



2023-07-16

ALLMÄN INFORMATION

TILL ALLA FÄKTARE I MHFS

Det är tränarnas och styrelsens ansvar att se till att alla utövare känner till detta dokument. Det är också varje klubbmedlems ansvar att följa och respektera dess innehåll. Är du osäker över något, prata med din tränare.

Allmänt för alla fäktare

- Om du kommer senare till träningen, se till att inte störa resten av klassen.
- Om en övning eller rörelse gör ont eller känns obekvämt, sluta med det du gör och ta sedan upp det med din tränare så ni kan hitta en lösning.
- Har du en skada eller känner att du behöver vila kan du alltid ta en paus, sätta dig vid sidan av och fortsätt när du känner dig redo.
- Många av våra träningspass ges på engelska, meddela gärna din tränare om du upplever det svårt med instruktioner på engelska så ni kan hitta en lösning.
- Det är alltid okej att ställa frågor på svenska även om lektionen hålls på engelska, och då få ett svar på svenska. Självklart är det också alltid okej att ställa frågor på engelska om lektionen hålls på svenska, och då få ett svar på engelska.
- Det är alltid valfritt att låna ut sina privata simulatorer och utrustningsdelar, ett nej ska alltid respekteras.
- Den träningsform och specifika manual som tränarna väljer att arbeta utifrån ska respekteras. Tränarna lägger ner mycket tid och energi på att förbereda träningsstillfällena, helt utan ekonomisk ersättning.
- Om du inte är tränare, hjälptränare eller uttryckligen blivit ombedd att hjälpa till ska du alltid fråga om den andra fäktaren vill ha feedback innan du ger feedback.

Övergripande säkerhet för alla fäktare

- Dina simulatorer ska alltid vara ordentligt täckta till och från träningen, även om du bara rör dig från bilen till hallen. Detta gäller oavsett material på dina simulatorer (stål, plast, skum osv).
- En första-hjälpen väska ska ligga väl synlig vid alla träningstillfällena, tränare ska se till att den finns med och att alla vet var den ligger.
- Det är alla närvarandes ansvar att vara uppmärksamma på säkerheten och påtala säkerhetsrisker.
- Klubben har en säkerhets- och trygghetsgrupp som du kan vända dig till om du känner dig osäker eller otrygg, tränare ska informera om vilka som ingår i gruppen. (Hur säkerhetsgruppen jobbar beskrivs i bilaga 1.)
- Vid egen träning utomhus på offentlig plats rekommenderar vi följande: välj en plats med lämpligt utrymme, träna minst två personer, om du inte har fäktutrustning ska du träna i tydliga träningskläder, var uppmärksam på din omgivning och tänk på att du representerar klubben när du pratar med allmänheten. Om allmänhet eller polis närmar sig, lägg då först ner simulatorer och gå sedan bort och prata med dem.

Regler för slow sparring

- Hälsa alltid på varandra.
- Öka inte hastigheten. Om någon ökar hastigheten, be dem sakta ner.
- Använd inte stötar.
- Ingen kan vinna.
- Hugg inte för hårt. Om du upplever att någon hugger för hårt, be dem att hugga lösare.

Säkerhet vid sparring

- Första gången du ska sparras måste du göra detta i samråd med din tränare.
- Det är fritt fram att fråga alla som har fått godkänt att sparras om de vill sparras med dig, oavsett era respektiva nivåer.
- Det är alltid okej att säga nej till ett sparringförslag, även om det kommer från en tränare. Ett nej ska alltid respekteras, vi sparras för att utvecklas som fäktare och alla utvecklas olika.
- Kommunicera med din sparringpartner, alltid före och efter men ibland även under sparring.
- Regler, utrustningskrav och korrekt beteende vid både sparring och tävling kan skilja sig lite åt mellan olika klubbar och tävlingar. Prata med din sparringpartner och läs reglerna inför en turnering.
- Det är alltid okej att avbryta en sparring om du känner att ni inte borde fortsätta. Oberoende av om det beror på skada eller brist på kontroll, fokus eller vilja hos antingen dig själv eller din sparringpartner.
- Avstå helt från att sparras om du befinner dig i en sinnesstämning där du på ett eller annat sätt äventyrar säkerheten.

