

Omfang og aktivitetsbegrensninger

1 Bruk

1.1 Området skal nyttes til anlegg/baner for motorsport med tilhørende bygninger og konstruksjoner. Fortrinnsvis til trening og stevner for knattcross, motocross, ATV (knattcrossbanen), crosskart, rallycross, bilcross, shortcar og snøscooter.

1.2 Treningstider, treningstimer og stevner.

- a) Barneidrett fra 5-12år (knattcross, ATV på knattcrossbanen, motocross på hovedbanen med de minste motorstørrelsene, crosskart MINI og snøscootercross med barnescootere.):
 - Organisert øvelseskjøring for de aller minste fra 5-12 år kan gjennomføres i tidsrommet mandag- fredag fra kl. 16.00-20.00, lørdag kl. 12.00-16.00 eller søndag i tidsrommet kl. 13.00-17.00.
- b) Øvrige grener som rallycross, bilcross, shortcar, crosskart og motocross-/ snøscooter, større kjøretøy:
 - 98 treningsdager pr. år. To dager i uken fra klokken 18.00-20.00. Fra september/oktober fra kl. 17.00-19.00 (grunnet sikkerhetsmessige årsaker som følge av manglende flomlys på anlegget, som betyr reduksjon av effektiv treningstid.) Skulle det bli etablert flombelysning i fremtiden, vil treningstidsrommet være likt uavhengig av årstid. Bilgrener trener kun en av to kvelder i perioden oktober-april, men begge kveldene i perioden mai-september. Snøscooter og motocross er sesongbasert og deler banen.
 - Treningsdager fastsettes av idrettslaget og velges mellom mandag-fredag (aktivitetsdager med prøvekjøring kan arrangeres på stevnehelger)
- c) Stevner:
 - *)4 helgestevner pr.år som omfatter grenene rallycross, bilcross- shortcar-crosskart. (Inkluderer klubbloppet for alle grener, samt en NM-runde eller NMK sin Landsfinale.
 - I snitt 1 helgestevne pr. år i forbindelse med tildeling av NMK sin Landsfinale, eller NM runde fra NBF). **) NM-runde og Landsfinale er større arrangement som fører til økt aktivitet fra torsdag til søndag.
 - 2 stk. løpsdager for motocross, inkluderes innunder to av 4 stevner for rallycross-bilcross-shortcar-crosskart. (Eller frittstående om tredje og fjerde stevnet ikke arrangeres.)
 - 1 løpshelg pr. år for snøscootercross. (2 løpsdager)
 - I forbindelse med stevnehelger gjelder ikke begrensningene i pkt. a, b og c om støy og tidsavgrensning av banebruk.
 - En motorsport-aktivitetshelg for barn og unge.
 - 4 stk dager for ikke-motorisert aktivitet med høytalerbruk.

*) se punkt **1.10** , d)

) se punkt **1.10, e) og f)

1.3 Når motorsport ikke utøves, kan anlegget tas i bruk for:

- a) Ikke motorisert aktivitet som f.eks. langrenn, ski-cross, skistafett, sykling og orientering, fjernstyrte biler med eller uten høytalerbruk (max 4.stk dager med høytaler).
- b) Øvelsesbane for registrerte kjøretøy som eks. ambulanse, Etater i kommuner, (eks. NAV) kjøreskole, politietat, ambulanse, brannvesen og for ungdommer som ønsker kjørerfaring til ATV og bil under trygge forhold.
- c) *) Kjøring for ungdom som ønsker innlagt sladd og skrens utføres kun på snø og islagt bane, gjerne i samarbeid med politiet for å bygge positiv relasjon mellom ungdom og etat.
- d) **) Depot kan benyttes til parkeringsplass om vinteren.

