. For orienteringskart, skilting/merking av eksisterande turvegar, tur-/skiløyper og turstiar gjeld ikkje dette vilkåret.

Som hovudregel er det høve å søkja om 1/3 av godkjend kostnad. For mange anlegg er det eigne fastsette satsar på tilskot frå spelemiddelordninga. Til turvegar og turstiar kan tilskotet utgjera opptil 50% av godkjend kostnad, inntil kr 1.000.000. Leigeavtale av grunn må minst vera på 30 år.

I årlege føresegner for tilskot til idrett og fysisk aktivitet står det fylldig informasjon om kven som kan søkja, kva du kan søkja om, korleis du skal gå fram og kor mykje du kan venta å få. Søknadsskjema og meir informasjon er tilgjengeleg på www.anleggsregisteret.no

9.2 Nærmiljøanlegg

Nærmiljøanlegg betyr utandørsanlegg for eigenorganisert fysisk aktivitet nær buområde, og/eller aktivitetsområde. Søkjar må ha rett til bruk av grunnen der anlegget skal plasserast, og avtalen må vera på minst 20 år. Nærmiljøanlegg skal vera fritt og allment tilgjengelig for eigenorganisert fysisk aktivitet. Nærmiljøanlegg skal på lik line med ordinære anlegg ha ei idrettsfunksjonell førehandsgodkjenning frå kommunen før byggearbeidet startar.

Det kan normalt søkjast om halvparten av godkjend kostnad, øvre tilskotsgrense er kr 300.000, og nedre grense kr 25.000. Nærmiljøanlegg, med ei kostnadsramme over kr 600.000, skal vera med i ein kommunal plan for idrett og fysisk aktivitet, og anlegget kan takast med i planen ved rullering av handlingsprogrammet.

Anlegg i tilknytning til skulane sine uteområde kan gå inn under tilskot for nærmiljøanlegg.

Søknadsskjema og meir informasjon er tilgjengeleg på www.anleggsregisteret.no

10.0 Definisjonar og begrepsavklaringar

- Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet vert definert som ein kvar kroppsleg bevegelse initiert av skjelettmuskulaturen som resulterer i ei auke i energiforbruket utover kvilenivå.

Fysisk aktivitet består av 3 ulike dimensjonar

1. Intensitet
2. Frekvens
3. Varighet

Les meir [her](#).

- Fysisk inaktivitet

Fysisk inaktivitet kan forklarast som ein tilstand kor det er minimal auke i energiforbruket utover kvilenivå. I praksis vil det seia å liggja eller å sitja i ro i vaken tilstand.

Les meir [her](#).

- Fysisk form

Fysisk form er eit sett av eigenskapar som me har eller tileignar oss, og som er relatert til evna me har for å utføra fysisk aktivitet. Fysisk form kan delast opp i faktorar som kondisjon, muskelstyrke, rørsle, hurtigheit, koordinasjons- og reaksjonsevne, teknisk dugleik med meir.

Faktorane som utgjer fysisk form vert ofte delt i to grupper:

- prestasjonsrelatert form er relatert til idrettsprestasjonar
- helserelatert form.

Les meir [her](#).

- Trening

Trening vert ofte definert som aktivitet som er planlagt, strukturert og repetiv (det vil seia gjentakningar over tid og gjerne regelmessig) i den hensikt å forbetra eller oppretthalda ein eller fleire komponentar av den fysiske forma. Trening er altså en systematisk påverknad av kroppen, og type trening vil variera avhengig av kva komponentar av fysisk form ein ønskjer å påverka (til dømes uthaldstrening, styrketrening, balansetrening).

Les meir [her](#).

- Idrett

Idrett er fysisk aktivitet drive for å betre ein utøvar sin fysiske og psykiske helse gjennom mosjon og rekreasjon (mosjonsidrett) eller for å oppnå best mogleg resultat i øvingar med fast struktur og regelverk (konkurransidrett).

I denne planen er idrett brukt som omgrep både for mosjonsidrett og konkurransidrett.

- Friluftsliv

I tråd med Meld.St 18 (2015-2016) legg denne planen til grunn følgjande definisjon av friluftsliv: «Opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse».

Lese meir i [Meld.St 18 \(2015 – 2016\)](#)

- Allemannsretten og allemannsplikten

Allemannsretten gjev rett til ferdsel og opphald i norsk natur. Den gjeld når du er i skogen, på fjellet, sjøen og elva, i vatnet – uavhengig av kven som er grunneigar. Du kan og hausta av naturen: plukka bær, sopp og blomster, eller fiske i saltvatn.

Ferdsel og opphald må skje innanfor rimelege grenser, og på ein slik måte at du ikkje er til ulempe for grunneigar og andre som er på tur.

Allemannsretten gjev deg rettigheter, men og plikter. Fri ferdsel og opphald skal føregå utan særleg ulempe for andre. Allemannsretten tar sikte på å regulera bruken, slik at skader på naturmiljøet vert minimale, og at konfliktnivået vert dempa. Friluftsløven definerer avgrensingar i § 11 om god ferdselskultur.

Nokre aktiviteter er særleg belastande for grunneigar og naturen at dei ikkje kan reknast blant allemannsrettane, til dømes paintball.

Les meir på [miljødirektoratet sine nettsider](#).

- Folkehelse

Folkehelse er innbyggjarane sin helsetilstand og korleis helse fordeler seg i befolkninga.

