

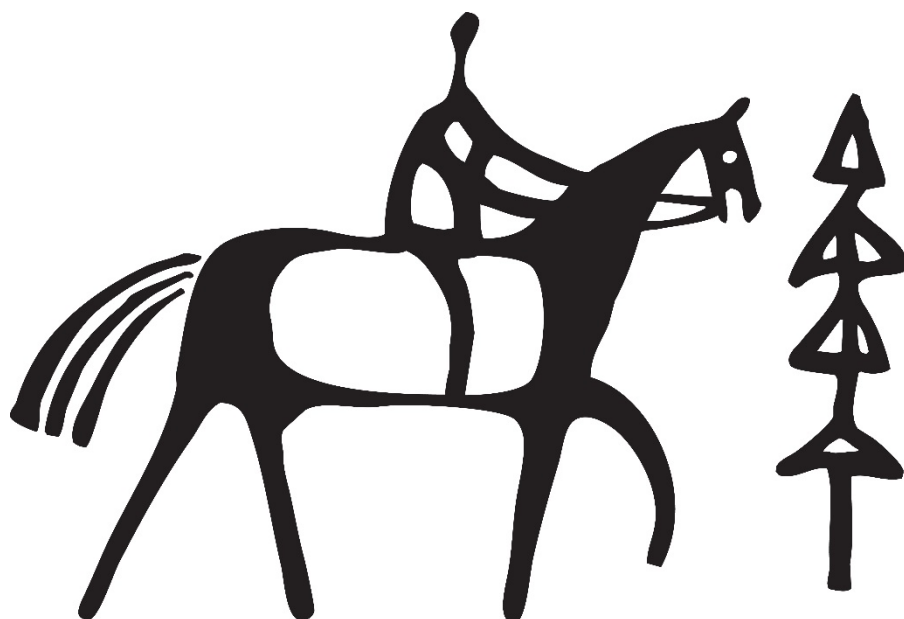
# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2020



NORGES  
RYTTERFORBUND



# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

## SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

### 2020

#### Innhold

Introduksjon .....	3
Formål .....	3
Sportslige mål 2020 .....	4
Organisatoriske mål .....	4
Senior- og juniorgruppe .....	5
Ekvipasjene deles inn i: .....	5
Krav for å være landslagsrytter .....	5
Krav for å være satsningsrytter .....	5
Normer for rytter .....	6
Internasjonal representasjon .....	6
Innmelding av utenlandske resultat .....	7
Internasjonale mesterskap .....	7
Uttakskrav til mesterskap .....	7
Sportslig vurdering .....	7
Kostnader i forbindelse med representasjon .....	7
Internasjonale mesterskap 2020 .....	8
Nordisk -Baltisk mesterskap .....	8
Deltakelse i G7-landene .....	8
Generelle retningslinjer .....	8
Uttakskriterier .....	9
Deltakelse på lag i CEIO .....	9
Generelle retningslinjer .....	9
Uttakskriterier .....	9
Aktivitetsplan / Treningssamlinger .....	9
Aktuelle emner 2020 .....	10
Planlagte samlinger i 2020 .....	10

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

## SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

### 2020

#### Introduksjon

Sportsplanen skal danne utgangspunktet for den videre satsing og talentutvikling innen distanse i Norge.

Planen er revidert pr. 16.11.19 og vil bli revidert etter 1. desember hvert år – helst innen 31.12. Sportsutvalget forbeholder seg retten til om nødvendig å foreta endringer i planen i løpet av sesongen.

Støttepersonell 2020 er:

Landslagsleder og teamveterinær Fernando Medina Guerrero.

Fra Sportsutvalg, leder junior- og senior gruppen (landslag/satsning) Arild Neset.

#### Formål

Formålet med sportsplanen er å utvikle et program som:

- *Bidrar til å øke rekrutteringen til distansesporten*
- *Generelt hever nivået i grenen*
- *Forbereder og utdanner rytterne med tanke på internasjonal deltakelse*
- *Tilrettelegger for sportslig måloppnåelse*
- *Informerer utøvere og støtteapparat*
- *Inspirerer til videre satsing*

Hvordan nå målet;

- *Fortsette å støtte og utvikle Indianercup og minicup*
- *Lage gode samlinger med relevant/nyttig/lærerikt innhold*
- *Holde god kommunikasjon med landslagsrytterne/satsningsrytterne*
- *Gi konstruktive tilbakemeldinger til hver enkel rytter etter endt samling og mesterskap fra lagleder*
- *Egne samlinger for å videreutvikle lagånden*

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2020

## Sportslige mål 2020

Mesterskap/Stevner/Område	Ind./Lag	Mål
Norgesmesterskap (NM)	Individuelt	Heve nivået og antall startende
Nordisk (Nordic Baltic Championship – NBC)	Individuelt	Gullmedalje for både senior og jr/yr.
Nordisk (Nordic Baltic Championship – NBC)	Lag	Gullmedalje for både senior og jr/yr
Europamesterskap junior (EM)	Individuelt	Topp 10
Europamesterskap junior (EM)	Lag	Topp 5
Verdensmesterskap senior (VM)	Individuelt	Topp 20
Verdensmesterskap senior (VM)	Lag	Lagdeltakelse
CEI-stevner	Individuelt	Individuell rangering topp 50 i FEI-ranking

## Organisatoriske mål

Lagånd		Bygge lag der utøveren blir trygge på hverandre og kan gjøre hverandre gode.
Støtteapparat		Opprettholde og utvikle et godt samarbeid med landslagsveterinær, trenere, hestepassere og foresatte som gjør at vi kan fokusere på det sportslige og bygge gode relasjoner.
Målrettet arbeid		Utøverne skal gjennom treningsplaner jobbe mer målrettet med sin trening.
Kompetansebygging		Utøverne skal gjennom teoretisk undervisning (rideteori, mentaltrening, kost/ernæring, forebyggende hestehelse etc.) få økt innsikt og kunnskap om egen idrett.
Personlig		Utøverne skal gjennom arbeidet i gruppene og gjennom sin ridning ved hjelp av trener oppleve en personlig utvikling.

