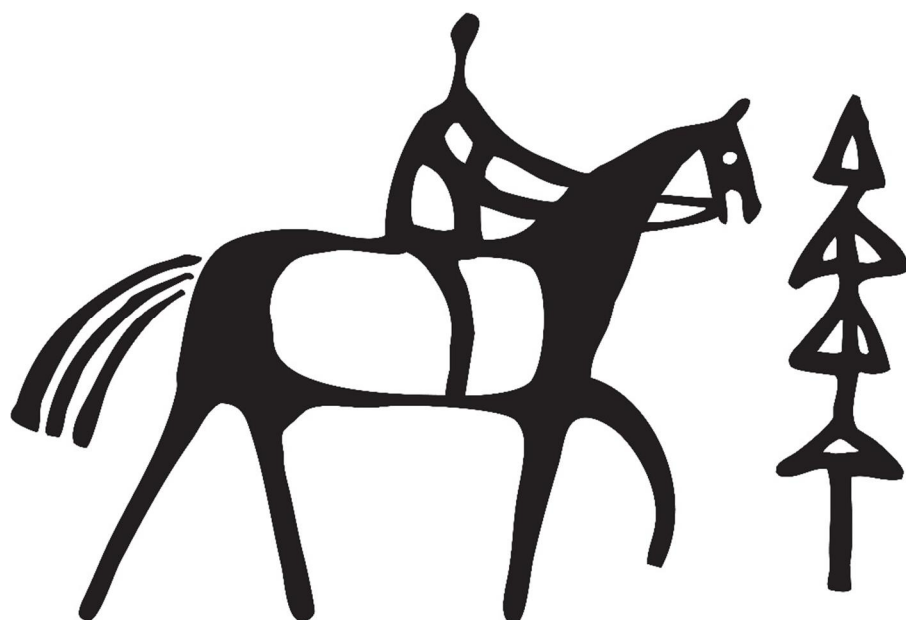


SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018



SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Innhold

Introduksjon	3
Visjon	3
Formål	3
Sportslige mål 2018	4
Organisatoriske mål	4
Senior og juniorgruppe	5
Ekvipasjene deles inn i:	5
(Rytter må enten eie eller disponere hesten den er kvalifisert med.)	5
Krav for å være eliterytter	5
Krav for å være satsningsrytter	5
Normer for rytter	6
Internasjonal representasjon.....	6
Internasjonale Mesterskap.....	7
Uttakskrav til mesterskap	7
Sportslig vurdering.....	7
Kostnader i forbindelse med representasjon.....	7
Internasjonale mesterskap 2018.....	7
Nordisk -Baltisk mesterskap	8
Deltakelse i G7-landene	8
Generelle retningslinjer.....	8
Uttakskriterier.....	8
Aktivitetsplan / Treningssamlinger.....	9
Aktuelle emner	9
Planlagte samlinger i 2018.....	9

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Introduksjon

Sportsplanen skal danne utgangspunktet for den videre satsing og talentutvikling innen distanse i Norge.

Planen er revidert pr. 01.02.2018 og vil bli revidert etter 1. desember hvert år – helst innen 31.12. GU-DI forbeholder seg retten til om nødvendig å foreta endringer i planen i løpet av sesongen.

Støttepersonell 2018 er;
Lagleder og Teamveterinær Fernando Medina Guerrero
Representant fra GU-Di, Arild Neset.

Visjon

” Trene som best og vinne mest og ha det gøy!”

Grunnlaget for visjonen er at:

- *Det skal ikke brukes farlige/forbudte stoffer (doping) for å oppnå bedre resultater*
- *Utdannelsen av hest skal skje på forsvarlig måte og NRYFs etiske regler for omgang med hest skal overholdes.*

Formål

Formålet med sportsplanen er å utvikle et program som:

- *Bidrar til å øke rekrutteringen til distansesporten*
- *Generelt hever nivået i grenen*
- *Forbereder og utdanner rytterne med tanke på internasjonal deltakelse*
- *Tilrettelegger for sportslig måloppnåelse*
- *Informerer utøvere og støtteapparat*
- *Inspirerer til videre satsing*

Hvordan nå målet;

- *Fortsette å støtte og utvikle Indianercup og minicup*
- *Lage gode samlinger med relevant/nyttig/lærerikt innhold*
- *Holde god kommunikasjon med eliterytteren/satsningsrytterne*
- *Gi konstruktive tilbakemeldinger til hver enkel rytter etter endt samling og Mesterskap fra Lagleder*
- *Egne samlinger for å videreutvikle lagånden*

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Sportslige mål 2018

Mesterskap/Stevner/Område	Ind./Lag	Mål
Norgesmesterskap (NM)	Individuelt	Heve nivået og antall startende
Nordisk (Nordic Baltic Championship – NBC)	Individuelt	Gullmedalje for både senior og jr/yr.
Nordisk (Nordic Baltic Championship – NBC)	Lag	Gullmedalje for både senior og jr/yr
WEG senior (VM)	Individuelt	Deltagelse
Europamesterskap jr/yr (EM)	Individuelt	Deltagelse og fullføring
Europamesterskap jr/yr (EM)	Lag	Deltagelse og fullføring
CEI-stevner	Individuelt	Individuell rangering topp 50 i FEI-ranking

