

# Landslagsmodell Utfor 2025

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.



**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

### Elite

Simen Smestad, Ole-Herman Bergby, Elias Verstad Stubergh, Mille Johnset og Frida Helena Rønning

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

### Junior

Nellie Sofie Aabech, Markus Skeie Lebreux, Nicolai Grip Haglev og Marius Lindøe Enger.

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

## Tiltak 2025

- Regelmessige økter og samlinger i forberedelsesperioden med fokus på kartlegging og utvikling av basisferdigheter.
- Konkurransforberedende økter i oppkjøringen til og i konkurransesesongen.
- Landslagstrener til stede på enkelte nasjonale og internasjonale ritt.
- November: Oppstart basistrening sesong 2026.

## 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.
- Delta på økter sammen med utviklingslaget.
- Stå for kostnader til reise, kost og losji ved samlinger og fellesøkter.
- Utøvere under 23 år må betale en årlig egenandel.

