

TEAM BUSKERUD





For alle utøvere i Buskerud fra 16 år og eldre





Hva er Team Buskerud i BSSK?

Team Buskerud er en videreutvikling av kretslaget som ble startet opp sommeren 2008. Høsten 2013 inngikk BSSK, Simostranda IL og Rosthaug videregående skole et samarbeid for å få etablere et sportslig helhetlig tilbud for skiskyttere i BSSK som innbefatter oppfølging gjennom skole, idrett og Norges Cup. I tillegg hospiterer 16 åringene på teamet og er med på lik linje som det forventes av en junior. Opplegget har både et sportslig og sosialt fokus. Gjennom å bli bedre kjent med andre utøvere som deltar i Norges Cup håper vi utøverne vil forlenge sin karriere og tar steget opp i juniorklassen.



Team Buskeruds målsetning

Hovedmål:

- Sportslig helhetlig tilbud for juniorer i Buskerud
- Sportslig tilbud for hospitantene, dette for å gi 16 åringene et års forberedelse til junior alder
- Sosialt og personlig utviklende tilbud til utøverne

Delmål:

- Skape selvstendige individer som tar ansvar for sportslig og personlig egenutvikling.
- Øke utøvernes kompetanse vedrørende trening, mat og restitusjon.
- Lære å gjøre hverandre gode gjør en selv bedre.
- Egen treningsgruppe for jenter





Samlingsplan

Vi planlegger å gjennomføre 6 samlinger i løpet av høsten og vinteren.

Planlagt samlingsdøgn for Team Buskerud 2014/15:

Samling 1 – Svene	2-4 mai - med overnatting
Samling 2 – Simostranda	7-9 juni - med overnatting
Samling 3 – Simostranda	23-24 august – med overnatting
Samling 4 – Oberhof (barmark/snø)	27 september -5 oktober – med overnatting
Samling 5 – Re i Vestfold	24-26 oktober – med overnatting
Samling 6 – Snøsamling	Dato blir satt etter terminlisten blir offentlig

Planlagt samlingsplan for skolelaget i Team Buskerud 2014/15:

Samling 3 – Internatet v/Rosthaug	9-12 august – med overnatting
Samling 6 – Snøsamling	Dato blir satt etter terminlisten blir offentlig

Organisasjon Team Buskerud

For sesongen 2014/15 vil Team Buskerud ledes av:

Administrativ leder og trener: Arild Heldal – mobil 907 91 121

Sportslig ansvarlig: Hans Anton Bjørndalen – mobil 957 28 001

Trener: Henning Tandberg – mobil 958 08 994

Jentetrener: Trude Ødegaard – mobil 416 18 493





Hva kan Team Buskerud tilby deg?

- Gjennom å være med på Teamet gis du mulighet til et godt treningsutbytte samt mulighet for å trene sammen med flere på din egen alder på kryss av klubber i BSSK.
- Du vil få foredrag med temaer som er relevant for deg som utøver.
- Hvis det er ønskelig vil det være mulighet for kjøp av personlig treningsopplegg av trener.
- Du får klær eksklusivt for bare utøvere på Team Buskerud.
- Felles transport, opphold og opplegg for utøvere (17 år og eldre) på Norges Cup/NM.

Hva forventer Team Buskerud av deg?

Ved å være med på Team Buskerud forventes det:

- at du møter punktlig på alle treninger
- at du kommer på alle samlinger så sant du ikke er syk
- at du gir beskjed dersom du absolutt ikke kan komme
- at du er positivt innstilt og bidrar med gode holdninger på teamet
- at du er med på å skape samhold og bidrar til et positivt miljø
- å gjøre hverandre gode
- at du deltar på Norges cup renn og junior NM, så samt du ikke er syk eller skadet

Er du en foreldreresurs?

Som ønsker og vil bidra positivt inn i teamet har vi flere områder som vi ønsker å utvikle. Dette kan blant annet være innenfor sponsormarkedet, organisering av Norges Cup, økonomistyring, foreldre gruppe på skirenn o.l. Ønsker vi en tilbakemelding fra deg.





Påmelding og hva koster det å være med?

Påmeldingsfristen er 1. Mai 2014 til Arild Heldal. På epost arild.heldal@gmail.com

Team Buskerud er delvis selvfinansierende gjennom egenandeler og støtte fra Buskerud Skiskytterkrets.

Egenandelen fordeler seg slik for sesongen 2014/15:

1. SKOLELAGET + NC inkl. kveldstrening og klespakke	19 000,-
2. SKOLELAGET + NC + klespakke eks. kveldstrening	16 000,-
3. KRETSLAGET + NC inkl. kveldstrening og klespakke	15 300,-
4. KRETSLAGET + NC + klespakke eks. kveldstrening	12 300,-
5. HOSPITANTER KRETSLAGET 16 år	6 250,-

Egenandelen dekker overnatting/mat/trenerhonorarer på samlinger. Innbetaling til konto 2280.31.94169 innen **15. juni 2014**.

Kostnader vedrørende overnatting ute på Norges Cup vil komme i tillegg til egenandelen, bortsett fra transport tur – retur sør for Nordland fylke.

Kontaktinfo

Påmelding og spørsmål om Team Buskerud rettes til BSSK ved:

Arild Heldal på mobil: 907 91 121 eller e-post: arild.heldal@gmail.com