1.4 Forutsetninger:

- a) Punkt 2 og 3) For disse aktivitetene gjelder at støynivået ikke skal overstige gjeldende bestemmelser om støynivåer nedfelt i lover som omfatter støy og forurensing (forurensingsloven, plan- og bygningslovens retningslinjer for støy i arealplanlegging T-1442, vegtrafikkloven etc.)
- b) *) Øvelseskjøring for ungdom som gjelder kun kjøring på snø og islagt bane. Dersom det også er mulig med denne type kjøring om sommeren, kan dekkskrik på tørr eller våt asfalt ansees som høyst sannsynlig. På grunn av sikkerhet bør aktiviteten legges til dagtid helg. Man kan oppfordre ungdom til å skrense kun på områder med grus, men vanskelig å si om ungdommen tilegner seg den informasjonen.
- c) Det benyttesategodkjente biler.
- d) **) Flå Scooterklubb har forespurt om parkeringsmulighet vedrørende rekreasjonsløyper for snøscooter på den lokale marka (saken er ute til høring) Vi er positive til forespørselen, men ser også viktigheten av å holde anlegget stengt for uvedkommende. Klare retningslinjer må foreligge i en evt. avtale, hvor generell opplysning, oppmerking og avsperring blir nødvendig. Ved brudd på avtale, opphører eventuelt samarbeid umiddelbart.

Tidsinndeling:

Dagtid: 07.00- 19.00

Kveldstid: 19.00-22.00

2 Bruksbegrensninger

- a) Ingen aktivitet i pinse/ jul /påske og Kristi Himmelfartsdag, samt 17 mai.
- b) Det skal ikke arrangeres stevner på to påfølgende helger
- c) Følgende begrensninger i forhold til antall kjøretøy som tillates på banen samtidig, både under trening og konkurranse:

Rallycross:	6 stk.	(4 stk. på trening)
Bilcross:	6 stk.	(4 stk. på trening)
Motocross:	20 stk.	(15 stk. på trening)
Snøscootercross:	16 stk.	(6 stk. på trening)
Crosskart:	9 stk.	(6 stk. på trening)
Shortcar:	6 stk.	(4 stk. på trening)
Knattecross:	6 stk.	(6 stk. på trening)

På trening kjører alle grener en og en, aldri oppstilt som på løp samlet og samtidig.

1.3 Støy

- a) Det er etablert rutiner for støymåling av motorstøy fra enkeltkjøretøy slik at en sikrer at forutsetninger om kildestyrke, hvor myndighetens grenser for maksimal støy for kjøretøy overholdes.

Støymålinger gjøres i sammenheng med teknisk kontroll og under løpsdagen/aktiviteten på banen. Ved avvik vil treningsansvarlig- og eller løpsleder gi advarsel om å ordne det før start eller inntil neste heat. Lar ikke dette seg gjennomføre, er deltager automatisk utestengt fra arrangementet/ aktiviteten.

Områdestøymåling på banen under trening/løp:

§ 303 Punkt 9: vi velger å benytte denne måte, da det gir adskillig mindre støy, enn som i punkt 5.

<https://bilsportboka.no/kapittel/generelle-tekniske-bestemmelser/bestemmelser-om-stoymaling-og-vektkontroll/>

- b) Stevner må varsles i god tid. Informasjonen skal oversendes berørte naboer og legges ut på klubbens hjemmesider.
- c) Bruken av og styrken på høyttalere begrenses til ett minimum så godt det lar seg gjøre og vendt bort fra naboene.

1.4 Grunnforurensing

Virksomheten skal være innrettet slik at det ikke finner sted utslipp til grunnen som kan medføre nevneverdige skader eller ulemper for miljøet. NMK Melhus følger strenge krav til løpsavvikling satt av NBF-se Bilsportboken.

<https://bilsportboka.no/kapittel/arrangor-bane-og-sikkerhetsforskrifter/arrangorbestemmelser-bane-og-sikkerhetsforskrifter-for-hastighetslop/>

1.5 Avfall

- a) Generelle krav:
- Virksomheten plikter så langt det er mulig uten urimelige kostnader eller ulemper å unngå at det dannes avfall som følge av aktiviteten.
 - Virksomheten plikter å sørge for at all håndtering av avfall, herunder farlig avfall, skjer i overensstemmelse med gjeldende regler for dette fastsatt i eller i medhold av forurensingsloven, herunder avfallsforskrift. Avfallet skal leveres til godkjent mottak.
 - Lageret skal være sikret mot adgang for uvedkommende.
 - Farlig avfall som lagres i påvente av videre levering skal være merket og lageret skal være sikret mot avrenning og eventuell avdamping av utslipp til luft.
 - Farlig avfall skal ikke lagres lengre enn 12 måneder.

1.6 Tilsyn.

NMK Melhus plikter å la representanter for forurensningsmyndigheten eller de som denne bemyndiger, føre tilsyn med anlegget til enhver tid. Virksomheten skal ved kontroll kunne fremlegge dokumentasjon som viser at virksomheten drives i samsvar med vilkårene satt i tillatelse.