Regler vid sparring

- Hälsa alltid på varandra, detta gäller både vid sparring och tävling.
- Bestäm hastigheten innan ni börjar.
- Ingen kan vinna, du kan bara vinna i en tävling.
- Använd inte överdrivet mycket kraft. Om du upplever att nån använder för mycket kraft, be dem att använda mindre kraft.

Korrekt beteende vid sparring mellan två fäktare med stålsimulatorer

- Gå isär från varandra mellan varje utbyte, om inte du och din sparringpartner kommit överens om något annat.
- Använd heders-systemet där vi markerar var vi blev träffade för att hjälpa varandra att utvecklas, om du och din sparringpartner inte kommit överens om något annat.
- Vänd inte ryggen mot din sparringpartner.

Utrustningskrav vid sparring mellan två fäktare med stålsimulatorer

- Suspensoar (obligatoriskt om du har en penis, rekommenderat för alla andra)
- Fäktbyxor (märkta med 350N)
- Bröstplatta (starkt rekommenderat men inte obligatoriskt)
- Halsskydd
- Fäktjacka (märkt med 350N)
- Bra träningsskor
- Benskydd samt knäskydd som bör täcka även knäts utsida
- Armskydd samt armbågsskydd (armskydd är rekommenderat, armbågsskydd obligatoriskt)
- Handskar för avsett vapenslag (innerhandskar ska användas till handskar med öppen handflata)
- Fäktmask (märkt med 1600N) samt nackskydd
- Ingen bar hud ska synas
- Metall i utrustningen får bara förekomma i fäktmaskens front och i suspensoaren

Förbjudna träffytor, hugg och träffar (oavsett vad det står i manualerna)

- Det är förbjudet att träffa och sikta mot ryggen, nacken, skrevet och baksidan av knäet.
- Även om det inte är förbjudet, sikta inte på fötterna.
- Det är förbjudet att böja mot leder vid grappling och avvärning.
- Bucklarslag är endast tillåtna med mitten av bucklaren rakt på målet, aldrig med sidan av bucklaren.
- Pommelslag är endast tillåtna rakt mot ansiktet, aldrig mot sidan eller rakt uppifrån.
- Det är absolut förbjudet att slå med parerstängen, denna typ av träff kan penetrera både fäktmask och skallben.

Nedtagningar och kast

Kast är förbjudet men kontrollerade nedtagningar är tillåtet, förutsatt att man sparras på dämpande mattor motsvarande de som används i tävlingar. Så även om det inom HEMA är tillåtet med nedtagningar så praktiserar vi inte detta när vi sparras i vår klubb på grund av att vi inte har mattor som dämpar fallet.

Tävlingar

Om du vill börja tävla – är det några saker du måste göra:

1. Prata med någon av dina tränare.
2. Fråga styrelsen om lov att börja tävla, enklast genom att skicka ett mail till info@mhfs.se
3. När du fått okej från tränare och styrelse behöver du skaffa dig ett tävlingskort. Du kan beställa på www.svhemaf.se/forbundet/tavlingskort (kortet kostar 300 KR och är giltigt i fem år)

Se till att göra allt detta i god tid innan du ska anmäla dig till tävlingen du tänkt delta i. Det kan ta upp till två veckor att få kortet och du är inte tillåten att tävla i Sverige utan detta kort. Så se till att du alltid har det med dig till alla tävlingar!



BILAGA 1

TRYGGHET- OCH SÄKERHETSGRUPPEN – HUR VI ARBETAR

GRUPPEN

Gruppens medlemmar

Gruppen väljs på det årliga klubbmötet.

Gruppens ansvar

Gruppen arbetar för att skapa en trygg och säker miljö i MHFS för alla medlemmar och gäster. Det är också denna grupp som bestämmer och vidtar alla disciplinära åtgärder som anses nödvändiga.

En säkerhetsrisk definieras som: En situation som kan leda till fysiska skador för en eller flera personer.

En trygghetsrisk definieras som: En situation där någon känner sig osäker, mobbad eller diskriminerad.

MHFS strävar efter att vara en klubb där alla känner sig trygga och där alla känner sig välkomna. Allt som hotar detta tolereras inte.

Sekretess

Medlemmar i gruppen är skyldiga att hålla alla diskussioner och fakta inom gruppen hemliga såvida inte gruppen eller styrelsen beslutar att göra dessa diskussioner eller fakta öppna för klubben. Sekretessreglerna gäller både nuvarande och tidigare medlemmar i trygghets- och säkerhetsgruppen.

