



NORGES
RYTTERFORBUND

Sportsplan Para Dressur 2021



Innhold

Introduksjon	3
Visjon	3
Formål	3
Omdømme	3
Mål for 2021	4
Sportslige mål	4
Organisatoriske mål:	4
Uttak til Landslag	4
Bruttotropp Tokyo PL 2021	5
Deltakelse i landslag og elitegruppe	5
Normer for landslag og elitegruppe	5
Krav til treningsplanlegging	5
Veterinæroppfølging	6
Deltakelse på samlinger med og uten hest	6
Internasjonal representasjon	6
Uttak til internasjonale stevner	6
Uttak til Paralympics i Tokyo 2021	7
Kvalifisering	7
Kostnader i forbindelse med internasjonal representasjon	8
Kostnader til deltakelse i Tokyo Paralympics 2021	8
Aktivitetsplan 2021	8



Introduksjon

Sportsplanen skal danne utgangspunktet for den videre satsing og talentutvikling innen para-dressur i Norge. Planen er revidert pr. desember 2020, og vil bli revidert etter 1. desember hvert år.

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

Visjon

”Vi skal ha det gøy, trene som best og vinne mest!”

Grunnlaget for visjonen er at:

Resultatene skal skapes på en sosial og samfunnsmessig forsvarlig måte

Det skal ikke brukes farlige/forbudte stoffer (doping) for å oppnå bedre resultater

Utdannelsen av hest skal skje på forsvarlig måte og ihht NRYFs etiske regler.

Formål

Formålet med sportsplanen er å utvikle et program som:

- Generelt hever nivået i grenen
- Forbereder og utdanner rytterne med tanke på internasjonal deltakelse
- Rekrutterer nye utøvere til internasjonal satsing
- Tilrettelegger for sportslig måloppnåelse
- Informerer utøvere og støtteapparat
- Inspirerer til videre satsing

Omdømme

Vi er alle opptatt av at ryttersporten skal ha et godt omdømme. Derfor har vi fokus på rytterglede og hestevelferd. For å hjelpe oss å etterleve våre verdier, har Forbundsstyret vedtatt verdikoden “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, om å ivareta god hestevelferd i enhver sammenheng.



Mål for 2021

Sportslige mål

- PL Tokyo 2021: Vi har to individuelle norske plasser til PL Tokyo per 1/1 2021, ingen lag-kvoté. Målsetningen for mesterskapet er to finaleplasser, og minst en individuell medalje.

Organisatoriske mål:

- Tett individuell oppfølging av landslagsutøvere, med fokus på Tokyoaktuelle ekvipasjer. Sørge for rammevilkår for trening og utvikling i hverdagen for den enkelte (finansiering, spisskompetanse).
- Bygge opp et godt samhold i laget, inkludert støtteapparatet. Ha gode samspillsregler og håndtering av uenigheter osv. Bygge en vinnerkultur.
- Tydeliggjøre de individuelle kravene til treningsrapportering og egenevaluering. Følge opp rapporteringene, og sikre nær dialog med hjemmetrenere og utøvernes øvrige støtteapparat på hjemmebane.
- Organisere utøvere i et elitelandslag og et rekruttlandslag. Elitelandslaget består av Tokyo-kvalifiserte ekvipasjer, mens rekruttlandslaget er ekvipasjer som er aktuelle for CPEDI-stevner. Begge gruppene skal defineres som toppidrett, og være underlagt de samme krav til rapportering og deltakelse på samlinger og stevner.

Uttak til Landslag

Ekvipasjene på Landslaget skal være aktuelle for PL Tokyo eller andre internasjonale mesterskap, og være kvalifiserte til å delta på CPEDI3*. Alle landslagsutøvere må ha en godkjent internasjonal klassifisering. Antall utøvere i landslaget vil være fra 3 til 8 utøvere.

Landslagsryttere skal:

- Ha vist stabile resultater over 67% i mesterskaps-programmene på internasjonale stevner eller nasjonale E-stevner (For sesongen 2020 vil nasjonale resultater vektet tyngre enn normalt, siden det meste av den internasjonale stevnesesongen ble kansellert).
- Ha på plass et godt personlig støtteapparat, presentere tydelige planer for måloppnåelse, og ha ambisjoner om internasjonale toppresultater
- Vise evne til å stå i sentrum for egen satsing, og ta ansvar for egen utvikling.
- Leverer rapportering til landslagsledelse og OLT som tilfredsstillende de kravene som stilles.
- ha vist en positiv sportslig utvikling gjennom de siste sesongene.
- delta på landslagets samlinger og treninger som det inviteres til, og rapportere til landslagsledelse i henhold til kravene som stilles.



Det er frivillig å takke ja til en plass landslaget. Takker man ja til uttak, forplikter man seg samtidig til å være lojal og følge de regler som gjelder. Man må også ha mulighet til å gjøre de tidsmessige, organisatoriske og økonomiske prioriteringene som satsingen krever. Ved langvarig avbrekk eller manglende prestasjoner vil man bli tatt ut av gruppen. Landslaget vil bli fortløpende evaluert, og landslagsleder kan flytte utøvere ut og inn av laget i henhold til kriteriene som nevnt over.

