



Trondheim Biathlon Team (TBT) 2016/2017

Sportslig plan pr 8. april 2016

Trondheim Biathlon Team

Organisering

- ▶ TBT er organisert under Sør-Trøndelag skiskytterkrets. Teamet har et styre bestående av foreldre og en representant fra skiskytterkretsen.

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 Totalpakke.
- ▶ Utøvere under videregående utdanning med stor avstand fra Trondheim, men som ønsker å delta i treningsfellesskapet TBT. For disse utøverne anbefales det å delta på Samlingspakke.
- ▶ Utøvere i alder 20-23 fra Midt-Norge som ønsker å satse videre på skiskyting og har behov for et treningsfellesskap. For disse utøverne vil valget stå mellom Totalpakke og Samlingspakke avhengig av bosted og treningstilbud for øvrig.

Sportslig tilbud

1. Enkeltøkter og endags samlinger Trondheim
 - ▶ Fellestreninger, testing
 - ▶ Stipulert antall: ca 30 enkeltøkter og 10 endags samlinger
 - ▶ Plan utarbeides senere
2. Individuelle økter utøver – trener
 - ▶ Teknikkøkter, samtaler, andre typer økter etter avtale mellom utøver og trener
 - ▶ En-til-en økter, men kan avtales slik at trener har med flere av sine utøvere på samme økt
 - ▶ Det settes av 20 trener-timer pr utøver til dette
 - ▶ NB: Tid med trener krever initiativ fra utøver («bestille» tid)
3. Samlinger annet sted enn Trondheim, 4 stk (juni, august, oktober, november)
 - ▶ Stipulert ca 25 samlingsdøgn totalt
4. Testing av våpen og ammunisjon, juni og oktober.

Totalpakke består av alle fire element.

Samlingspakke består av element 3 (4 samlinger) og 4 (testing våpen/ammo), i tillegg til 5 av endags samlingene fra punkt 1, løper velger selv hvilke.

Samlingsplan 2016-2017

Datoer kan bli endret, steder bestemmes senere

Samlingsplan TBT 2016/2017, utkast april 2016

Tidspunkt	Sted	Dager	Stipulert kostn.
17. - 24. juni	Sognefjellet	7	6000
10. - 14. aug	Beslattes senere, forholdsvis rimelig	4	1200
8. - 15. okt	Beslattes senere (høstferie, Torsby?)	7	5000
<u>20. - 27. nov</u>	<u>Ramundberget (uke tilpasses terminliste)</u>	<u>7</u>	<u>4500</u>
	Sum	25	16 700



Plan for økter utenom samlinger

Denne settes opp måned for måned

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
 - ▶ Utøvere som deltar på Totalpakke har personlig trener i teamet. Personlig oppfølging består i hjelp til treningsplanlegging og – oppfølging, samt individuelle økter med trener.
 - ▶ Føring av treningsdagbok og levering av den til trener på avtalte tidspunkt er et absolutt krav for å få personlig treneroppfølging.
 - ▶ Utøvere som deltar kun på Samlingspakke har ikke personlig trener i teamet. Veiledning gis i forbindelse med samlinger. Utøver må signalisere hva han/hun vil ha hjelp til fra teamets trenere, da trenerne ikke ønsker å gi signaler som strider mot det utøver og dennes personlige trener jobber etter. Det kan gjøres spesialavtaler om personlig treneroppfølging.
 - ▶ Utøver kan velge trener, forutsett at den totale ressurskabal for trenerne går opp. Utøvere som starter i 1. klasse ved HVGS skal ha en av skolens trenere.
 - ▶ 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 felles-aktiviteter vil det ikke være fulltallig trenerkorps (økonomi, behov og tilgjengelighet).

Økonomi og forpliktelser

- ▶ Egenandel samlingspakke kr 8.000,-
- ▶ Egenandel totalpakke kr 16.000,-
- ▶ Løper dekker i tillegg samlingsutgifter selv, se stipulert kostnad på samlingsplan.
- ▶ Teamets inntekter er egenandeler fra løpere pluss noen sponsorinntekter. Pr dato er Kverneland Bil, OneWay og Sportsbua teamets sponsorer.
- ▶ Kontraktene vil blant annet regulere løpers forpliktelser i forhold til teamets sponsorer.
- ▶ Løpere på totalpakke er forpliktet til å anskaffe team bekledning og profilere teamets sponsorer.
- ▶ Løpere på samlingspakke har ingen forpliktelser i forhold til bekledning og sponsorprofilering. Hvis de ønsker å skaffe seg teamets bekledning underlegges de samme sponsorforpliktelser som i totalpakken.

Framdriftsplan

▶ Søknad innen 20. april

- ▶ Spesifiser Totalpakke / Samlingspakke
- ▶ Angi om personlig trener i teamet ønskes, eventuelt hvem
- ▶ Angi om det også søkes opptak i annet team
- ▶ Angi adresse, klubb, telefonnummer, e-post adresse, navn og e-post adresse til foresatte
- ▶ Det vil være mulig å tre inn/ut av teamet ca 20. september, med forholdsmessig reduksjon av egenandel. Det kan også være mulig med en spesialordning med deltakelse bare i sommerferie f.eks. Sett opp slike ønsker i søknaden.
- ▶ Oppstart tidlig mai

▶ Kontrakter

- ▶ Utsendelse senest 25. april
- ▶ Returneres senest 1. mai, signert av utøver, foresatt og klubb (av hensyn til profilering sponsorer)

Søknad sendes: Mette Eid Løvås, mette.eid.lovaas@hotmail.no, Mobil: 412 40 336

Spørsmål om sportslig: Stig Strand, ststrand@broadpark.no, Mobil: 480 38 734

Andre spørsmål: Even Selnæs, even@live.no, Mobil: 900 25 300