



Norges Cykleforbund

UNION CYCLISTE INTERNATIONALE - UNION EUROPÉENNE DE CYCLISME - NORDISKA CYKLEFÖRBUNDET - NORGESIDRETTSFORBUND

## FELLESMØTET 15.03.2021 - SVAR PÅ GRUPPEOPPGAVER

### 1. Hva er pr. nå de mest velfungerende tiltakene i klubb og region som rekrutterer syklister til idretten vår?

- Anlegg/Arena gir muligheter – fast møteplass, trygghet og mestringsfølelse.
- Ikke ha så mye fokus på gren, men at vi bare skal sykle. Lek.
- Trivsel i klubben – tenke på lavt nivå, at det ikke blir for stort og u håndterlig.
- Vi trenger hjelp fra NCF til hvor vi kan søke om penger.

### 2. Hvordan kan vi nå ut til de som ikke er medlemmer i klubber eller de som ikke sykler?

- Det handler mye om mottaksapparatet, flere trenere og en gjennomtenkt plan.
- Vi må komme tidligere på banen (ref. fotball som har tilbud overalt).
- Lukket arena og lokale cuper.
- Få alt ned på et lavere nivå.
- Hvis man skal bygge en klubb, må man skynde seg sakte.

### 3. Hva mener du/dere er det beste med å drive med sykling?

- Vi har en unik og flott arena for mestring på vei eller skog ute i naturen.
- Lav terskel, kan bruke sykkelen de har.
- Skape miljø på tvers av nivå, alder og utstyr.
- Folkehelse – aktiviteter på lavt nivå eller som transport.
- Mange muligheter for å skape gode arenaer.

### 4. Hva kan gjøres i klubber og regioner for å få flere barn inn i sykkelporten? Har dere noen forventninger til hva NCF kan bidra med?

#### Klubber - lokalt

- Sosial inkludering
  - Lav økonomisk terskel
  - Uteleiesykler
  - Drakter – billig trøye ved innmelding
  - Lave kontingenter og avgifter
  - Ta vare på foreldregruppen
- Treningsfasiliteter
  - Fast oppmøtested(?)
  - Vintertrening (inne)
  - Kontrollert og trygge område/omgivelser
- Samarbeid med andre idretter
  - Arena og målgrupper



## NCF sentralt og regioner

- Bidra til utvikling av arenaer
- Støtte oppunder lavterskel ritt og arrangementer – økonomi og utlåsutstyr
- «Forvalte» og tilby konseptbeskrivelser av ulike konsepter for lavterskelritt

### 5. 60% av ungdommen slutter med organisert idrett før de er 18 år. Hvordan beholder klubbene ungdommene (15-18 år) i sykkelsporten og hva kan vi gjøre for å rekruttere nye?

- Blir for lite leik i trening og for stort forventningspress når man begynner å mestre.
- Må ikke forvente at alle ønsker å bli nr. 1.
- Pubertet – mer info – ungdommer utvikles i ulikt tempo.
- Viktig å få de med videre som trenere, kommissærer og i klubben.
- Se hele ungdommen/mennesket – det er mye som skjer i disse årene.
- NCF er for elitefokusert – dette skremmer ungdommer fra å begynne, eller fortsette.

### 6. Hvordan kan klubber og regioner motivere flere til å bli trenere, kommissærer og ledere?

- Kulturen i klubben er viktig, når det gjelder mottak og behandling av nye
- Bruke eldre utøvere i trenerteamet  
(Follo SK; 13-14-15 åringer med som trenere/instruktører i sykkelskolen)
- Noen vil være medlem i klubb uten forpliktelser
- Når foreldre er trener – fortsetter disse å være trenere/ledere når deres egne slutter?
- Utdanning/Kurs/Kompetanse er viktig – er ofte ikke samsvar mellom klubbens behov og tidspunktene som settes i NCFs kurskalender (må alle krus arrangeres etter nyttår?)
- Oppbygging/etablering gode sosiale miljø i klubbene. Gjør at personer fortsetter som medlemmer – selv om de selv slutter å være aktive.

## Ved arrangement

- (Follo SK) sender ut spørreskjema innholdende hva medlemmene kan bidra med i arrangementet.
- BMX: utfordrende – vi er få – foreldre må være med å hjelpe de aller minste – da har de ikke tid og kapasitet til å utføre andre gjøremål i arrangementet



**7. Hva kan klubber og regioner gjøre for at flere jenter/kvinner ønsker å være en større del av sykkelporten? Vi tenker her både som utøver, kommissær, trener og styremedlem/leder.**

- Hvis klubben har elitejenter, bør også disse være med lokalt.
- Jenter skaper flere jenter.
- Flere kvinnelige trenere.
- Trene gutter og jenter sammen, men ha noen samlinger kun for jentene.

**8. Det er svært få personer med flerkulturell bakgrunn i sykkelporten. De velger ofte fotball eller kampsport. Er det noen tiltak klubber, regioner eller NCF kan sette inn for å rekruttere flere personer med flerkulturell bakgrunn til sykkelporten og generelt få mer mangfold?**

- Bruke profiler med flerkulturell bakgrunn som forbilder (Abid Raja/Samir Tafiq).
- Sykkelopplæring i samarbeid med kommunene.
- Tour of Norway for kids – en arena for å få flere utøvere generelt. Lavt nivå.
- Pumptracks – er lavterskel, er sosialt og kan bruke egen sykkel.
- Lånesykler/utstyr i klubbene.
- Sykkelopplæring av kvinner, og kvinner som lærer kvinner.