



# Trondheim Skiskytterteam

Visjon og mål for kretsteam i skiskyting i  
Trondheimsregionen



# Agenda

- Innledning
- Presentasjon av nytt team
- Økonomi
- Sportslig plan



# Visjon og målsettinger

## Visjon

Trondheim skal bli det beste stedet i Norge for å satse på skiskyting og vi skal bli den viktigste leverandøren av fremtidige eliteutøvere i skiskyting

## Mål

Teamet skal ha et treningstilbud for alle som vil satse seriøst på skiskyting og som går på videregående skole i Trøndelag

Teamet skal tilby et treningstilbud som gir alle mulighet for fremgang både på ski og skyting. Dette gjelder både teknikk og kapasitet

Teamets utøvere skal kunne hevde seg i toppen av Norgescup i sine klasser



# Organisering

- Teamet er en organisatorisk enhet underlagt Sør-Trøndelag Skiskytterkrets
- Teamet har etablert et styre av frivillige foreldre og med representant fra kretsen
  - Styret konstituerer seg selv
  - Styret er ansvarlig for økonomi, sponsorer og organisering av teamet
  - Sportslig opplegg etter retningslinjer fra NSSF med et eget trenerteam
- Teamet kan ta navn etter hovedsponsor



# Styre

- Tor Olav Almås
- Mette Eid Løvås
- Bjørn Erik Johnsen
- Even Selnæs
- Eivind Bergsmyr
- Kjetil Værnes, Kretsrepresentant



# Trenerteam

- Stig Strand, Hovedtrener
- Vegard Ovesen
- Ingrid Bjørklimark
- Arve Lien Johnsen
- Sveinung Hestad Strand

Når laget og antall utøvere på de to tilbudene er klare, vil vi se på totalen og trekke inn andre ressurser der det er mulig og ønskelig.

Kraftsenter Trondheim, Olympiatoppen Midt-Norge, ...



# Økonomi

- Sponsorer og samarbeidspartnere
  - Hovedsponsor
    - Muntlig tilsagn om videreføring av avtale med DNB
    - Teamet gjennomfører skikurs og aktiviteter for DNB på dugnad
  - Swix avtale (ikke avklart)
    - Klær og staver (ca 1/3 av veil pris)
    - Smøreprodukter (ca 1/2 av veil pris)
- Egenandeler
  - Totalpakke kr 13.000,- per utøver
  - Samlingspakke kr 8.000,- per utøver

Vi legger som sist sesong opp til at utøvere kan tre inn eller ut av teamet pr. 20. september. De betaler da en rettmessig andel av den totale egenandelen. Denne vil ligge rundt 50%, kan bli justert når endelige aktivitetsplaner er lagt.

Utøver dekker i tillegg egne utgifter til samlinger (reiser og opphold)



# Samspillsregler for teamet

- Forhold mellom trener og utøver
  - Utøvere skal føre treningsdagbok.  
Dette er grunnlaget for treningsamtaler
  - Utøver må opptre i henhold til Teamets regelverk/kontrakt
  - Trener og utøver skal ha gjensidig meldingsplikt ved uforutsette hendelser
- Forhold mellom foresatte og teamet
  - Ta opp ”ting” direkte med trener, IKKE via utøver
  - Bruk styret og/eller oppmann





# Kontrakter / Fremdrift

- Ved spørsmål om team, interesse for å delta
- Kontakt
  - Tor Olav Almås, [tor@nois.no](mailto:tor@nois.no) Mobil: 454 04 654
  - Stig Strand, [ststrand@broadpark.no](mailto:ststrand@broadpark.no) Mobil: 480 38 734
- Fremdrift
  - Søknad sendes styret innen 15. april
  - Kontrakter sendes ut 16. april
  - Returneres senest 25. april
    - Signeres av utøver, foresatt og av klubb (av hensyn til sponsorer)



# Sportslig plan - Juniorteam

24. mars - Stig Strand



# Juniorteam

## Målgrupper

- Utøvere som bor i Trondheim eller nærområdet og går på videregående skole, uavhengig av om dette er Heimdal VGS skiskytterlinje eller ved andre skoler. For disse utøverne anbefales det å delta på Totalpakken.
- Utøvere under videregående utdanning med stor avstand fra Trondheim, men som ønsker å delta i treningsfellesskapet Juniorteam. For disse utøverne anbefales det å delta på Samlingspakken.
- Utøvere i alder 20-21 som ønsker å satse videre på skiskyting og har behov for et treningsfellesskap. For disse utøverne vil valget stå mellom Totalpakken og Samlingspakken avhengig av bosted og treningstilbud for øvrig. Alternativt Team Statkraft Midt-Norge.