1.7 Generelle vilkår

Anlegget må stenges for uvedkommende.

Det utarbeides reglement for bruk av banene. Reglementet skal slås opp på baneanlegget og offentliggjøres på hjemmesiden. Av reglementet skal det framgå hvilke typer kjøretøy som er tillatt, åpningstider og åpningsdager. Det skal utarbeides terminliste for all motorisert aktivitet på banen, herunder stevner. Dette offentliggjøres på hjemmeside og offisiell oppslagtavle på anlegget.

1.8 Utvidelse av kjørebener

Ved utvidelse av kjørebener skal redegjøres for hvilke konsekvenser dette har for støy. Tiltak/endringer i anlegg som kan medføre støyøkning, skal godkjennes av kommunen før tiltaket igangsettes. Dersom tiltakene medfører støyøkning skal dette kompenseres med gjennomføring av støyreducerende tiltak for tilsvarende støytall, før det kan gis brukstillatelse for endringen/utvidelsen.

1.9 Tilføring av aktiviteter med elektriske kjøretøy

Det vil trolig være avgjørende for en fortsatt positiv utvikling og en bærekraftig fremtid for motorsport. Samfunnet er i endring og særdeles viktig å tilpasse aktivitetene til tiden og ønsker om

tidsriktig produkt. Dette er vesentlig viktig i sammenheng med det totale støybildet og hvor støy er tilnærmet eliminert. I fremtid bør dette sees i sammenheng med økt aktivitet på anlegget.

1.10 Forklaringer:

Trening

a) Bil

- Det er økt aktivitet på anlegget minst en time i forkant av treningsstart for å få en effektiv trening i det angitte tidsrom. Det betyr at biler med hengere ankommer depot og forbereder seg på trening.
- Vi oppfordrer til å trille kjøretøyet av henger til depotplass, om det ikke lar seg gjøre, skal utøver kjøre rolig på plass. Rusing av motor bør helst unngås om det lar seg gjøre.
- I forkant av trening kreves innsjekk, hvor man kan løse engangslisens (personlig forsikring via NBF) fra det året man fyller 14 år i bilcross til prøvekjøring.
- Utøvere som allerede har løst lisens (dvs. har tatt lisenskurs) via NBF fremviser sitt medlemskap og fører -og vognlisens i innsjekk, samt betaler treningsavgift. ALLE skal fremvise sine personlige dokumenter før trening.
- Etter innsjekk foretas en teknisk sjekk av kjøretøy og kjøre utstyr. Dette er av sikkerhetsmessige årsaker og i henhold til krav satt av NBF.
- Økt aktivitet gir godt grunnlag til å utarbeide aktivitetsplan til treningene. Her kan vi nevne egne trenings kvelder for jenter for å styrke selvfølelse og økt mestringfølelse. Ivareta de yngste ungdommene, 14 år, som trenger ekstra tid og trygghet for læring i mindre grupper, samt teknikktrening ved start og sporvalg, øvelser ved tenkt ulykker med førstehjelpkurs.
- Mestringfølelse skaper mental vekst på en trygg arena, sosialisering i ett kjent miljø og omfavner mange som «faller» utenom andre organiserte idretter. Motorsport gir total helhetlig mental og fysisk læring, fremmer god helse og skaper varige relasjoner. Barn og unge erfarer at de ikke er uovervinnelige, der kjøretøy i for stor fart fort overtar kontrollen på en trygg arena. Slik læring vil være utrolig viktig å ta med seg inn i trafikkbilde, hvor de unge heller får rase fra seg på tilrettelagt bane.

b) Barnecross, fra 5-12 år:

- Det er økt aktivitet på anlegget i forkant av treningsstart for å få en effektiv trening i det angitte tidsrom. Det betyr at biler med hengere ankommer depot og forbereder seg på trening.
- Barnecross er basert på dugnad og frivillighet, hvor det kreves engasjerte lisensierte foreldre for å kunne holde ett sikkert og høyt aktivitetsnivå. Ved alle treninger som gjennomføres i regi NMF er det krav til lisensiert sikkerhetsleder. Det er også krav om lisensiert aktivitetsleder for personer/barn som kjører med opplæringslisens.
- Barnecross består av barn minste barna fra 5 år, hvor de aller minste ofte er i seng innen klokken 19.00.
- Ved å spre barneaktiviteten på flere dager, skaper det en gylden anledning til å ivareta de aller minste for opplæring og veiledning, hvor barnet kan oppnå mestringfølelse uten andre forstyrrelser og påvirkning i for store grupper.

