

SPORTSPLAN PARADRESSUR 2024

NORGES RYTTERFORBUND



Innhold

| | |
|---|---|
| INNLEDNING | 3 |
| Formål | 3 |
| Idrettens verdier og omdømme..... | 3 |
| LANDSLAG OG SATSINGSGRUPPER..... | 4 |
| Prestasjonskriterier for uttak til landslag og satsingsgruppe | 4 |
| Landslag | 4 |
| Satsingsgruppe..... | 4 |
| Observasjonsgruppe (OBS-gruppe) | 5 |
| Utøvers forpliktelser: | 5 |
| Evaluering av landslag og satsingsgrupper..... | 5 |
| Treningsplanlegging..... | 5 |
| Samlinger | 6 |
| INTERNASJONAL REPRESENTASJON (FEI-stevner) | 6 |
| Uttak til internasjonale mesterskap og lagkonkurranser | 6 |
| Økonomisk støtte i forbindelse med representasjon | 7 |
| Veterinærattest..... | 7 |
| MÅLSETNINGER..... | 7 |
| Sportslige mål..... | 7 |
| TILLEGGSDOKUMENTER TIL SPORTSPLANEN | 8 |
| Stevne- og aktivitetsplan Landslag / Satsingsgruppe 2024..... | 8 |

INNLEDNING

NRYF arbeider målrettet med sportslig utvikling innen para-dressur. Det er et definert mål i Rytterpolitisk dokument (RPD) 2023-2027 at vi skal heve nivået på toppidretten, gjennom å skape en prestasjonskultur og et helhetlig utviklingsløp for utøvere med klare målsetninger for satsingen. Vi ønsker å tilrettelegge for utøverne slik at de kan nå sitt potensiale. For å gjøre det mulig kreves det en kombinasjon av gode treningsforhold, konkurransetilbud og kompetanseheving etablert flere steder i landet. Samtidig er det viktig at god hestevelferd gjennomsyrrer alt vi gjør. NRYF skal fremme god hestevelferd basert på kunnskap og erfaring. Det er avgjørende for utvikling av ryttersporten på hestens premisser, og for omdømme innenfor idretten og samfunnet for øvrig.

Det skal tilrettelegges for sportslig utvikling blant annet gjennom å gi utøverne gode planleggingsverktøy. Utøvere skal jobbe målrettet med sin trening gjennom gode målprosesser og treningsplaner. NRYF vil gjennomføre felles samlinger som stimulerer til sportslig fremgang, kompetanseheving og lagbygging.

2024 er siste år av prosjektet «En vei til Paris» for para-landslaget. Hovedmålet for sesongen er å optimalisere for best mulig prestasjon i PL Paris 2024. Samtidig skal vi forberede og utvikle nye utøvere på internasjonal satsing, og bygge en større bredde i landslagstroppen mot fremtidige mesterskap.

Formål

Formålet med sportsplanen er å:

- informere utøvere og deres støtteapparat
- sørge for struktur og forutsigbarhet i arbeidet rundt landslag og satsing
- tilrettelegge for sportslig måloppnåelse

Sportsplanen er en veiledning til ryttere som er en del av landslag og satsingsgrupper. Planen er utarbeidet av landslagsleder Ingeborg Simensen og NRYFs sportsavdeling, og skal danne utgangspunktet for den videre satsing og talentutvikling.

NRYF forbeholder seg retten til, om nødvendig, å foreta endringer i planen i løpet av perioden.

Idrettens verdier og omdømme

Norges Rytterforbunds verdier er nedfelt i NRYFs lov § 1, 2 ledd:

IDRETTSGLEDE – FELLESSKAP – HELSE – ÆRLIGHET - DYREVELFERD

Vi er alle opptatt av at ryttersporten skal ha et godt omdømme. Derfor har vi fokus på rytterglede og hestevelferd og dette er forankret i vår verdikode «**RASK**» som står for:

- **Respekt** overfor hesten, utøveren, organisasjonen
- **Ansvarlighet** overfor hesten, utøveren, organisasjonen
- **Sikkerhet** overfor hesten, utøveren, organisasjonen
- **Kunnskap** om hesten, utøveren, organisasjonen

RASK er ment som en veileder for å skape et inkluderende, høflig og vennlig miljø.

RASK handler om antidoping.

RASK innebærer at vi snakker med hverandre og ikke om hverandre.

RASK handler om å utøve sporten på hestens premisser ved å ivareta god hestevelferd i enhver sammenheng.

