

Terrenglandslagene 2022

NCF har en langsiktig plan om å utvikle ryttere til det ypperste internasjonale nivå. Derfor jobber vi kontinuerlig for å kvalitetssikre og forbedre landslaget. Vi har lenge ønsket å kunne gi et godt tilbud til flere av våre gode utøvere, for å sikre ettervekst og forhindre frafall i en kritisk alder. Derfor har vi nå valgt å etablere to nivåer på landslagene.

World Cup (WC-lag) lag, bestående av de 10 beste rytterne i landet. Et utviklingslag, fordelt på junior, U23 og elite for å få et seriøst tilbud til de som på sikt vil være aktuelle for WC-laget og en utvidet junior satsing.

Gjennom dette oppsettet vil vi jobbe tett med de viktige lokale og de profesjonelle skoletrenerne. Her vil vi bidra med kompetanse og sparring for å styrke samarbeidet mellom landslag og treningsmiljøene. Dette bidrar til å øke det generelle kompetansenivået til flere trenere. Videre ønsker vi å samle rytterne på tvers av lagene for inspirasjon og miljøskaping.

Det er viktig å understreke at utøvere som ikke er på lag i høyeste grad er aktuelle for landslag i framtiden. Dette gjelder spesielt de yngre utøverne hvor utviklingen plutselig kan skyte fart. Trenere til disse utøverne må ikke nøle med å ta kontakt for spørsmål og problemstillinger.