HANTERING AV SÄKERHETSRISKER

Rapportera en säkerhetsrisk

Om en medlem ser en osäker situation måste de informera de inblandade om sin observation och be dem rätta till situationen. Det krävs också av de medlemmar som får höra att de agerar osäkert att lyssna på detta och ändra sitt beteende därefter.

Alla medlemmar och gäster kan och uppmanas att rapportera vad de ser som osäkra situationer eller handlingar till säkerhetsgruppen. Detta kan göras muntligt eller skriftligt till antingen hela gruppen eller till en medlem av den.

När en anmälan har gjorts kommer gruppen först avgöra om den rapporterade incidenten faller under gruppens ansvar. Om så är fallet går utredningen vidare till en förundersökning för att samla in den grundläggande information som behövs för att starta den verkliga utredningen som beskrivs nedan.

Utredning av säkerhetsrisk

Så snart en utredning inletts ska de inblandade informeras.

En eller flera medlemmar i gruppen samlar in information genom att prata med de inblandade personerna och vittnen. Det är mycket viktigt att den eller de som har anmälts som ansvariga för den osäkra situationen får berätta sin version av vad som hänt. Alla fakta som samlas in måste behandlas lika.

Inga disciplinära åtgärder diskuteras under utredningen; det är ren faktainsamlings. All insamlad fakta ska skrivas ner.

Disciplinära åtgärder

När utredningen är klar samlas gruppen och beslutar om en säkerhetsrisk har inträffat och om disciplinära åtgärder behövs. Så mycket som möjligt bör dessa möten hållas fysiskt för att undvika missförstånd och för att undvika att slösa tid.

De valda disciplinära åtgärderna måste passa situationen:

- **Varning** – Medlemmen varnas att de inrapporterade handlingarna är osäkra och oacceptabla. Under perioden då denna varning gäller kommer eventuella ytterligare osäkra handlingar att resultera i en strängare disciplinåtgärd. Se MHFS stadgan för mer information om varningar och hur länge de varar. Eventuella ytterligare disciplinära åtgärder, förutom uteslutning från klubben, läggs till ovanpå en varning.
- **Avstängning** – Medlemmen är avstängd från hela eller delar av klubbens aktiviteter under en bestämd tid. Ett exempel på en sådan avstängning kan vara att inte få sparra på några månader. Betald medlems- och träningsavgift återbetalas inte när en medlem stängs av. Om en medlem är anmäld till en tävling eller workshop som inte är tillåten på grund av avstängning är det den medlemmens ansvar att informera arrangörerna om att hen inte kan delta i den. Eventuella avgifter som inte kommer att återbetalas betalas av den avstängda medlemmen.
- **Uteslutning** – Om det rapporterade säkerhetsproblemet är tillräckligt allvarligt kommer medlemmen att uteslutas från MHFS. Betald medlems- och träningsavgift återbetalas inte när medlem utesluts. Utvisning från MHFS är permanent. Om en utesluten medlem är anmäld till en tävling eller workshop, som kräver att deltagande personer är medlemmar i en klubb, är det den tidigare medlemmens ansvar att informera arrangörerna om att hen inte kan delta i den. Eventuella avgifter som inte kommer att återbetalas betalas av den uteslutna medlemmen. En utesluten medlem kan inte använda anslutningen till MHFS för att skaffa eller behålla ett tävlingskort från Svenska Budo & Kampsportsförbundet eller någon annan sådan dokumentation.
- **Andra disciplinära åtgärder** – Gruppen har rätt att besluta om andra disciplinära åtgärder som de finner lämpliga.

Rapportera om beslutet

När beslut har fattats ska det anmälas till styrelsen. Styrelsen tar sedan ställning till om utredningen varit adekvat och om ett rimligt beslut fattats. Styrelsen väljer sedan vem som ska rapportera beslutet till de inblandade klubbmedlemmarna.

Alla inblandade medlemmar ska informeras både muntligt och skriftligt.

En kopia av rapporten sparas på MHFS-styrelsens facebook sida och en utskrivna kopia sparas i klubbsekreterarens pärm.

Medlemmen ska också informeras om att det finns en två veckors tid där beslutet kan överklagas. Ett sådant överklagande ska skickas till info@mhfs.se inom dessa två veckor.