- Folkehelsearbeid

Folkehelsearbeid er samfunnet sin innsats for å påverka faktorar som direkte eller indirekte fremjar befolkninga si helse og trivsel, førebygger psykisk og somatisk sjukdom, skade eller lidning, eller som beskyttar mot helsetrugsar, samt arbeider for ei jamnare fordeling av faktorar som direkte eller indirekte påverkar helsa.

Les meir om [folkehelsearbeid](#)

- Sosial ulikskap i helse

Sosiale helseforskjellar er ein gradient – visualisert som ei trapp i samfunnet. Når me samanliknar grupper i samfunnet, finn me systematiske forskjellar i helse. Jo høgare utdanning og inntekt ei gruppe har, jo høgare del av gruppa sine «medlemmer» har god helse (11). Dette kallar me sosiale helseforskjellar eller sosial ulikskap i helse. Helsa vert betre for kvart trinn på den sosioøkonomiske stigen. Lengre utdanninga gjev statistisk sett betre helse. Det same gjeld inntekt.

Dei sosiale helseforskjellane gjeld for nesten alle sjukdomar, skader og plager. Me ser forskjellane i alle aldersgrupper. Desse forskjellane fører til mange tapte arbeidsdagar og leveår med god helse og livskvalitet.

Sosiale helseforskjellar er urettferdige og representerer eit tap for både enkeltmenneske, familiar og samfunnet. Befolkninga sitt totale helsepotensiale vert ikkje utnytta fullt ut.

Les meir om dette på [folkehelseinstituttet sine nettsider](#)

11.0 Referanseliste

- 1) Kommunalplanlegging for idrett og fysisk aktivitet (revidert utgve 2014, s. 44 revidert nov. 2015). Veileder. Kulturdepartementet. V-0798 B
- 2) www.Statistikk.igest.no
- 3) Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet. Innspill til departementenes videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen. Helsedirektoratet. 2014. IS- 2167.
- 4) Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15-åringer i Norge. Resultater fra en kartlegging i 2011. Helsedirektoratet. 2012. IS-2002
- 5) Fysisk aktivitet og sedat tid blant voksne og eldre i Norge. Nasjonal kartlegging 2014 – 2015. Helsedirektoratet. 2015. IS-2367.
- 6) Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet. Helsedirektoratet. IS-2170
- 7) Meld.St.26 (2011-2012). Den norske idrettsmodellen. Kulturdepartementet. 2012.
- 8) Hordaland idrettskrets. Medlemsregistrering. 2016.
- 9) [UngData undersøkninga i Kvam 2017](#) (27.04.2018)
- 10) Walseth Kristin. En problematisering av idretten som arena for integrasjon av etniske minoriteter. Norges idrettshøgskole, Oslo. 2004.
- 11) Helsedirektoratet. Lokalt folkehelsearbeid. www.helsedirektoratet.no (27.04.2018).
- 12) Nasjonal sykkelstrategi 2014 – 2023 – Sats på sykkel! Grunnlagsdokument for Nasjonal transportplan 2014 – 2023. Statens vegvesen. VD rapport nr 7. 2012.
- 13) Treningscenterbransjen 2017. Virke trening.
- 14) Meld.St.18 (2015-2016). Friluftsliv, Natur som kilde til helse og livskvalitet. Klima og miljødepartementet 2016.
- 15) Læreplanverket.Utdanningsdirektoratet. <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/> (27.04.2018)
- 16) Kartlegging og verdsetting av friluftsområder. Veileder. Miljødirektoratet. M98. 2013.
- 17) Enjolras, Bernard, Kari Steen-Johnsen og Guro Ødegård (red.), «Deltagelse i frivillige organisasjoner. Forutsetninger og effekter». Oslo: Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor. Rapport 2012.
- 18) Folkestad B, Christensen DA, Strømsnes K, Selle P. Frivillig innsats i Norge 1998 – 2014. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor. 2015.
- 19) Frivillighet Norge sine [nettsider](#) (27.04.2018)
- 20) [Hordaland idrettskrets](#) 27.04.18
- 21) Breivik G og Rafoss K. Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet. Norges idrettshøgskole og Norges Arktiske universitet. Helsedirektoratet. 2017.
- 22) Frivillig undersøkninga i Kvam 2016. Frivillighet Norge.
- 23) Riksrevisjonens undersøkelse av tilskudd til idrettsanlegg. Dokument nr 3:8 (2008 – 2009).
- 24) Kunstgressboka. Veileder. Kulturdepartementet. 2015
- 25) Miljødirektoratet sine [nettsider](#) (27.04.2018)

12.0 Vedlegg

- Vedlegg 1 – Spørjeskjema kommunedelplan fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv
- Vedlegg 2 – Oversikt over innspel til planarbeidet
 - Del 1 elektroniske innspel
 - Del 2 skriftlege innspel og innspel frå folkemøte
- Vedlegg 3 – Oversikt over lover, meldingar, retningslinjer mv.
- Vedlegg 4 – Oversikt over førre planperiode
- Vedlegg 5 – Medlemstal idretten i Kvam
- Vedlegg 6 – Tal aktive medlemmar i dei ulike idrettane i Kvam
- Vedlegg 7 – Kartlegging og verdsetting av friluftsområde i Kvam
- Vedlegg 8 - Kart med oversikt over idrett-, friluftslivs- og nærmiljøanlegg i kommunen