## Nøkkeltall aktivitet 2014/2015 (TST junior)

- 30 løpere har vært innom, løpende antall 22 - 25
- Ca 40 samlingsdøgn og ca 40 enkeltøkter
- Enkeltøktenes fordeling pr måned:
  - mai – juli 15 stk
  - August – oktober 19 stk
  - deretter 2 – 3 pr måned ut sesongen (styrke onsdag kveld)
- Ca 16 av samlingsdagene i Trondheim, uten organisert felles overnatting.

# Samlingsplan 2015-2016



NB: steder og dato kan bli endret

- Samlingsplan Juniorteam 2015/2016, utkast mars 2015

Tidspunkt	Sted	Dager	Stipulert kostn.
7. - 10. mai	Trondheim	3,5	200
22. - 24. mai	Trondheim	2,5	200
19. - 21. juni	Trondheim	2,5	200
12. - 16. aug	Trondheim, ev komb med annet sted	5	600
9. - 13. sep	Trondheim, ev komb med annet sted	4,5	400
1. - 12. okt	Snø - Ramsau (Høstferie, kan bli andre dager)	12	13 000
3. - 7. okt	Barmark Trondheim (For de som ikke er i Ramsau)	5	600
23. - 25. okt	Trondheim	2,5	200
18. - 25. nov	Snøsamling Ramundberget (sannsynligvis)	7,5	5 000
	Sum med Ramsau	40	19 800
	Sum med Trondheim i oktober	33	7 400



# Samlingsplan kommentarer

- Ramsau for 98-årgang og eldre. 99-årgang (og eldre som velger bort Ramsau) parallell-samling Trondheim (3. - 7. okt)
- Samlingssted Trondheim kan bli endret på, hvis vi får til gode og billige løsninger andre steder
- Ved samlinger i Trondheim er det ingen organisert felles overnatting, siden de fleste kan bo hjemme
- Planen er foreløpig, men så langt vi kommer til vi har deltakelsen klar.
- Kommentarer samling Ramsau:
  - Trenerne har diskutert for og imot samling i Ramsau. Vi har landet på å kjøre den for 98-årgang og eldre.
  - Argumenter for var motivasjon, opplevelse, sannsynligvis gode treningsforhold for ski, samt økt fokus og læring intensitetsstyring, som blir enda viktigere ved økter på høytliggende bre.
  - Hovedargument mot var kostnad. En del av dette har vi tatt inn på andre samlinger, slik at totalsum samlingsutgifter for den enkelte løper ikke blir mye høyere enn i sesongen 2014-2015.

# Plan for økter utenom samlinger



- Denne settes opp måned for måned, og for mai-juni vil den foreligge til oppstart-samling mai.
- Øktene i team-regi koordineres med HVGS skoleøkter, og settes inn i en felles plan.



# Trener - utøver

- Trenerne: Vegard Ovesen, Ingrid G. Bjørklimark, Arve Lien Johnsen, Sveinung H Strand, Stig Strand
- Trener - utøver
  - Alle utøvere i teamet får tilbud om hjelp til treningsplanlegging og – oppfølging fra en av teamets trenere (personlig trener). Trenerteamet fordeler utøverne mellom seg.
  - Føring av treningsdagbok og levering av den til trener på avtalte tidspunkt er et absolutt krav for å få personlig treneroppfølging.
  - Utøvere kan ha personlig trener utenfor teamet. Dette stiller noe større krav til utøver om å signalisere hva den vil ha hjelp til fra teamets trenere, da trenerne ikke ønsker å gi signaler som strider mot det utøver og personlig trener jobber etter.
  - Utøver skal være i fokus. Trenerbytte vil derfor være mulig hvis forholdet utøver – trener ikke fungerer godt nok for utøver.
- Teamets trenere utarbeider rammeplaner i fellesskap, disse tilpasses individuelt i dialogen mellom utøver og personlig trener. Teamets treningsfilosofi bygger på prinsippene til NSSF junior.
- For de fleste aktiviteter vil det ikke være fulltallig trenerkorps (økonomi, behov og tilgjengelighet).





# Framdriftsplan

- Søknad innen 15. april
  - Spesifiser Totalpakke / Samlingspakke
  - Angi om personlig trener i teamet ønskes
  - For 98-årgang og eldre: angi om du ønsker å delta på Ramsau-samling
  - For 20-21 år, angi om det også søkes opptak i annet team
  - Angi adresse, klubb, telefonnummer, e-post adresse, navn og e-post adresse til foresatte
- Kontrakter
  - Utsendelse senest 16. april
  - Returneres senest 25. april, signert av utøver, foresatt og klubb (av hensyn til profilering sponsorer)
- Oppstart-samling tidlig mai

Spørsmål / kommentarer ?

Kontakt: Stig Strand,

[ststrand@broadpark.no](mailto:ststrand@broadpark.no)

Mobil: 480 38 734