HANTERING AV TRYGGHETSSRISKER

Rapportera en trygghetsrisk

Om en medlem ser eller hör något som kan ses som en trygghetsrisk måste de informera de inblandade om sin observation och be dem rätta till situationen. Det krävs också av de medlemmar som får höra att de beter sig illa mot andra att lyssna på detta och ändra sitt beteende därefter.

Alla medlemmar och gäster kan och uppmanas att rapportera vad de ser som ovänligt beteende, hot eller andra otrygga situationer eller handlingar till säkerhets- och trygghetsgruppen. Detta kan göras muntligt eller skriftligt till antingen hela gruppen eller till en medlem av den.

När en anmälan har gjorts kommer gruppen först avgöra om den rapporterade incidenten faller under gruppens ansvar. Om så är fallet går utredningen vidare till en förundersökning för att samla in den grundläggande information som behövs för att starta den verkliga utredningen som beskrivs nedan.

Utredning av trygghetsrisk

Så snart en utredning inletts ska de inblandade informeras.

En eller flera medlemmar i gruppen samlar in information genom att prata med de inblandade personerna och vittnen. Det är mycket viktigt att den eller de som har anmälts som ansvariga för den osäkra situationen får berätta sin version av vad som hänt. Alla fakta som samlas in måste behandlas lika.

Inga disciplinära åtgärder diskuteras under utredningen; det är ren faktainsamlings. All insamlad fakta ska skrivas ner.

Disciplinära åtgärder

När utredningen är klar samlas gruppen och beslutar om en trygghetsrisk har inträffat och om disciplinära åtgärder behövs. Så mycket som möjligt bör dessa möten hållas fysiskt för att undvika missförstånd och för att undvika att slösa tid.

De valda disciplinära åtgärderna måste passa situationen:

- **Varning** – Medlemmen varnas att de inrapporterade beteendet är oacceptabelt. Under perioden då denna varning gäller kommer eventuella ytterligare oacceptabla beteende att resultera i en strängare disciplinåtgärd. Se MHFS stadgan för mer information om varningar och hur länge de varar. Eventuella ytterligare disciplinära åtgärder, förutom uteslutning från klubben, läggs till ovanpå en varning.
- **Avstängning** – Medlemmen är avstängd från hela eller delar av klubbens aktiviteter under en bestämd tid. Betald medlems- och träningsavgift återbetalas inte när en medlem stängs av..
- **Uteslutning** – Om det rapporterade trygghetsproblemet är tillräckligt allvarligt kommer medlemmen att uteslutas från MHFS. Betald medlems- och träningsavgift återbetalas inte när medlem utesluts. Utvisning från MHFS är permanent. Om en utesluten medlem är anmäld till en tävling eller workshop, som kräver att deltagande personer är medlemmar i en klubb, är det den tidigare medlemmens ansvar att informera arrangörerna om att hen inte kan delta i den. Eventuella avgifter som inte kommer att återbetalas betalas av den uteslutna medlemmen. En utesluten medlem kan inte använda anslutningen till MHFS för att skaffa eller behålla ett tävlingskort från Svenska Budo & Kampsporfsförbundet eller någon annan sådan dokumentation.
- **Andra disciplinära åtgärder** – Gruppen har rätt att besluta om andra disciplinära åtgärder som de finner lämpliga.

Rapportera om beslutet

När beslut har fattats ska det anmälas till styrelsen. Styrelsen tar sedan ställning till om utredningen varit adekvat och om ett rimligt beslut fattats. Styrelsen väljer sedan vem som ska rapportera beslutet till de inblandade klubbmedlemmarna.

Alla inblandade medlemmar ska informeras både muntligt och skriftligt.

En kopia av rapporten sparas på MHFS-styrelsens facebookside och en utskrivna kopia sparas i klubbsekreterarens pärm.

Medlemmen ska också informeras om att det finns en två veckors tid där beslutet kan överklagas. Ett sådant överklagande ska skickas till info@mhfs.se inom dessa två veckor.

DOPING

MHFS följer nationella regler och riktlinjer kring doping.

Medlemmar uppmanas att fråga trygghets- och säkerhetsgruppen för mer information om dopning. MHFS försöker arbeta förebyggande och informationsspridning är en stor del av detta.