Organisatoriske mål

Lagånd		Bygge lag som er trygge på hverandre og kan gjøre hverandre gode.
Støtteapparat		Etablere støtteapparat rundt laget med veterinær. Få til et godt samarbeid med trenere, hestepassere og foresatte som gjør at vi kan fokusere på det sportslige og ha det hyggelig sammen.
Mållrettet arbeid		Utøverne skal gjennom målprosesser og treningsplaner jobbe mer mållrettet med sin trening.
Kompetansebygging		Utøverne skal gjennom teoretisk undervisning (rideteori, mentaltrening, kost/ernæring, forebyggende hestehelse etc.) få økt innsikt og kunnskap om egen idrett.
Personlig		Utøverne skal gjennom arbeidet i gruppene og gjennom sin ridning ved hjelp av trener oppleve en personlig utvikling.

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Senior og juniorgruppe

Ekvipasjene deles inn i:

a) Seniorgruppe

For å være med i seniorgruppen må rytter ha godkjent minimum CEI 1 innenfor siste 24 mnd. (satsningsrytter).*

Inkluderer ekvipasjer som er kvalifisert til FEI mesterskap senior, kalt eliteryttere. (Rytter må enten eie eller disponere hesten den er kvalifisert med.)

b) Juniorgruppe

For å være med i juniorgruppen må rytter ha godkjent minimum CEI 1 innenfor siste 24 mnd. (satsningsrytter).*

Inkluderer ekvipasjer som er kvalifisert til FEI mesterskap junior/ungrytter, kalt eliteryttere. (Rytter må enten eie eller disponere hesten den er kvalifisert med.)

Krav for å være eliterytter

- Ekvipasje kvalifisert til mesterskap
- Lvert signert utøverkontrakt
- Lvert signert kontrakt på disponert hest dersom rytter ikke er hestens eier
- Lvert plan for kommende sesong
- Antidoping test gjennomføres, diplom sendes lagleder.

Den ansvarlige for ekvipasjen, dvs. utøver eller foresatte (for de under 18 år), er pliktige til å melde fra til lagleder/trener ved sykdom/skade eller annet slik at gruppen til enhver tid består av ekvipasjer i aktiv trening.

Krav for å være satsningsrytter

- Rytter fullført CEI1* innenfor de siste 24 mnd.
- Lvert signert utøverkontrakt
- Lvert plan for kommende sesong
- Antidoping test gjennomføres, diplom sendes lagleder.

Den ansvarlige for ekvipasjen, dvs. utøver eller foresatte (for de under 18 år), er pliktige til å melde fra til lagleder/trener ved sykdom/skade eller annet slik at gruppen til enhver tid består av ekvipasjer i aktiv trening.

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Normer for rytter

- Ryttere skal opptre som gode forbilder.
- Ryttere skal vise aktsomhet ved bruk av sosiale medier
- Ryttere under 18 år skal være totalavholdende med røyk, snus og alkohol.
- Horsemanship: Ryttere skal sette hesten først i h.h.t Code of conduct. (Normer for ryttersporten).-Direkte avstraffelse av hest skal ikke forekomme.
- Lojalitet og lagånd: Rytter skal være lojal mot systemet og sine lagkamerater. Motarbeidelse og intriger svekker utviklingen for alle parter og for sporten.
- Kommunikasjon: Rytter og lagledelse skal ha en åpen kommunikasjon og informere hverandre. Dette innebærer også at hver rytter selv er ansvarlig for å holde seg informert og informere lagleder/trener.
- Rytter skal holde seg selv og sin hest i fysisk god form. Det skal legges vekt på riktig kosthold for hest og rytter. Det skal holdes jevnlig veterinær oppfølging på hesten.
- Man skal strebe etter en sportslig opptreden og fair play.
- 24-timers regel: Problemer/ saker som ønskes tatt opp skal være gjort innen 24 timer fra rytters og/eller ledelses side. Etter 24 timer er saken ferdig og man skal gå videre, se fremover og sette seg nye mål.
- For ryttere under 18 år er det foreldre/foresatte eller annen voksen person som gjelder som ansvarlig person.

Distansesporten er kjent for å ha et godt miljø og være inkluderende. Godt miljø er imidlertid sårbart og behøver å voktes over slik at det bevares. Ved elitesatsing er et godt samhold og lagånd spesielt viktig. For å beholde et godt og inkluderende miljø må det arbeides aktivt for å stoppe misnøye og uheldig opptreden. Derfor ønsker vi å sette fokus på dette for å unngå opptreden som er til skade for sportens anseelse.

Det vil først bli gitt en muntlig advarsel der vedkommende blir gjort oppmerksom på at aktuell oppførsel oppfattes som uheldig. Dersom ikke den muntlige advarselen fører til endring vil en skriftlig rapport sendes til NRYF med henvisning til KRI og §175 – Utilbørlig opptreden. For orden skyld dette omfatter ikke bare ryttere med også støttepersonell

Internasjonal representasjon

Rytter er selv ansvarlig for å melde interesse for internasjonale stevner. Dette meldes til GU-Di senest 48 timer før påmeldingsfristen. Etter meldt interesse og GU-Di godkjenning, vil NRYF søke om plass. Etter bekreftet definite entry er rytter økonomisk ansvarlig overfor arrangør.