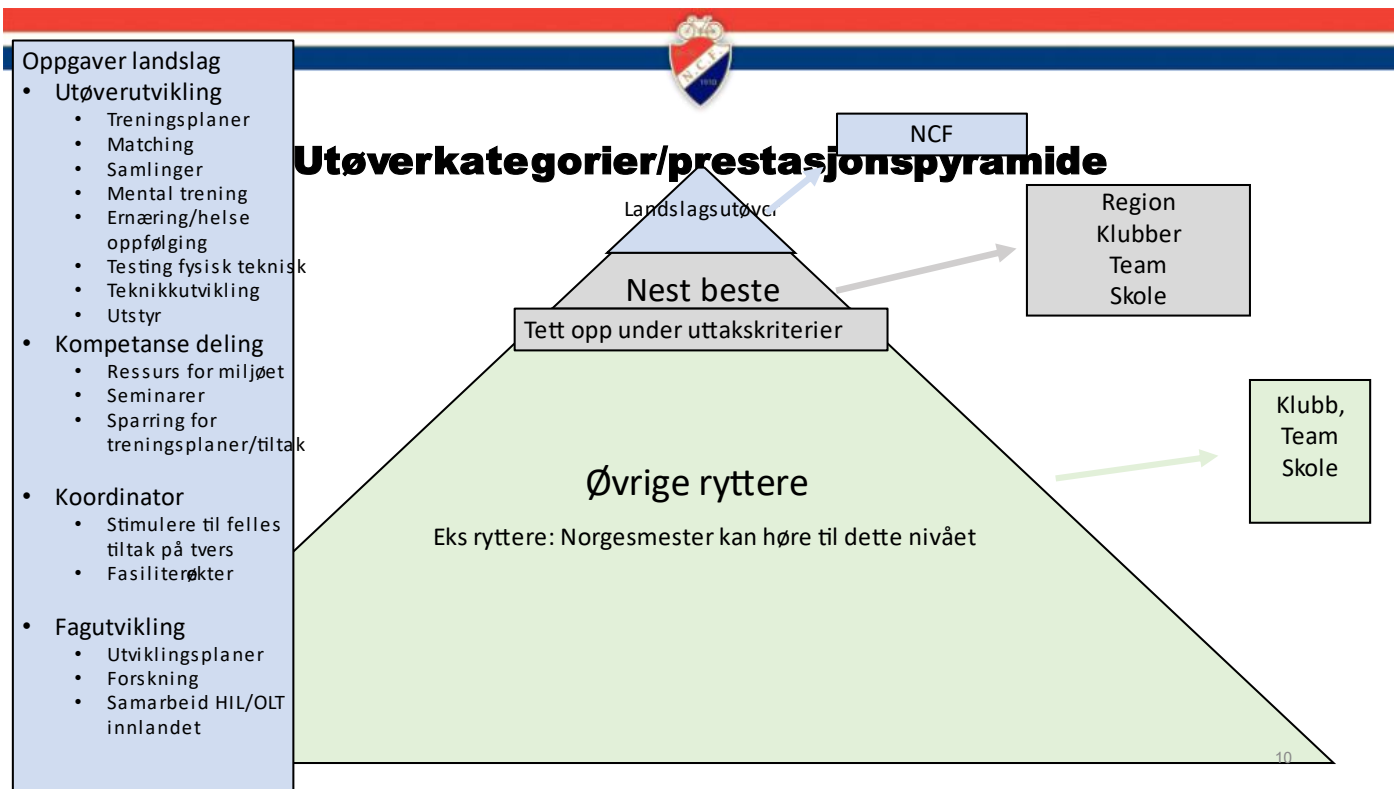
Lederteam

Lederteamet består av følgende roller og personer:

- Landslagssjef: Eddy Knudsen Storsæter
- Landslagstrener: Lars Stensløkken
- Fysiolog: Bent Rønnestad
- Mekaniker: Martin Haug
- Laglege: Petter Sørensen
- Ernæring: Camilla Aasen Mæland
- Fysioterapeut/osteopat: Oliver Wrobel & Anja Lisa Engel
- OLT: Roger Gjelsvik

Videre har vi etablert et godt samarbeid med Olympiatoppen for faglig bistand og bruk av medisinsk støtteapparat ved OLT.

Landslagets virksomhet:



Definerte landslag:

WC lag:

Erik Hægstad, Knut Røhme, Mats Tubaas Glende, Ole Sigurd Rekdahl, Emil Hasund Eid, Sondre Rokke

William Høines Larsen, Oda LaForce, Hedda Brenningen Bjørklund, Helene Marie Fossesholm

- Totaloppfølging, individualisering og treningsveiledning der det er ønskelig og praktisk.
- Testing og skreddersydde økter for best utvikling
- Samlinger og konkurranser som riktig matching for hver enkelt

Utviklingslag

Junior:

Martin Farstadvoll, Lisa Jorde, Sivert Ekroll, Brage Bakken, Nicklas Øveraasen, Mads Koritov, Jonas Høydal

- Konkurranser. Ryttere kan bli tatt ut til ritt når utøverne er klare for det. Primært WC Nove Mesto, EM og VM.
- Følges av klubbmiljø evt. skole.
- Invitasjon på åpne samlinger i Norge.
- Landslagstrener har dialog med lokal trener der det er ønskelig for sparring.
- Reisestøtte til ritt der WC laget ikke kjører.

U23

Martin Mobråthen, Eivind Fougner, Sjur Grøneng, William Handley, Emil Ravnåsen Vangen, Tormod Weydahl, Berit Nordsæter Resell

- Tilbud om veiledning av trening i samarbeid med lokal trener
- Konkurranser. Ryttere kan bli tatt ut når der er klare for det. Primært WC Nove Mesto, EM og VM.
- Invitasjon på åpne samlinger
- Reisestøtte til ritt ikke WC laget kjører

- Monitorering utvikling, oppfølging via Training Peaks om ønskelig.

Elite Utvikling

Elisabeth Sveum, Ingrid Sofie Bøe Jacobsen, Petter Fagerhaug

- Tilbud om veiledning av trening i samarbeid med lokal trener.
- Konkurranser. Ryttere kan bli tatt ut når de er klare for det.
- Invitasjon på åpne samlinger.
- Reisetøtte til ritt der WC laget ikke kjører.
- Monitorering utvikling, oppfølging via Training Peaks om ønskelig.

Tiltak 2022:

- Samling Lillehammer januar 2022 for alle. Faglige tema, ernæring og helse.
- Samling februar. Her er WC laget, skoler og evt. de av dere som planlegger en samling i varmere strøk på vinteren. Lars og Eddy er der i uke 6 og 7.
- Samling Hoxmark i mars/april. Åpent for alle på landslaget. Konkurransespesifikke økter og faglig foredrag.
- Teams møte med trenere for utøvere i landslagene blir avholdt ved jevne mellomrom og etter ønske/behov.

Krav til utøver:

- Gjennomføre "Ren utøver/True Champion" – ADN eller UCI sitt e-lærings program.
- Benytte Trainingpeaks, og invitere oss som trenere
- Delta på arrangerte landslagsleire, fysiske tester
- Informere oss om status når det er spesielle forhold som tilsier det
- Være positive og hjelpelige ved mulige sponsor tiltak
- Pliktig til å kjøre med landslagets trøyer og flasker ved representasjon