HANTERING AV DOPNINGSPRÅGOR

Rapportera en dopingsituation

Om en medlem ser en misstänkt dopningsituation är denne skyldig att informera trygghets- och säkerhetsgruppen, en tränare eller en styrelsemedlem. Detta kan göras muntligt eller skriftligt till antingen hela gruppen eller till en medlem av den. Ärendet överlämnas sedan till Antidoping Sverige, dit du även kan rapportera direkt.



MHFS

2023-07-16

GENERAL INFORMATION TO ALL FENCERS IN MHFS

It is the responsibility of the trainers and the board to ensure that all practitioners are aware of this document. It is the responsibility of every club member to follow and respect its content. If you are unsure about something, talk to your trainer.

General for all fencers

- If you arrive late to practice, be sure not to disturb the rest of the class.
- If an exercise or movement hurts or feels uncomfortable, stop what you are doing and then discuss it with your trainer so you can find a solution together.
- If you have an injury or feel you need to rest, you can always take a break, sit down and continue when you feel ready.
- Many of our training sessions are given in English, please let your trainer know if you find it difficult with instructions in English so you can find a solution together.
- It is always okay to ask questions in Swedish even if the lesson is held in English, and then get an answer in Swedish. Of course, it is also always okay to ask questions in English if the lesson is held in Swedish, and then get an answer in English.
- It is always optional to lend one's private simulators and equipment parts, a no must always be respected.
- The form of training and specific manual that the trainers choose to work from must be respected. The trainers spend a lot of time and energy preparing training sessions, without any financial compensation.
- If you are not a trainer, assistant trainer or specifically asked to help, always ask if the other fencer wants feedback before giving feedback.

Overall safety for all fencers

- Your simulators should always be properly covered to and from training, even if you only move from the car to the hall. This applies regardless of the material of your simulators (steel, plastic, foam, etc.).
- A first aid kit must be clearly visible at all training sessions, trainers must ensure to bring it and that everyone knows where it is.
- It is the responsibility of everyone present to be aware of safety and to report safety risks.
- The club has a safety and security group that you can turn to if you feel insecure or unsafe, trainers shall inform who is part of the group. (How the security group works is described in Appendix 1.)
- When training on your own outside in a public place, we recommend the following: choose a place with suitable space, train at least two people, if you do not have fencing equipment you should train in obvious training clothes, be aware of your surroundings and remember that you represent the club when you speak with the public. If members of the public or police approach, first put down the simulators and then walk over and talk to them.

Rules for slow sparring

- Always greet each other.
- Do not increase speed. If someone speeds up, ask them to slow down.
- Do not thrust.
- No one can win.
- Don't hit too hard. If you feel someone is hitting too hard, ask them to hit more loosely.

Safety when sparring

- The first time you spar, you must do this in consultation with your trainer.
- It is free to ask anyone who has been approved to spar if they want to spar with you, regardless of your respective levels.
- It's always okay to say no to a sparring suggestion, even if it comes from a trainer. A no must always be respected, we are sparring to develop as fencers and everyone develops differently.
- Communicate with your sparring partner, always before and after but sometimes also during sparring.
- Rules, equipment requirements and correct behavior in both sparring and competition may differ slightly between different clubs and competitions. Talk to your sparring partner and read the rules before a tournament.
- It's always okay to stop sparring if you feel you shouldn't continue. Regardless of whether it is due to injury or a lack of control, focus or will either with yourself or your sparring partner.
- Refrain completely from sparring if you are in a state of mind where you are endangering safety in one way or another.

Rules when sparring

- Always greet each other, this applies both during sparring and competition.
- Determine the speed before you start.
- No one can win, you can only win in one competition.
- Do not use excessive force. If you feel someone is using too much force, ask them to use less force.

Correct behavior when two fencers are sparring with steel simulators

- Separate from each other between each exchange, unless you and your sparring partner agreed on something else.
- Use the honors system where we mark where we got hit to help each other develop, unless you and your sparring partner have agreed otherwise.
- Do not turn your back to your sparring partner.