LANDSLAG OG SATSINGSGRUPPER

Prestasjonskriterier for uttak til landslag og satsingsgruppe

Landslag

Ekvipasjer på landslag skal være kvalifisert for å representere Norge i internasjonale mesterskap i inneværende sesong. Landslaget skal bestå av maksimum 8 utøvere. Ekvipasjene bør prestere **minimum 70 % i obligatoriske program på internasjonale stevner.**

For sesongen 2024 vil det uttas en «bruttotropp» med ekvipasjer som er aktuelle til Paralympics Paris 2024. Ekvipasjer i denne gruppen kan være på et nivå under landslag, men ha vist utviklingspotensiale og kvaliteter til å nå internasjonalt toppnivå i inneværende sesong.

Satsingsgruppe

Satsingsgruppertyttere i para-dressur organiseres under landslagsledelsen, og følger samme krav til deltakelse og rapportering som landslagsutøvere. Ryttere i satsingsgruppen skal ha tilgang til hest med kapasitet for internasjonale mesterskap, og potensiale til å utvikle seg til en landslagekvisasje på sikt. Ekvipasjer skal ha vist stabile resultater på mesterskapsnivå nasjonalt, med prestasjoner på minimum 67 % i obligatoriske GP-program internasjonalt evt. på nasjonale L-/E- stevner.

Alle ryttere i landslag og satsingsgruppe skal være aktive konkurranseryttere, og følge en avtalt stevneplan. Ved langvarig avbrekk fra konkurranser vil plassen i gruppen bli vurdert i dialog mellom utøver og landslagsleder. Et slikt avbrekk kan medføre at ekvipasjen blir tatt ut av sin gruppe. Etter lengre avbrekk skal ekvipasjen dokumentere nivå og potensiale på nytt innen de settes inn i gruppen igjen.

Observasjonsgruppe (OBS-gruppe)

Observasjonsekvipasjer er ekvipasjer på vei oppover, men som mangler nivå eller stabilitet. OBS-ekvipasjer kan være også være midlertidig uaktuelle for internasjonal satsing (skade, økonomi, bytte hest etc), men med plan om framtidig satsing. Disse ekvipasjene inviteres til samlinger og oppfølging via SU-FH.

Utøvers forpliktelser:

- Følge Idrettens og NRYFs lover og regler, samt retningslinjene i sportsplanen
- Signere utøverkontrakt for inneværende sesong
- Gjennomføre Antidoping's REN UTØVER e-læringsprogram
- Sørge for å holde landslagsledelsen informert og oppdatert
- Stille til start i NM, dersom ikke annet er særskilt avtalt med landslagsleder
- Melde fra om skader og sykdom hos hest eller rytter. Sykdom som fører til 14 dagers treningsavbrekk eller mer, skal informeres skriftlig (epost/sms) til landslagsleder.

Landslagsutøvere på paralandslaget skal i tillegg ha:

- Tett oppfølging av en fast hjemmetrener
- En hestepasser som kjenner ekvipasjen og som kan være med på internasjonale stevner
- En strukturert plan for egentrening og oppfølging av fokusområder utenom ridningen
- Satsingen som pararytter som sin hovedprioritet (økonomi, tidsprioritering mv)

Evaluering av landslag og satsingsgrupper

Landslag og satsingsgrupper vil bli vurdert årlig eller ved behov av landslagsleder.

Treningsplanlegging

Alle ryttere skal i samarbeid med sin hjemmetrener utarbeide en helhetlig treningsplan for hvert år.

En treningsplan skal omfatte:

- En langsiktig målsetting
- Kortsiktige mål (delmål)
- En periodisert utviklingsplan med fokusområder for perioden
- Evalueringer av utvikling og prestasjoner opp mot oppsatte mål for hver periode

Kopi av treningsplanen skal sendes til landslagsleder, og alle periodiske evalueringer av stevneplanen presenteres for landslagsleder.

En stevneplan skal sendes til landslagsleder og sportskoordinator før sesongstart. Alle endringer i stevneplanen skal meldes inn umiddelbart.

Samlinger

Ansvar for planlegging og gjennomføring av samlinger med og uten hest gjøres av landslagsleder i samarbeid med ressurspersoner i NRYF og Olympiatoppen. Samlingene uten hest kan bestå av fysisk og mental ferdighetstrening, teori om relevante emner innen toppidrett, samt basistrening, kost og ernæring, stevneforberedelser mv. Samlinger legges inn i gruppas aktivitetsplan, se vedlegg til sportsplanen. Kostnader til samlinger blir subsidiert av landslagsbudsjettet. Men egenandeler må påregnes.

INTERNASJONAL REPRESENTASJON (FEI-stevner)

Uttak til internasjonale stevner

Ekvipasjene skal alltid være sportslig kvalifisert og ha de grunnleggende kvaliteter som kreves på det stevnenivå de skal tas ut til. Rytter er selv ansvarlig for å melde interesse til landslagsleder/ sportskoordinator for deltakelse på internasjonale stevner.

Alle ryttere som skal delta på FEI-stevner skal ha signert utøverkontrakten.

