

SPORTSPLAN 2021

Innholdfortegnelse

- 1.0 Introduksjon og formål
- 2.0 Roller og ansvar
 - 2.1 Sportsansvarlig
 - 2.2 Styret i NØST
 - 2.3 Utøveren
- 3.0 Måloppnåelse
 - 3.1 Sesong- og stevneplanlegging
 - 3.2 Treninger og temakveld/samlinger
- 4.0 Sportslige mål
 - 4.1 Dressur
 - 4.2 Sprang
 - 4.3 Kjøring
 - 4.4 Feltritt
- 5.0 Klubbmesterskap dressur og sprang
- 6.0 Rapportering/oppdatering av plan

1.0 Introduksjon og formål

Sportsplanen er ment for å øke interessen for deltagelse i konkurranser og på treninger for klubbens medlemmer. Igjenom sportslig utvikling skal den øke rekruttering, og bidra til motivasjon, videre utvikling og satsning for aktive ryttere. Planen skal belyse våre mål for satsning innen hestesporten og hvordan vi som klubb kan tilrettelegge for at utøverne skal kunne nå målene. Sportsplanen gjelder for 2021 og skal oppdateres hvert år etter behov.

2.0 Roller og ansvar

Pr 2021 så er det styret som ordner det meste av aktiviteter og treninger i klubben, med hjelp av enkelte medlemmer som er kontaktperson av enkelte treninger med innleid instruktør.

Vi jobber med oppstart av egen stevnegruppe som jobber med planlegging av stevnene. Vi skal jobbe for at aktivitetsutvalget skaper mer aktivitet i klubben med tanke på det sosiale og temakvelder. Vi har ingen egen satsningsgruppe eller undergrupper for grenene, behovet vurderes årlig. Skal vi i fremtiden spisse oss mer mot satsning på utøvere, vil vi kreve mer av utøverens ansvar og deltagelse for å få videre oppfølging av klubben. Klubben har etter sammenslåing av Tyllidalen og Rendalen kjøre- og rideklubb et eget «fond» for barn og unge til å støtte til kurs og stevneavgifter. Vi ønsker å jobbe mot å kunne sponse ryttere i alle aldre med startavgifter i fremtiden.

2.1 Sportsansvarlig

- Ansvar for koordinering og oppfølging av klubbtrener(e) og klubbtreninger.

- Legge til rette for utøversamtaler mellom klubbtrener og ryttere.
- Sammen med klubbtrener(e) utvikle sportsplanen.

2.2 Styret

- Skal sørge for at sportsplanens mål blir fulgt opp og prioritert.
- Skal (evnt sammen med aktivitetsutvalg og sportsansvarlig) organisere temakvelder/treningssamlinger og treningshelger med ekstern instruktør.
- Ha godt samarbeid med klubbtrener og aktivitetsutvalg.
- Innhente behov og ønsker fra medlemmer og klubbtrener om sportsplanen for videre utvikling og utarbeidelse av planen.

2.3 Utøveren

- Skal være aktiv og søkende, følge med og ønske å delta på det som skjer.
- Opptre som gode forbilder for yngre utøvere og representere klubben utad på en hyggelig måte. Vi skal heie på hverandre og jobbe for at alle blir inkludert i hestemiljøet.
- Alltid sette hesten først iht «code of conduct».
- Være kjent med NRYFs grunnverdier (B)RASK og etiske regler for omgang med hest.
- Skal være totalt avholdende med røyk og alkohol under stevner og samlinger. Det skal ikke brukes farlige/forbudte stoffer (doping) for å oppnå bedre resultater.
- Tenke over hvordan budskap blir fremstilt i sosiale medier og bruke det med fornuft.

3.0 Måloppnåelse

Målet for 2021 er å forbedre klubbens evne til å følge opp rytterne igjennom utøversamtaler, videreutvikle et godt treningstilbud for alle nivåer, med vekt på sprang og feltritt og fokus på rekruttering av barn/unge. Det skal være temakvelder som gir kompetanseheving innenfor sporten og hold av hest. Alt for å nå målene utøvere og klubb har satt for sportslig utvikling.

Klubben må invitere til åpent medlemsmøte med info om sportsplan og tilbudet om å delta på utøversamtale for individuelle mål og oppnåelse av det. Dette må skje på våren 2021 før sesongen og videre hver høst for å planlegge neste års sesong.

3.1 Sesong og stevneplanlegging

For utøvere som ønsker utvikling må det utarbeides individuelle mål og plan for trening i samarbeid med klubbens trener/ sportsansvarlig. Kortsiktig og langsiktige mål må kartlegges og det skal lages en plan for treninger og stevner mot målet. Viktig å tenke på kvalifiserende stevner mot individuelle mål og mål for lag. Vi ønsker flest mulig medlemmer fra UK til D- stevner og oppover.

3.2 Treninger og temakveld/samlinger

Formålet med treninger og temakvelder er å ha fokus på individuelle og felles mål, samt rekruttering, ved å:

- Utvikle rideferdigheter.
- Tilby korte ridekurs og rideknappen for barn/unge/nybegynnere.
- Økte kompetanse om trening av hest og rytter.
- Kunnskap om hestevelferd
- Kunnskap om rutiner ved stevnestart, planlegge, bygge lagfølelsen og «heia oss».
- Skape et hyggelig og inkluderende miljø der vi deler på kunnskap og søker etter mer.
- Øke «vi» følelsen i klubben, oppfordre til å reise sammen på stevner, heie på hverandre.