- Aktiviteten er intens, så man er fysisk utholdent i ca. to effektive timer, før barnet er klar for hjemreise.
- Vi ønsker at Barnecross kan trene med «frihet under ansvar» hvor foreldre med nødvendige kurs kan bytte treningsdag eller endre på treningstiden innenfor tidsrom gitt i bestemmelsen i driftsplan/utslipp tillatelse når det måtte passe sikkerhetsansvarlig og aktivitetsledere best. Dette er gjerne foreldre med flere barn, som gjerne er aktive i andre idretter. Så om evt. tirsdag passer dårlig, men onsdag passer mye bedre vil denne løsningen bidra til motivasjon og tilvekst i rekrutteringen.

c) Snøscooter og motocross, større kjøretøy:

- Det er økt aktivitet på anlegget i forkant av treningsstart for å få en effektiv trening i det angitte tidsrom. Det betyr at biler med hengere ankommer depot og forbereder seg på trening.
- Ved alle treninger som gjennomføres i regi NMF er det krav til lisensiert sikkerhetsleder. Det er også krav om lisensiert aktivitetsleder for personer/barn som kjører med opplæringslisens.
- Utøvere som allerede har løst lisens (dvs. har tatt lisenskurs, unntatt opplæringslisens) via NMF, skal fremvise sitt medlemskap og lisens i innsjekk, samt betaler treningsavgift. Alle skal fremvise sine personlige dokumenter før trening.

d) Løpsgjennomføring av stevne:

- *) En aktivitetsdag istedenfor to-dagers stevne. Velger idrettslaget å ikke gjennomføre løp på søndag eller ett to dagers arrangement, men heller benytte en dag til en aktivitetsdag med fokus på rekruttering forløper dagen seg slik:
- Kl.13.00 – 17.00 Rekruttering og aktivitetsdag med prøve kjøring for barn og unge. Uten bruk av høyttaler-anlegg.

e) **) NM runde eller NMK Mesterskap/Landsfinale, tenkt program:

Torsdag:

- Kl. 15.00 - 22.00 Depotet åpner. (økt aktivitet, biler trilles ned fra hengeren eller kjøres rolig til depotplass , om annet ikke lar seg gjøre)
- Kl. 17.00 - 20.00 Sekretariat åpent. Administrativ innsjekk. (økt aktivitet)
- Ved stevner er det en tilrettelagt parkeringsplass til bobiler forbeholdt familier av deltagere. Det foreligger egen avtale om leie av grunn/eiendom som grenser til motorsportanlegget/eiendom.

Fredag:

- Kl. 12.00 - 20.00 Sekretariatet åpent. Administrativ innsjekk. . (økt aktivitet, biler trilles ned fra hengeren eller kjøres rolig til depotplass, om annet ikke lar seg gjøre)
- Kl. 15.00 - 22.00 Teknisk kontroll (biler oppfordres til å trilles bort til teknisk kontroll(bukken) såfremt det lar seg gjøre. (Depot er i forskjellige platå)

Lørdag:

- Kl. 07.00 - 07.30 Innsjekk og teknisk kontroll (kun etter avtale med løpsleder)
- Kl. 07.00 – 08.00 Fører frokost
- Kl. 08.00 Fører møte ved premiepall (husk legitimasjon)
- Kl. 08.30 – 10.30 Trening klassevis 2x3 runder, men minimum 1x3 obligatorisk.
- Kl. 11.30 Innledende omganger 1-3. starter

Søndag:

- Kl. 07.30 – 08.30 Førerfrokost
- Kl. 08.30 Førermøte ved premiepall
- Kl.10.00 Trening: Oppvarming klassevis 1x2 runder
- Kl. 11.00 Start 4. omgang

Finaler:

f) Stevnehelg ved ordinært arrangement, tenkt program:

Fredag:

- Kl. 17.00-22.00 Depot åpner (økt aktivitet, biler triller ned fra hengeren eller kjøres rolig til depotplass, om det det ikke lar seg gjøre å trille)
- Kl. 18.00 - 20.00 Administrativ innsjekk/teknisk kontroll ((biler oppfordres til å trilles bort til teknisk kontroll(bukken) såfremt det lar seg gjøre (Depot er i forskjellige platå).