På mange internasjonale stevner har hver enkelt nasjon et begrenset antall plasser. Har vi flere interesserte enn antall tilgjengelige plasser, vil landslagsleder foreta et uttak på bakgrunn av sportsfaglige vurderinger.

Ved avmelding/trekning etter definite entry til internasjonalt stevne, er rytter selv økonomisk ansvarlig overfor arrangør.

Uttak til internasjonale mesterskap og lagkonkurranser

Landslagsleder er uttaksansvarlig til internasjonale lagkonkurranser og mesterskap. Alle henvendelser angående uttak skal rettes direkte til landslagsleder.

Elementer som inngår i vurderingen ved uttak er:

- Ekvipasjens resultater og formkurve.
- Rytters kvalifikasjoner, erfaring og rideferdigheter, samt utviklingspotensiale
- Rytterens mentale styrke til å kunne prestere under press på det aktuelle nivå.
- Hestens kvalitet, potensiale og formkurve, herunder en vurdering av hestens helsemessige stand («fit to compete»).
- Ekvipasjens utviklingsmuligheter og potensiale
- Rytterens evne til å bidra positivt til lagets suksess, både sportslig og sosialt.

Ekvipasjer som blir tatt ut til internasjonale mesterskap plikter å følge landslagets opplegg i forkant av mesterskapet, deltakelse på pre-camp etc.

Økonomisk støtte i forbindelse med representasjon

Til lagkonkurranser og internasjonale mesterskap (EM/VM/OL) dekker NRYF:

- Påmeldingsavgift inkl. oppstalling
- Chef d'equipe (lagleder) og evt. Team-veterinær til lagkonkurranser og mesterskap

Støtte til reise og opphold avtales til hvert stevne. Individuelle stipendutøvere må påregne å bruke av sitt utøverstipend til å dekke reisekostnader til stevner.

Veterinærattest

Det kan kreves at alle hester som er aktuelle for deltakelse i større internasjonale mesterskap skal gjennomgå en helsesjekk av veterinær i god tid før mesterskapet. Attesten skal inneholde opplysninger om at hesten er frisk til å gjennomføre et mesterskap. Dersom veterinærattest ikke er mottatt ihht gjeldende avtaler, kan dette medføre at ekvipasjen mister sin plass i mesterskapet.

MÅLSETNINGER

Sportslige mål

| MESTERSKAP/STEVNER | Resultatmål | Kommentar / vurdering |
|-----------------------------|--|--|
| CPEDI3* (lagstevner) | Over 70% snittresultat i alle lagkonkurranser (420 poeng) | Delta på 3 internasjonale lagstevner innen PL. |
| Nordisk mesterskap | 4 individuelle medaljer Sølv i lagkonkurransen | |
| Paralympics 2024 | Minst en individuell medalje. Alle norske til kürfinale | |

TILLEGGSDOKUMENTER TIL SPORTSPLANEN

Stevne- og aktivitetsplan Landslag / Satsingsgruppe 2024

| Startdato | Aktivitet | Beskrivelse |
|---------------------|---|--|
| 27-28. januar | L/E stevne Sørlandsparken | Observasjonsstevne |
| 21-25. februar | CPEDI3* Doha (QAT) | invitasjonsstevne landslag (invitasjonsstevne) |
| 4. mars | Landslagssamling Oslo | Samling for PL aktuelle landslagsryttere |
| 16-17.mars | HM para Sørlandsparken | Uttaksstevne til CPEDI 2*/3* Vallensbæk |
| 24-28. april | CPEDI2/3* Vallensbæk (DEN) | uttaksstevne til Paralympics (+ 2* stevne) |
| 6. mai | Landslagssamling PL, Oslo | Samling PL bruttoteam inkl støtteapparat |
| 18-20. mai | L/E pinsestevne | Observasjonsstevne satsingsryttere |
| 25-26. mai | L/E stevne | Observasjonsstevne satsingsryttere |
| 5-9. juni | CPEDI3* Hagen (GER) | uttaksstevne til Paralympics |
| 25-30. juni | CPEDI3* Nordisk, Hovgaard RK (DEN) | uttaksstevne til Paralympics |
| 17-21. juli | CPEDI2/3* Deurne (NED) | mulig internasjonalt stevne for satsingsryttere |
| 3-8.august | Landslagssamling Sandnes (?) | Samling for PL-laget i forkant av NM |
| 7-11. august | NM para + dressur i Sandnes | obligatorisk stevne for landslag/satsing |
| 25-31.aug | PL Paris reise/precamp | Avreise DK 25/8, precamp Paris 26-30/8 |
| 30-9.sept | Paralympics Paris | PL-periode for paradressage. Hestene ut av PL 8/9 |
| november | Landslagssamling | Evalueringssamling, planlegging |



NORGES
RYTTERFORB
UND

Web: www.rytter.no

Instagram: Rytterforbundet

E- Mail: nryf@rytter.no

Rytterglede for alle!