Bruttotropp Tokyo PL 2021

En bruttotropp til PL Tokyo vil bli uttatt tidlig i sesongen 2021. Bruttotroppen vil være en del av landslaget. Utøvere som er Tokyo-aktuelle vil få prioritet foran andre landslagsutøvere, både i forhold til økonomisk og sportslig støtte gjennom sesongen 2021. Utøvere som blir tatt ut i bruttotroppen til Tokyo skal:

- Ha vist prestasjoner over 70% i mesterskapsprogrammene i sin grad
- Ha erfaring på internasjonalt nivå
- disponere en hest som har vist internasjonal klasse, og som er i form (helse) å tåle stor reise- og konkurransebelastning
- Ha vist formstigning gjennom 2020-2021, og kapasitet for internasjonale toppresultater

Deltakelse i landslag og elitegruppe

Normer for landslag og elitegruppe

- Rytter skal opptre som et godt forbilde i sin idrett
- Rytter skal være avholdende til røyk og alkohol under stevner og samlinger.
- Horsemanship: Rytter skal sette hesten først i henhold til 'Code of Conduct'. Direkte avstraffelse av hest skal ikke forekomme.
- Lojalitet og lagånd: Rytter skal være lojal mot systemet og sine lagkamerater. Motarbeidelse og intriger svekker utviklingen for alle parter og for sporten.
- Kommunikasjon: Ryttere og lagledelse skal ha en åpen kommunikasjon og informere hverandre. Dette innebærer også at hver rytter selv er ansvarlig for å holde seg informert.
- Rytter skal holde seg selv og sin hest i fysisk god form. Det skal legges vekt på riktig kosthold for hest og rytter. Det skal holdes jevnlig veterinæroppfølging på hesten.
- Man skal streve etter en sportslig opptreden og fair play
- 24-timers regel: Problemer/ saker som ønskes tatt opp, skal være gjort innen 24 timer fra rytters og ledelsens side. Etter 24 timer er saken ferdig og man skal gå videre, se fremover og sette seg nye mål.
- For ryttere under 18 år gjelder ansvarlig person som den ansvarlige.
- Utøvere skal opptre på en slik måte på sosiale medier at de fremstår som gode rollemodeller for sporten, og lojale overfor landslaget og forbundet.

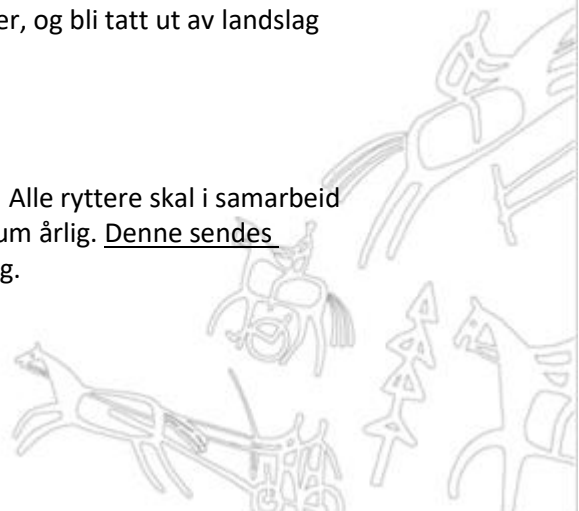
Ved brudd på normene kan utøver bli sendt hjem fra stevner og samlinger, og bli tatt ut av landslag eller elitegruppe.

Krav til treningsplanlegging

Treningsplanlegging omfatter en helhetlig individuell plan for hver ekvipasje. Alle ryttere skal i samarbeid med hjemmetrener utarbeide en egen treningsplan for hver periode, minimum årlig. Denne sendes uoppfordret til landslagsleder. Rytter plikter å informere om avbrekk i trening.

En treningsplan skal omfatte:

- En langsiktig målsetting



- Kortsiktige mål (delmål)
- En sesongplan inkludert plan for stevnedeltakelse
- Plan for sportslig måloppnåelse, inkl. konkrete utviklingsområder og plan for gjennomføring.

Planer skal evalueres og oppdateres gjennom sesongen, og både hjemlig støtteapparat og landslagsleder skal være involvert i evalueringene.

Veterinæroppfølging

Alle hester som er aktuelle for internasjonal representasjon skal ha jevnlig oppfølging av en fast hjemmeveterinær. Årlige helsesjekker i forkant av internasjonal sesongstart skal gjennomføres på alle hester. Journaler på alle behandlinger og generell oppfølging skal gjøres tilgjengelig for landslagets teamveterinær og landslagsleder ved behov. Teamveterinæren skal få tilgang til å undersøke og evaluere hestenes helsetilstand i forkant av uttak og under stevner. Manglende oppfølging med hjemmeveterinær, eller tilbakeholdelse av informasjon (eller uriktig informasjon) om hestens helsetilstand eller gjennomførte undersøkelser eller behandlinger, kan føre til utestengelse fra laget og/eller representasjonsoppgaver.