Lørdag:

- Kl. 07.00 – 09.00 Administrativ innsjekk/teknisk kontroll
- Kl. 09.15 Fører møte
- Kl. 10.00 Oppstart løpsavvikling.
- Finaler (Skal arrangementet gjennomføres på lørdag og søndag, kjøres tre innledende heat på lørdag, og det fjerde innledende heat, pluss finaler på søndag.
- Kl. 18.00-20.00 Administrativ innsjekk og teknisk kontroll til ett evt. nytt løp påfølgende søndag.

Søndag:

- Om fjerde innledende heat og finaler gjennomføres på todagers arrangement:
- Kl. 07.30 – 08.30 Fører frokost
- Kl. 08.30 Førermøte ved premiepall
- Kl.10.00 Warm up klassevis 1x2 runder
- Kl. 11.00 Start 4. omgang
- Finaler

g) Pauser i løpsgjennomføring:

- Det er alltid av interesse å gjennomføre ett arrangement knirkefritt og på kortest mulig tid av hensyn til arrangør, deltagere, funksjonærer og naboer.
- Som regel gjennomføres 1. og 2. innledende runder før pause. På ca 75. startende vil det være effektiv kjøring i c. 90 minutter, om ikke uhell oppstår underveis. Om uhell oppstår og borttauing pågår, vil det automatisk gi ca. ti minutters pause. Mellom 2. og 3. innledende runde kommer en pause på ca 30 minutter. Deretter før finaler, prepareres banen og en pause på ca. 30 minutter.
- På dag to ved todagers løp er det en pause på 30 minutter mellom fjerde innledende og finaler.
- Når rekruttene kjører, så sendes de av gårde en og en. De er ikke med i konkurransen og følger NBF sitt reglement i henhold til rekrutt/trening.

1.11 Hva er motorsport?

Motorsport er alt! Motorsport er ett massivt samhold, her kreves ett titalls frivillige som funksjonærer og lisensierte foreldre til HVER trening. Det kreves brann og flaggvakter, og frivillige på andre sikkerhetsposter i henhold til NBF,s og NMF,s retningslinjer til trening. Samhold er ett grunnleggende fundament i motorsport. Det omfavner mange som faller utenom annet og finner tilhørighet, for egen trivsel og sosialisering. Dette er mennesker som får sine faste gjøremål og arbeidsoppgaver.

Klubbdrift: Unge inkluderes på dugnader, i styret og i komiteer.

En dugnad skal være morsom og inkluderende. Vi har en dugnadsansvarlig som redegjør for oppgaver, hvor barn og unge bidrar med å rydde baneanlegg for steiner, klippe gress, vedlikeholde bygninger med forefallende arbeid som snekring og maling. Anlegget må klargjøres med sperrebånd, strekke opp sikkerhetsgjerder og alt sikkerhetsutstyr må sjekkes før det tas i bruk. Her jobber den eldre og den yngre garde sammen, hvor viktige momenter som å lære, erfare, utvikle og mestre kommer inn. Dugnaden avsluttes med en sosial samling, hvor praten sitter løst. Alle har bidratt til en klargjort idrettsarena og egen trivsel. En sånn anledning bygger relasjoner og fremtidig målsetting.

Styret er klubbens nest øverste ledd, underlagt årsmøte. Styret har inkluderer to ungdomsrepresentanter som skal inkluderes på likt nivå som hovedstyret.

Ungdomsrepresentantene får konkrete oppgaver som:

- Jobbe effektivt mot jevnaldrende ved å inkludere og fremsnakke motorsport idrett. Dette kan være i form av stand på andre arrangement, eller eget arrangement, på skolen eller andre klubbrelaterte aktiviteter. Lage egne flyers!
- Lage temakvelder på idrettsplassen. (Bollandsmoen Motorsportsenter)
- Klubbkveld for de yngste, evt. invitere en profesjonell utøver innen sporten eller kun for å spille fotball på startflata eller liknende (sosialt samvær).
- Være støttespillere for helt ferske medlemmer og de unge som trenger ekstra råd og veiledning.