Equipment requirements when two fencers are sparring with steel simulators

- Groin protection (required if you have a penis, recommended for everyone else)
- Fencing pants (marked with 350N)
- Chest plate (highly recommended but not required)
- Throat protection
- Fencing jacket (marked with 350N)
- Good training shoes
- Leg protection and knee protection that should also cover the outside of the knee
- Arm protection and elbow protection (arm protection is recommended, elbow protection is required)
- Gloves for the intended weapon (inner gloves must be used for gloves with an open palm)
- Fencing mask (marked with 1600N) and neck protection
- No bare skin should be visible
- Metal in the equipment may only appear in the front of the fencing mask and in the groin protection

Prohibited hitting areas, cuts and hits (regardless of what is stated in the manuals)

- It is forbidden to hit and aim at the back, neck, crotch and back of the knee.
- Although not prohibited, do not aim at the feet.
- It is forbidden to bend against joints when grappling and disarming.
- Buckler hits are only allowed with the center of the buckler directly on the target, never with the side of the buckler.
- Pommel hits are only allowed directly to the face, never to the side or directly from above.
- It is absolutely forbidden to strike with the crossguard, this type of hit can penetrate both the fencing mask and the skull.

Takedowns and throws

Throwing is prohibited but controlled takedowns are permitted, provided sparring is done on cushioning mats equivalent to those used in competitions. So although takedowns are allowed within HEMA, we do not practice this when sparring in our club due to the fact that we do not have mats to cushion the fall.

Tournaments

If you want to start competing – there are a few things you have to do:

1. Talk to one of your trainers.
2. Ask the board for permission to start competing, easiest by sending an email to info@mhfs.se
3. When you have received a OK from the trainer and the board, you need to get a competition card.
You can order it at www.svhemaf.se/forbundet/tavlingskort
(the card costs 300 KR and is valid for five years)

Make sure to do all this in good time before you register for the competition you intend to participate in. It can take up to two weeks to get the card and you are not allowed to compete in Sweden without this card. So make sure you always have it with you to all competitions!



APPENDIX 1

SAFETY AND SECURITY GROUP – HOW WE WORK

THE GROUP

The Group Members

The group is elected at the club's annual meeting.

The Group's Responsibility

The group works to create a safe and secure environment in MHFS for all members and guests. It is also this group that sets and enacts any disciplinary actions that are deemed necessary.

A safety risk is defined as: A situation that can lead to physical injuries for one or more persons.

A security issue is defined as: A situation where someone feels insecure, bullied or discriminated.

MHFS strives to be a club where everyone feels safe and where everyone feels welcome. Anything that threatens this is not tolerated.

Secrecy

Members of the group are required to keep any discussions and facts within the group secret unless the group or board decides to make these discussions or facts open to the club. The secrecy rules apply to both current and former members of the safety and security group.

HANDLING SAFETY RISKS

Reporting a Safety Risk

If a member sees an unsafe situation they are required to inform those involved of their observation and to ask them to rectify the situation. It is also required of those members that are told that they are acting unsafely to listen to this and to change their behaviour accordingly.

All members and guests can and are encouraged to report what they see as unsafe situations or acts to the safety and security group. This can be done either verbally or in writing to either the entire group or to a member of it.

When a report has been made the group will first make sure that the reported incident falls under the group's responsibility. If this is the case the investigation moves on to a preliminary investigation to gather the basic information needed to start the true investigation that is described below.

Investigating an Issue

As soon as an investigation is started the persons involved must be informed.

One or more members of the group gather information by talking to the involved persons and witnesses. It is very important that the person or persons that have been reported as responsible for the unsafe situation gets to tell their version of what happened. All fact that are gathered must be treated equally.

No disciplinary actions are discussed during the investigation; it is a pure fact gathering exercise. All gathered facts should be written down.

Disciplinary Actions

When the investigation is finished the group gathers and decides if a safety risk has occurred and if disciplinary actions are needed. As much as possible these meetings should be face to face to avoid misunderstandings and to avoid wasting time.

The chosen disciplinary actions must fit the situation:

- **Warning** – The member is warned that the reported actions are unsafe and unacceptable. While this warning stands any further unsafe actions will result in a more severe disciplinary action. See the MHFS charters for more information about warnings and how long they last. Any further disciplinary actions, other than expulsion from the club, is added on top of a warning.
- **Suspension** – The member is suspended from all or parts of the clubs activities for a set amount of time. An example of such a suspension can be not being allowed to spar for a few months. Paid member and training fees are not refunded when a member is suspended. If a member is enrolled for a competition or workshop that is not allowed because of a suspension it is that member's responsibility to inform the organisers that he or she cannot take part of it. Any fees that will not be refunded are paid by the suspended member.
- **Expulsion** – If the reported safety issue is severe enough the member will be expelled from MHFS. Paid member and training fees are not refunded when a member is expelled. Expulsion from MHFS is permanent. If an expelled member is enrolled for a competition or workshop, that requires attending persons to be members of a club, it is that former member's responsibility to inform the organisers that he or she cannot take part of it. Any fees that will not be refunded are paid by the expelled member. An expelled member cannot use the connection to MHFS to gain or keep a competition card from Svenska Budo & Kampsportsförbundet or any other such documentation.
- **Other disciplinary actions** – The group has the right to decide on other disciplinary actions as they find suitable.

