

Landslagsmodell Utfor 2024

NCF har et langsiktig mål om å styrke bidraget inn mot satsende utøvere nasjonalt. Ønsket er å hjelpe flere, og bidra helt konkret med utvikling på forskjellig nivå. Vi har utøvere som presterer i verdenstoppen og mange som er på høyt nasjonalt nivå, og som ønsker å prøve seg mer internasjonalt. Vi har valgt å etablere ulike nivåer på våre landslag.



Norges Cykleforbund

Våre beste ryttere er enten på profesjonelle lag eller finansierer og organiserer det meste av sin satsning og internasjonale deltakelse selv. På nivået under har vi mange ryttere som ønsker å utvikle seg slik at de kan hevde seg i internasjonale konkurranser. Noen er juniorsyklister og noen er elitesyklister som allerede har satsset i mange år. NCF ønsker å bidra med trenerressurser, ekspert- og faglig kompetanse internt og fra OLT og andre aktuelle fagmiljøer.

Vi ønsker å bidra til å utvikle utøvere til internasjonalt nivå ved å styrke kompetansen og tilbudet der de er. NCF vil være behjelpelig med veiledning i forhold til internasjonal deltakelse og velge rett nivå på konkurranser. Vi oppfordrer lagledere, trenere og andre til å ta kontakt for spørsmål og problemstillinger.

Lederteam

- Landslagssjef: Eddy Knudsen Storsæter
- Landslagsleder/-trener: Niclas S. Andersen

Landslagets virksomhet

Utøverutvikling

- Treningsplaner
- Matching
- Samlinger
- Mental trening
- Ernæring/helse
- Testing, fysisk og teknisk
- Teknikkutvikling

Fagutvikling

- Utviklingsplaner
- Samarbeid med andre grener og idretter

Kompetansedeling

- Ressurs inn mot miljøet
- Sparring for treningsplaner/tiltak

Koordinator

- Fasilitere økter

Lagstruktur

Elitelag

Simen Smestad

- Treningsoppfølging, individualisering og veiledning.
- Testing og skreddersydde økter for best utvikling.
- Samlinger og økter med landslagstrener.
- Bistand til organisering og oppfølging i mesterskap.

Utviklingslag

Nellie Sofie Aabech, Markus Skeie Lebreux, Elias Verstad Stubergh, Kine Haugom, Sondre L. Rød Goska, Gabriel Kvålseth, Atle H. Laakso og Ole-Herman Bergby.

- Følges opp primært av klubbmiljø evt. skole.
- Tilbud om treningsplaner, veiledning og oppfølging via TrainingPeaks fra landslagstrener.
- Samlinger og økter med landslagstrener.
- Landslagstrener har dialog med klubb-/lokal-/skoletrener der det er ønskelig for sparring.
- Veiledning om utvikling og matching i internasjonale konkurranser.

UCI pro team

Mille Johnset og Frida Helena Rønning

- Bistand til organisering og oppfølging i mesterskap.
- Tilbud om støtte på lik linje med de andre gruppene.

Tiltak 2024

- Samling januar, alle grupper. Basistrening. Testing. Sesongplaner.
- Samling april, alle grupper. Faglig tema: mental trening, ernæring og helse. Felles basisøkter.
- Samlinger april, mai og juni, alle grupper. Teknikktrening, fartstrening. Spesifikk konkurransetrening.
- Samling juli, alle grupper, Hafjell. Teknikktrening og fartstrening. Spesifikk konkurransetrening. Sosialt. Basistrening. Hafjell Cup.
- Hele året, mindre grupper. Enkeltøkter. Teknikktrening og fartstrening. Spesifikk konkurransetrening.
- Landslagstrener til stede på enkelte nasjonale og internasjonale ritt.
- November: Oppstart basistrening sesong 2025.

Aktuelle 15 og 16-åringene kan bli invitert med på økter der det er fornuftig.

Tiltak rettet mot klubb og trenerressurser:

- Teams-møter med trenere for utøvere i gruppene blir avholdt

- Sparring og dialog med klubb-/lokal-/skoletrenerne.

Krav til utøver

- Gjennomføre "Ren utøver".
- Benytte TrainingsPeaks Premium og registrere trening. Gi landslagstrener tilgang.
- Delta på arrangerte samlinger og økter.
- Delta på fysiske tester og dele resultater fra eksternt gjennomførte tester.
- Informere trener og leder om status når det er spesielle forhold som tilsier det.
- Bidra inn mot felleskapet ved å delta, være en bidragsyter og dele kunnskap.
- Være bevisst sin rolle som landslagsutøver og opptre på en forventet måte i tråd med Norges idrettsforbunds lover.
- Stille og bidra på åpen samling og ved trenerseminar.
- Stå for kostnader til reise, kost og losji ved samlinger og fellesøkter.



Norges Cykleforbund