For å arrangere ett arrangement kreves en sportskomite. Det er en komite som består av minimum 7 stykker. Dette er en komite som består av erfarne personer til de helt yngste ned til 14-15 år. Komiteen har det hele og fulle ansvaret for gjennomføring av løp og treninger. Her må samtlige samarbeide ved å følge lover, regler og krav. En enorm læringsprosess for den som tror at det er bare å komme til start. En meget viktig og stor jobb gjøres av denne komiteen før den tid. Her lærer de unge å samarbeide, følge rutiner, strategi, logistikk, teamwork og finne løsninger underveis. En meget fin og viktig læringsarena.

Motorsport-idretten har kanskje appellert mest til unge gutter, men jentene på tur inn for full hals! De er tøffe, og hevder seg helt unikt i miljøet. De er respektert og likestilles med gutta både på bane og utenfor konkurranse. Jentene er en unik ressurs for idretten, miljøet og samholdet. De unge og ungdommene opplever ett støttende fellesskap. På en løpsdag hjelper de hverandre i depot om en er uheldig og kjører sundt. Da strømmer kamerater (som også da er konkurrenter) til og bistår uavhengig om det er klubbkamerater eller førere fra andre klubber. De bidrar til ett positivt fellesskap og ett fint miljø.

Motorsporten ivaretar unge og ungdommer som «faller» litt utenom den organiserte idretten som eks; fotball og håndball. Dette er ungdommer som ofte faller fra når andre idretten forventer større individuelle resultater, enn hva den enkelte mestrer og presterer. Krav blir for store og målsetting for utilstrekkelig.

Barn og unge med særegne diagnoser som møter utfordringer ved å delta i lagspill og har ett høyt aktivitetsnivå vil i motorsport mestre i sitt eget tempo, ha ett intenst fysisk aktivitetsnivå. Samt lære samspill, kjøreregler og gjensidig respekt for klubbkamerater, funksjonærer og dommere. Mestring fører til positivt selvbilde og indre motivasjon til å takle utfordringer som kan være seg på andre arena (skole).

Ungdommer lærer av hverandre og inkluderes ved å skru på egne og hverandres biler. Om man sliter teoretisk, er enkeltindivid unik på å lære visuelt. Dette er ungdommer som i 14 års alderen kan være noe rotlaus, og oppsøker «fart og spenning». Motorsport er en plattform til å formidle budskap til ungdommer og bygger relasjoner mellom medmennesker inn i fremtiden i ett fornuftig og sundt idrettsmiljø.

Motorsport er helsebringende og rusforebyggende. NMF og NBF samarbeider med Antidoping Norge. Løp, arrangement og stevner er lagt til helger, hvor aktive ungdommer må forholde seg rusfri og edruelig ved deltagelse.

Siste ord:

- Barn har rett til å velge hvilken idrett, eller hvor mange idretter de vil delta i. De bestemmer selv hvor mye de vil trene. Vi voksne skal kun sørge for at alle idrettsanlegg tilrettelegger mest mulig aktivitet på en trygg arena for fysisk og mentalutvikling.
- Gode muligheter til å utforske og utøve fysiske aktivitet eller idrettsøvelser med forskjellige bevegelsesmønstre, slik at de får bred bevegelseserfaring. Dette gir et godt grunnlag for senere bevegelseslæring
- Høyt aktivitetsnivå som sikrer gode basisferdigheter. Fordypning i en eller noen få idretter kan sikre et godt teknikkgrunnlag for senere utvikling innenfor idrettsgrenen.
#idrettsglede #latter #smil #samhold #mestring #fremme fysisk og psykisk helse

Søknad om omfang og aktivitetsbegrensninger, NMK Melhus og Bollandsmoen Motorsportsenter

- Motorsport er en sommeraktivitet, hvor alle stevner og arrangement gjennomføres landsbasis i april-november. Aktivitet bør opprettholdes så mye det lar seg gjøre for barn, unge og ungdommer i denne perioden. Aktive ungdommer konkurrerer i Norgesmesterskap, landsfinaler og internasjonale løp. Det er særdeles viktig at eksisterende lokalt motorsportanlegg byr på muligheter, slik at utøver i Melhus Kommune slipper store utgiftsposter og treningsavgifter til andre arena for å reise ut av kommunen for å opprettholde sine treningsintervaller.