

Trial Satsnings-team for Jenter 2021

Satsnings-team for jentene.

Det ble opprettet i 2012.

Trial Team Girls «Upcoming girls»

Dette teamet har gått over fra et toppidrettsteam til et bredde team fra 2017. Dette skal være et team for «Upcoming Girls» dvs. de som ønsker å bli gode, men som ikke er med på Landslaget, Team Norway Junior Jenter eller Utviklingsteamet. Dette skal være et team som en kan samle jenter som kjører på det nasjonale nivået i Norge til treningssamlinger.

Hovedformålet er fremme satsning for unge jenter fra 13 år og oppover. Samtidig skal det være et tilbud til eldre kjørere som fremdeles satser nasjonalt og ikke er tatt ut til Landslag. Vi håper dette skal gi de unge motivasjon og lyst til å bli fremtidige toppidrettsutøvere.

Det er også mulighet for å invitere med Rekrutter(11-12år), siden dette har blitt et «bredde-team». De jentene som deltar i klassene for 11-12 åringer i Norges-Cup, vill bli invitert med på trening når teamet har trening i den regionen de hører hjemme. Registrer dere gjerne i søknadskjema.

Til deg som utøver:

Du vil være medlem av et team som innehar mye erfaring og som kan overføre mye av dette til deg. Det blir ikke så mye oppfølging utenom treningene, så du må ta litt ansvar selv. Vi håper å få noen faste samlinger i løpet av året, samt en internasjonal.

Du må virkelig ville dette, og det følger noen forpliktelser med.

- trene jevnlig
- jobbe målrettet mot løpsdeltakelse
- stille opp på samtlige treningssamlinger
- være villig til å evaluere deg selv og treningen din



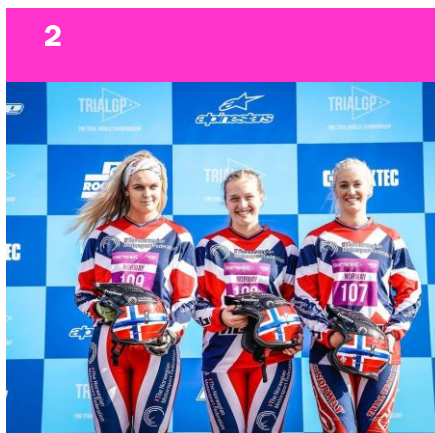
Norges
Motorsportforbund



Innhold

Satsnings team for jentene	1
Teamsammensetning	2
Hvem kan søke?	2
Varighet	3
Uttak	3
Samarbeid	3
Treningslogg	4
Søknad	4





Team sammensetning

- Teamet har en leder, "Coach", som står ansvarlig for å organisere samlingene, avtale med trenere og være kontaktleddet mot NMF v/ grenkordinator.
- Målsettingen er at teamet skal innholdet ca.8-10 utøvere, typisk gruppe sammensetting kan være for eksempel:
 - Seks juniorkjørere
 - To Elitekjørere.
- Sammensetting i teamet er avhengig av søknadsmassen.
- Rekrutter 11-12 år kan bli invitert med når det er trening i regionen som de hører hjemme.

Hovedmålsetting er å hjelpe utøvere til å trene mer målbevisst.

Midlene til teamene får vi av NMF's Grenbudsjett til Trial for å drive "Utvikling og rekruttering av kvinner til idretten".



Hvem kan søke?

- Du må være jente:)
- Du kan søke på dette teamet fra det året du fyller 13 år.
- Du må ha lyst til å trene jevnlig og målrettet.
- Du må forplikte deg til å stille opp på alle treningene.
- Du må også ha lyst og mulighet til å kjøre Norges Cup.
- Du kan i tillegg være med på et lokalt Regions Team.

Samlinger i 2021

- Terminlisten blir endelig satt på den første samlingen sammen med teamet. Det er regnet med minimum fire treningshelger, en samling i hver treningsregion.
- Det planlegges en Internasjonal samling i forbindelse med en EM runde. Vi må ta et forbehold i forhold til de restriksjoner vi må ta for Covid-19 virus.
- Samlingene blir fortrinnsvis lagt utenom løps sesong.



Varighet

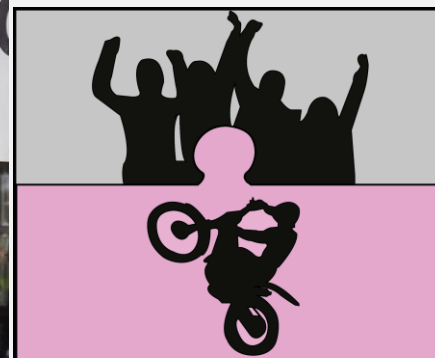
Teamet ble satt sammen i 2012 og selv om alle må søke på nytt hvert år, ønskes en ikke full utskifting av teamet. Grunnen til at jentene skal søke på nytt hvert år er at de skal være bevisst på sine forpliktelser og redegjøre for sin satsing for kommende sesong. En håper å bygge opp et solid jenteteam med kontinuitet og at det blir en naturlig utskifting med en til to nye team medlemmer hvert år.

Det er ønskelig å ha fire til seks weekendsamlinger i året. Disse samlingene er trialtreninger og eventuelt med et innlegg om treningspsykologi som f.eks om løpsforberedelse.

Det kan være en egenandel på samlingene, det avhenger av hvor mange deltakere og samlinger det blir. Dette avtales med teamet på forhånd, slik at det ikke blir uventede økonomiske belastninger.

Uttak

Det utnevnes en gruppe som styrer uttaket i samarbeid med den ansvarlige fra arbeidsutvalget for Trial.



Trial Team Girls

Teamledelse innebærer

- Bringe klarhet i målsettinger
- Knytte til seg de rette personene
- Utvikle et støttende og konfronterende klima
- Sikre at arbeidsmetoder og prosedyrer er effektive og tilfredsstillende
- Delegerer og tydelig gjør ansvarshold
- Koordinere og legge til rette

Forutsetninger for team

- Må være et ønske om økt effektivitet gjennom felles innsats
- Åpenhet for utprøvinger av nye samarbeidsformer
- Toleranse for å gjøre feil
- Lære av feil
- Interne pådrivere



NMF-ansvarlig for å fremme satsing i jente trial i Norge.

Marianne Lundevold
Tlf. 45235898

Together we will reach the top

Finn oss på web:

www.Facebook.com
Gruppe: Trial Team Girls



Treningslogg

For de yngste kjørerne vill det holde med en trenerlogg, det er en lett utgave av en treningsdagbok, der en skriver om:

- målsettingen ved treningen
- hva trente man på
- hva var vellykket
- hva skal en jobbe med til neste trening.

Treneren er med på en evaluering sammen med kjøreren på slutten av samlingen og gir konkrete arbeidsoppgaver til neste samling.

På slutten av året, en oppsummering med hva teamet har tilført den enkelte.

Det er opprettet en gruppe på Facebook som alle i teamet kan være medlem av, enklere å følge opp for tekniske trenere og Coach. Utøverne får et sted som de kan holde kontakten og lære av hverandre.

Leder "Coach" for teamet

Det er foreløpig ikke gjort avtale med en Coach for teamet.

Har du spørsmål angående teamet kan du kontakte Marianne Lundevold på tlf. 45235898



Søknad om opptak til Trialteamet.

Spørsmål til teamet kan rettes på e-post adresse. Marianne.lundevold@gmail.com

Dere søker med det elektroniske søknadsskjema følg linken: [Søknad skjema](#)