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Internasjonale Mesterskap

Uttakskrav til mesterskap

- Delta på veterinærgjennomgangen i begynnelsen av sesongen.
- Delta på siste uttakssamling før mesterskapet.
- Innsendt avtalt dokumentasjon (eks. utøverkontrakt).

Alternative løsninger kan godtas etter nærmere avtale.

Sportslig vurdering

Vurderinger er basert på:

- Nyere resultater (av kvalifiserte hester).
- Deltakelse på samlinger
- Deltakelse på NM
- Kommunikasjon/dialog

Kostnader i forbindelse med representasjon

Til internasjonale mesterskap dekker NRYF:

- Startavgift inkl. oppstalling *
- Lagleder
- Lagveterinær
- Landslagsutstyr (egenandel på påregnes)

Dersom det ikke stilles lag vil det bli en vurdering i forhold til om vi sender lagleder/veterinær eller ikke.

Øvrige kostnader i forbindelse med internasjonal deltakelse må dekkes av den enkelte deltaker.

** For at startavgiften skal dekkes forplikter rytter å gjennomføre krav satt av landslags leder i forkant av mesterskapet, samt avtalte lagstrategi under selve mesterskapet. Dersom dette ikke overholdes vil deltaker selv måtte dekke startavgiften. Unntak kan godtas når det er i dialog med landslags leder i forkant.*

Internasjonale mesterskap 2018

- WEG USA Tryon, senior 11-12 sept.
- EM jr./yr. Pisa (ITA) 25-26 juli.

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Nordisk -Baltisk mesterskap

NBC er ikke et internasjonalt mesterskap. Det er et ordinært internasjonalt ritt hvor de nordisk/baltiske land har lagt inn et internt mesterskap. Krav til deltakelse på NBC jr. er identiske med kvalifisering til CEI1*, på senior CEI2*. Det er ønskelig å stille lag både på junior og senior nivå. De som blir tatt ut på lagene får startavgift og oppstalling dekket, og forplikter seg til å ri slik lagleder bestemmer. Dersom en eller flere ryttere trekker seg etter laguttak slik at det ikke blir lag, vil de andre likevel få dekket startavgift og oppstalling. Det blir sendt lagleder / veterinær såfremt det stilles lag.

Lagene tas ut i forkant av NBC så langt det lar seg gjøre. Uttaket baseres på følgende vurdering:

- Nyere resultater
- Deltagelse på samlinger
- Kommunikasjon/dialog

Årets Nordisk-baltisk mesterskap avholdes i Finland den 15-17 juni.

Deltakelse i G7-landene

Generelle retningslinjer

- Rytterne får kun starte FEI ritt, ingen dispensasjon gis.
- Alle kostnader dekkes av rytter (også evt. reserver).
- Rytter og hest i kombinasjon må være kvalifisert til klassen i løpet av de siste 12 mnd.
- Det praktiseres rullerende invitasjon / uttak, som betyr:
 1. At kvalifiserte ryttere får invitasjon på rundgang etter uttakskriteriene.
 2. En rytter bare får takke ja til slike invitasjoner en gang i løpet av 12 mnd. Deretter går invitasjon til neste rytter basert på uttakskriteriene (gjelder også eliteryttere).
Eksempel: Dersom rytter har startet februar, får rytter ikke starte før mars året etter.

Uttakskriterier

- Basert på invitasjon vil det bli satt spesifikke krav til hvert enkelt stevne.
- Rytter må være enten være eliterytter eller satsningsrytter.
- Deretter følges FEI ranking på rytter; fra forrige sesong.
- Hesten kan ikke ha blitt eliminert på CEI ritt av metabolske årsaker som krever umiddelbar behandling de siste 12 mnd. før rittet.

SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2018

Aktivitetsplan / Treningssamlinger

Samlingene uten hest kan være av teoretisk art og/eller innebære ferdighetstrening.

Aktuelle emner

- Utvikle rideferdigheter
- Antidoping
- Ernæring og fysisk trening for rytter
- Lagbygging, vennskap, glede, samhold, disiplin
- Informasjon fra og om NRYF
- Kravprofiler, egenvurderingsskjema
- Mental trening og idrettspsykologi

Planlagte samlinger i 2018

- Veterinærgjennomgang 10 februar i vest og 11 februar i øst.
- Treningssamling og uttak til lag NBC 24-27 mai
- Treningssamling og uttak for EM junior 22-24 juni
- Treningssamling høst. (oktober)

På samlingene må eliteryttere betale 50% av ordinær pris, satsningsryttere 75% av ordinær pris. Andre som vil delta kan bli med dersom det er ledige plasser, disse må i så fall betale ordinær pris. Det vil være hesten eller rytterens status som vil være grunnlag for kostnadsberegning.