NØST har som mål å arrangere treningssamlinger innenfor alle grener som forberedelse til stevnesesongen som teorikvelder, og praksis via treninger.

Klubben skal avholde klubbtreninger jevnlig. For 2020 tilbys det klubbtreninger innen sprang/dressur og kjøring. Klubbtrener i dressur og sprang Elin G. Gransletten, Klubbtrener kjøring: Heidi Skybak.

Treninger med innleid trenere kommer i tillegg utover året, så ofte det lar seg gjøre. Marianne Sandbakken (dressur), Kristine Steine Sund (kjøring), Tone Liabø (sprang/felt) er de vi ønsker å ha kontinuerlig fremover. Det skal jobbes i styret og aktivitetsutvalg med å få innspill til andre aktuelle trenere, og styret skal sørge for at instruktørene dekker behovet til medlemmene, spesielt med tanke på utøvere i de høyere klassene.

NØST er avhengig av aktive utøvere som deltar for å få nok påmeldte til treninger.

4.0 Sportslige mål

NØST flest mulig aktive utøvere i sporten innenfor alle grenene. Sprang og dressur er grenene vi har flest utøvere i, men vi tar også med kjøring og feltritt i sportsplanen, da vi ønsker å favne om bredden medlemmene er utøvere i. Vi har medlemmer med allsidig bruk av hestene, hvor flere deltar i flere grener. Vi ønsker startende til Fjordhest, lyngshest NM og Dølahestmesterskapet årlig, både lag og individuelt, men dette avhenger av hestene medlemmene har. Vi har pr i dag få utøvere på høyere nivå (over LA i grenene), men vi har en økning av antall på dette nivået sammenlignet med 2018, og vi håper gode trenere og systematisk oppfølging av utøverne vil gi utvikling videre oppover i klassene. Vi ser flere ute på D-stevner nå enn tidligere, men ønsker fortsatt enda fler medlemmer til å tørre å starte andre steder enn på hjemmebane hos NØST de neste årene. Etter hvert kan det bli spesielt satset innenfor grener, og kanskje vi får til egne satsningsgrupper for grenene og egne grenkomiteer. Frem til da, jobber vi samlet mot målene våre innenfor alle grenene samlet igjennom temakvelder og treninger. Vi har satt opp mål for de grenene vi har utøvere i.

4.1 Dressur

- Stille lag til kretsens lagkonkurranse i dressur 2020, minst et lag.
- Minimum 10 ekvipasjer ute på start i LB.
- Minimum 7 ekvipasjer ute på start i LA.
- Minimum 5 ekvipasjer ute på start i MC.
- Minimum 1 ekvipasjer til start i MB.
- Startende til HM
- Minst 15 ekvipasjer ute på D-stevner.
- 5 utøvere på Landstevne.

4.2 Sprang

- Minimum 7 ekvipasjer til start på 80 cm.
- Minimum 3 ekvipasjer til start på over 80.
- Minst 10 ekvipasjer ute på D-stevner.
- Minst 1 lag til kretsens lagkonkurranse.
- Startende til KM individuelt.

4.3 Kjøring

- 3 ekvipasjer i miniklasse DMP
- 5 ekvipasjer i start DMP Lett
- 3 ekvipasjer i start Middels D, P eller DMP.

4.4 Feltritt

- 3 ekvipasjer til start i Knøttecup
- Få i gang feltrittbane på Tynset travbane, treninger og temakveld innenfor feltritt.

5.0 Klubbmesterskap sprang, dressur og kjøring.

NØST avholder klubbmesterskap i sprang og dressur fortrinnsvis på høststevne hvert år. Stevnet gir en mulighet for tilbakemelding på individuell måloppnåelse for sesongen. For noen er dette årets siste stevne. Klubbmesterskapet skal gå i nivåene vi har flest utøvere i, og styret avgjør nivåene fra år til år. Statuttene er vedtatt sist på årsmøte i 2018. Statuttene kan endres av styret årlig.

For klubbmesterskap kjøring, avholdes det når vi arrangerer kjørestevne, vår eller høst. Statuttene til klubbmesterskapene ligger ute på nettsiden til NØST;

<https://www.nosthest.com/dokumenter>

6.0 Rapportering/oppdatering av sportsplan

Ved sesongens slutt (oktober/november) oppsummeres klubbens mål og resultater i de ulike grenene i styret. Individuelle vurderinger gjennomføres etter utøvernes ønske, og legges til grunn for ny individuell plan for neste sesong. Etter oppsummering og rapportering skal sportsansvarlig sammen med klubbtrenerne komme med innspill til oppdatering av sportsplanen for neste år. Oppdatert versjon for neste sesong skal være klar innen 15. februar av styret og sportsansvarlig.

Til årsmøte deles det ut diplomer til årets hest, rytter, medlem og årets framskritt.

Statutter til denne kåringen ligger på hjemmesiden:<https://www.nosthest.com/dokumenter> og er ment til å øke interessen for stevnestart og aktivitet.