Hester som er aktuelle for PL Tokyo 2021 skal gjennomgå gjentatte kontroller og ha oppfølging av hjemmeveterinær i tett samarbeid med landslagets teamveterinær. PL-hester skal ha en grundig helsesjekk under oppsyn av landslagets, innen fristen for nominated entry, samt før avreise til pre-camp.

Deltakelse på samlinger med og uten hest

Ansvaret for planleggingen og gjennomføringen av samlinger med og uten hest ligger hos landslagsleder. Samlingene uten hest kan være av teoretisk art og/eller innebære ferdighetstrening. Det forutsettes at man stiller med sin beste hest på ridesamlinger, dersom ikke annet er avtalt. Skriftlig begrunnelse om uteblivelse fra samling skal sendes landslagsleder.

Aktuelle emner for samlinger:

- Ridekunnskaper og -ferdigheter
- Basistrening uten hest
- Hestehold, ridning, treningslære
- Antidoping
- Ernæring og helse
- Lagbygging, vennskap, glede, samhold, disiplin
- Praktisk planlegging av stevner og treningsaktiviteter
- Informasjon fra og om NRYF, FEI og Olympiatoppen
- Egenevaluering (kravprofiler, kapasitetsanalyse, utviklingstrapp)
- Mental trening og idrettspsykologi

Internasjonal representasjon

Uttak til internasjonale stevner

På aktuelle internasjonale stevner har hver nasjon et begrenset antall plasser. Økonomien i laget vil i tillegg være styrende for hvor mange utøvere man velger å sende til hvert stevne. Uttak til representasjon gjøres av landslagsleder, som vil foreta prioriteringer i henhold til sportslig vurdering, se under. Alle utøvere i gruppene skal på forespørsel få en begrunnelse for uttak. Uttak til internasjonal representasjon blir vurdert ut fra følgende kriterier:

- Resultater



- Erfaring
- Stabilitet
- Evne til å ri under press
- Rytterens positive innflytelse på laget, og holdninger
- Seriøsitet og framtidsutsikter
- Landslagslederens helhetsvurdering (lags sammensetning, nivå på stevnet, sikre rekruttering og gi erfaring til nye talentfulle ekipasjer mv).

Uttak til Paralympics i Tokyo 2021

Uttakskriteriene til PL vil i hovedsak følge de samme kriteriene som nevnt over. Resultater i inneværende sesong, samt erfaring og kapasitet vil vektlegges.

Kvalifisering

Ryttere er selv ansvarlige for at de er kvalifisert i henhold til det norske reglementet og FEIs kvalifiseringsregler. De må også selv sørge for at nødvendige lisenser og registreringer er på plass foran hvert stevne.

Ryttere som fraviker reglementet, eller som ikke har de nødvendige papirer og lisenser i orden, kan bli strøket fra fremtidig representasjon. Ryttere bør planlegge sin satsing i god tid med tanke på dette.



Kostnader i forbindelse med internasjonal representasjon

Til internasjonale lagkonkurranser og mesterskap så dekkes følgende av NRYF:

- Påmeldingsavgift inkl. oppstalling («meeting-avgift»)
- Chef d'Equipe (Lagleder)
- Eventuelt landslagsutstyr
- Reisestøtte til stevner avhenger av prosjektmidler og sponsormidler. Med reisestøtte menes økonomisk støtte til transport av hester og ryttere til stevner i utlandet. Det er et mål å tildele reisestøtte til alle internasjonale lagstevner. Det vil forekomme individuelle forskjeller i tildeling av reisestøtte, med bakgrunn i bosted og reisevei, økonomiske ressurser (stipend etc), sportslig nivå mv.

Øvrige kostnader må dekkes av den enkelte utøver.

Kostnader til deltakelse i Tokyo Paralympics 2021

Alle kostnader til reise og opphold til rytter, hest og hestepasser vil dekkes av NPC/ landslaget. Dette inkluderer opphold i pre-camp, og reise mellom pre-camp og Tokyo. Hestetransport vil bli organisert som felles transport så langt det lar seg gjøre.

Aktivitetsplan 2021

NRYFs aktiviteter for Landslag paradressur 2021 består av samlinger med eller uten hest, deltakelse på internasjonale stevner, samt individuell oppfølging av rytterne i laget.

<u>Dato</u>	<u>Aktivitet</u>
2.februar	Landslagsmøte (digitalt)
... Mars	Landslagsmøte (digitalt)
18-21.mars	CPEDI3* Randbøl (DEN)
22-25.april	CPEDI3* Waregem (Belgia)
6-9.mai	CPEDI3* Kristiansand
27-30.mai	CPEDI3* Deauville (FRA)
10-13.juni	CPEDI3* Kronenberg (NED)
30-2.juli	CPEDI3* Ypaja (Nordisk)
11-18.9	Tokyo Pre-camp, Aachen (GER)
17.8-5.9	Paralympics Tokyo 2020 (equestrian)







NORGES RYTTERFORBUND

Web: www.rytter.no
Instagram: Rytterforbundet
E-Mail: nryf@rytter.no

Rytterglede for alle!