



# SPORTSPLAN SPRANG UNDER 18 2024

## INNLEDNING

NRYF arbeider målrettet med sportslig utvikling innen sprang. 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.

Sportsplanen er en veiledning til ryttere som har ambisjoner om eller er en del av bruttogruppen. Planen er utarbeidet av landslagsleder (LLL) og NRYFs sportsavdeling, og skal danne utgangspunktet for den videre satsing (og talentutvikling).

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 for bruttogruppe som stimulerer til sportslig fremgang, kompetanseheving og lagbygging.

## 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 prestasjon og måloppnåelse

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



## Innhold

Innledning .....	1
Formål .....	1
Idrettens verdier og omdømme .....	3
LANDSLAG OG BRUTTOGRUPPER .....	3
Prestasjonskriterier for uttak til landslag og bruttogruppe.....	3
.....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
Bruttogruppe.....	3
Utøvers forpliktelser: .....	4
Evaluering av landslag og bruttogrupper .....	4
Treningsplanlegging, Evaluering og målsetting .....	4
Samlinger .....	4
INTERNASJONAL REPRESENTASJON (FEI-stevner).....	5
Internasjonale stevner .....	5
Uttak til internasjonale mesterskap og lagkonkurranser .....	5
Økonomisk støtte i forbindelse med representasjon.....	5
Veterinærattest .....	6
MÅLSETNINGER.....	6
Sportslige mål.....	6
TILLEGGSDOKUMENTER (VEDLEGG) TIL SPORTSPLANEN: .....	7



## IDRETTENS VERDIER OG OMDØMME

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

### **IDRETTSGLEDE – FELLESKAP – HELSE – ÆRLIGHET - DYREVELFERD**

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

- **R**espekt overfor hesten, utøveren og organisasjonen
- **A**nsvarlighet overfor hesten, utøveren og organisasjonen
- **S**ikkerhet overfor hesten, utøveren og organisasjonen
- **K**unnskap om hesten, utøveren og 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.

## BRUTTOGRUPPER

### Prestasjonskriterier for uttak til bruttogruppe

#### Bruttogruppe

#### Kriterier for bruttogruppe:

- Resultat og kvalifisert til å ri respektive høyder på E/CSI-stevner på tilsvarende stevner som i mesterskap.
- Prestasjoner som viser en positiv formkurve
- Stabilitet
- Hest/ponni's kvalitet, potensiale og helse
- Erfaring
- Evne til å ri under press
- Lagrytter: Rytter/støttespiller har en positiv innflytelse på laget og sporten.
- Lojalitet
- Landslagsleders helhetsvurdering i forhold til å sikre rekruttering og gi erfaring til "up coming" ekvipasjer

Ved langvarig avbrekk fra konkurranser vil plassen i gruppen bli vurdert i dialog mellom utøver og landslagsleder. Rytter/støttespiller er selv ansvarlig for å informere om status.



## Landslag

Ekvipasjer som blir tatt ut for å representere Norge i nasjonshoppinger og internasjonale mesterskap i inneværende sesong.

## 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
- 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.

## Evaluering av bruttogrupper

Bruttogrupper vil bli vurdert løpende eller ved behov av landslagsleder.

## Treningsplanlegging, målsetting og evaluering

Alle ryttere bør i samarbeid med sin hjemmetrener utarbeide en helhetlig treningsplan samt stevneplan for hvert år. Stevneplanen og målsetting skal sendes til landslagsleder før sesongstart.

En plan bør 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

## Samlinger

Ansvaret for planlegging og gjennomføring av samlinger med og uten hest gjøres av landslagsleder i samarbeid med NRYF. 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)

### Internasjonale stevner

Ekvipasjene skal alltid være sportslig kvalifisert i henhold til KR I og II (endringer trer i kraft fra 1. mars) og ha de grunnleggende kvaliteter som kreves på det stevnenivå de skal delta på.

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.

Etter påmelding til internasjonalt stevne er rytter 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 den sportslige vurderingen ved uttak er bl.a.:

- Ekvipasjens prestasjoner, resultater og formkurve.
- Rytters kvalifikasjoner, erfaring og rideferdigheter, samt utviklingspotensialet
- Rytters 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»).
- Rytters/støttepersonens evne til å bidra positivt til lagets prestasjon, både sportslig og sosialt.

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

### Økonomisk støtte i forbindelse med representasjon

Til internasjonale mesterskap (EM) dekker NRYF:

- Startavgift inkl. oppstalling
- Chef d'équipe (lagleder) og evt. Team-veterinær til mesterskap

Til internasjonale nasjonshoppinger

- Chef d'équipe (lagleder) ved lag

Til Nordisk mesterskap

- Støtte til startavgift inkl. oppstalling (kan komme justeringer)
- Chef d'équipe (lagleder) og evt. Team-veterinær



## Landslagsklær

Landslagsklær og utstyr – egenandel må påregnes.

Utøver som blir tatt ut til å representere Norge i nasjonshopping eller mesterskap vil få tilsendt link for å bestille landslagsklær etter at uttak er tatt. Det er kun mulig å bestille klær til rytter. NRYF's offisielle landslagsbekledning skal kun benyttes i forbindelse med opptreden knyttet til mesterskap og laghopping. Rytter er ansvarlig for at landslagsklærne er i god og presentabel stand ved representasjon.

For trener og støtteapparat er det mulig å bestille klær fra supporterkolleksjonen.

## Baltic cup

Baltic cup er et rekrutteringsområde og NRYF sender chef d'équipe (lagleder) ved tilstrekkelig deltagelse.

## 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 2024

Se aktivitetsplan for din aldersgruppe

## Kontaktinfo

### Landslagsledere

Tom Vidar Leren Gjeldnes

post@tomvidar.com

902 86 556

Solveig Fotland Newermann

solveig@sprangrytter.no

920 65 997

Mikael Kolind

mikaekolind1@gmail.com

909 20 536



**Sportskoordinator**

Ingrid Dokmo

ingrid@rytter.no

951 63 820

TILLEGGSDOKUMENTER (VEDLEGG) TIL SPORTSPLANEN:

1. Aktivitetsplan