Reporting the decision

When a decision has been made it must be reported to the board. The board then decides if the investigation was adequate and if a reasonable decision was reached. The board then chooses who will report the decision to the involved members.

All involved members must be informed both verbally and in writing.

A copy of the report is saved on the MHFS board 's facebook page and a printed copy is saved in the club secretary's binder.

The member must also be informed that there is a two week period where the decision can be appealed against. Such an appeal must be sent to info@mhfs.se within those two weeks.

HANDLING OF SECURITY ISSUES

Reporting a Security Issue

If a member sees or hears something that can be seen as a security issue they are required to inform those involved of their observation and to ask them to rectify the situation. It is also required of those members that are told that they are acting badly towards others to listen to this and to change their behaviour accordingly.

All members and guests can and are encouraged to report what they see as unfriendly behaviour, threats or other insecure situations or acts to the safety and security group. This can be done either verbally or in writing to either the entire group or to a member of it.

When a report has been made the group will first make sure that the reported incident falls under the group's responsibility. If this is the case the investigation moves on to a preliminary investigation to gather the basic information needed to start the true investigation that is described below.

Investigating an Issue

As soon as an investigation is started the persons involved must be informed.

One or more members of the group gather information by talking to the involved persons and witnesses. It is very important that the person or persons that have been reported as responsible for the unsafe situation gets to tell their version of what happened. All fact that are gathered must be treated equally.

No disciplinary actions are discussed during the investigation; it is a pure fact gathering exercise. All gathered facts should be written down.

Disciplinary Actions

When the investigation is finished the group gathers and decides if a security issue has occurred and if disciplinary actions are needed. As much as possible these meetings should be face to face to avoid misunderstandings and to avoid wasting time. .

The chosen disciplinary actions must fit the situation:

- **Warning** – The member is warned that the reported actions are unacceptable. While this warning stands any further such actions will result in a more severe disciplinary action. See the MHFS charters for more information about warnings and how long they last. Any further disciplinary actions, other than expulsion from the club, is added on top of a warning.
- **Suspension** – The member is suspended from all or parts of the clubs activities for a set amount of time. Paid member and training fees are not refunded when a member is suspended.
- **Expulsion** – If the reported security issue is severe enough the member will be expelled from MHFS. Paid member and training fees are not refunded when a member is expelled. Expulsion from MHFS is permanent. If an expelled member is enrolled for a competition or workshop, that requires attending persons to be members of a club, it is that former member's responsibility to inform the organisers that he or she cannot take part of it. Any fees that will not be refunded are paid by the expelled member. An expelled member cannot use the connection to MHFS to gain or keep a competition card from Svenska Budo & Kampsportsförbundet or any other such documentation.
- **Other disciplinary actions** – The group has the right to decide on other disciplinary actions as they find suitable.

Reporting the decision

When a decision has been made it must be reported to the board. The board then decides if the investigation was adequate and if a reasonable decision was reached. The board then chooses who will report the decision to the involved members.

All involved members must be informed both verbally and in writing.

A copy of the report is saved on the MHFS board's facebook page and a printed copy is saved in the club secretary's binder.

The member must also be informed that there is a two week period where the decision can be appealed against. Such an appeal must be sent to info@mhfs.se within those two weeks.

DOPING

MHFS follows national rules and guidelines regarding doping.

Members are encouraged to ask the safety and security group for more information about doping. MHFS tries to work preemptively and the spread of information is a large part of this.

HANDLING DOPING ISSUES

Reporting a Doping Issue

If a member sees a suspected doping situation, they are required to inform the safety and security group, a trainer or a member of the board. This can be done either verbally or in writing to either the entire group or to a member of it. The case is then handed over to Antidoping Sverige, where you can also report directly.