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2020

## Senior- og juniorgruppe

### Ekvipasjene deles inn i:

#### a) Seniorgruppe

For å være med i seniorgruppa må rytter ha godkjent minimum CEI 1\* innenfor siste 24 mnd. (satsningsrytter).

Inkluderer ekipasjer som er kvalifisert til FEI mesterskap senior, kalt landslagsryttere. (Rytter må enten eie eller disponere hesten den er kvalifisert med.)

#### b) Juniorgruppe

For å være med i juniorgruppa må rytter ha godkjent minimum CEI 1\* innenfor siste 24 mnd. (satsningsrytter).

Inkluderer ekipasjer som er kvalifisert til FEI mesterskap junior/ungrytter, kalt landslagsryttere. (Rytter må enten eie eller disponere hesten den er kvalifisert med.)

### Krav for å være landslagsrytter

- Ekipasje kvalifisert til mesterskap
- Levert signert utøverkontrakt
- Levert signert kontrakt på disponert hest dersom rytter ikke er hestens eier
- Levert plan for kommende sesong
- Antidopingtest på nett (e-læringsprogram) gjennomføres hvert år, diplom sendes lagleder
- Sende inn profilbilde sammen med utøverkontrakt

Det gjøres opp status på alle landslagsryttere per 1.1 i forhold til kvalifisering til kommende mesterskap. Dersom kvalifisering ikke strekker seg til sesongens mesterskap, er man ikke lenger landslagsrytter, inntil ny kvalifisering er oppnådd.

Den ansvarlige for ekipasjen, dvs. utøver eller foresatte (for de under 18 år), er pliktige til å melde fra til lagleder/trener ved sykdom/skade eller annet slik at gruppen til enhver tid består av ekipasjer i aktiv trening.

### Krav for å være satsningsrytter

- Rytter fullført CEI1\* innenfor de siste 24 mnd.
- Levert signert utøverkontrakt
- Levert plan for kommende sesong
- Antidopingtest på nett (e-læringsprogram) gjennomføres hvert år, diplom sendes lagleder
- Sende inn profilbilde sammen med utøverkontrakt

Den ansvarlige for ekipasjen, dvs. utøver eller foresatte (for de under 18 år), er pliktige til å melde fra til lagleder/trener ved sykdom/skade eller annet slik at gruppen til enhver tid består av ekipasjer i aktiv trening.

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2020

For å fremme sponsorarbeidet må landslags- og satsningsryttere være en del av «Team Norway Endurance». Team Norway Endurance har rett til å inngå de avtaler som anses gunstige for utøvere og støttepersonell. Team Norway Endurance forbeholder seg retten til å profilere utøveren, team og utstyr for å oppfylle inngåtte avtaler. Ethvert brudd på avtalen kan føre til utestengelse fra deltakelse på mesterskap, samt tap av eventuelle sponsormidler og/eller dekning av startavgift.

## Normer for rytter

- Ryttere skal opptre som gode forbilder.
- Ryttere skal vise aktsomhet ved bruk av sosiale medier
- Ryttere under 18 år skal være totalavholdende med røyk, snus og alkohol.
- Horsemanship: Ryttere skal sette hesten først i h.h.t code of conduct (normer for ryttersporten). Avstraffelse av hest skal ikke forekomme.
- Lojalitet og lagånd: Rytter skal være lojal mot systemet og sine lagkamerater. Motarbeidelse og intriger svekker sporten.
- Kommunikasjon: Rytter og lagledelse skal ha en åpen kommunikasjon og informere hverandre. Dette innebærer også at hver rytter selv er ansvarlig for å holde seg informert og informere lagleder/trener.
- 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 veterinær oppfølging på hesten.
- Man skal strebe etter en sportslig opptreden og fair play.
- 24-timers regel: Problemer/ saker som ønskes tatt opp skal være gjort innen 24 timer fra rytter og/eller ledelse. Etter 24 timer er saken ferdig og man skal gå videre, se fremover og sette seg nye mål.
- For ryttere under 18 år er det foreldre/foresatte eller annen voksen person som gjelder som ansvarlig person.

Distansesporten er kjent for å ha et godt miljø og være inkluderende. Godt miljø er imidlertid sårbart og behøver å voktes over slik at det bevares. Ved landslagssatsing er et godt samhold og lagånd spesielt viktig. For å beholde et godt og inkluderende miljø må det arbeides aktivt for å stoppe misnøye og uheldig opptreden. Derfor ønsker vi å sette fokus på dette for å unngå opptreden som er til skade for sportens anseelse.

Det vil først bli gitt en muntlig advarsel der vedkommende blir gjort oppmerksom på at aktuell oppførsel oppfattes som uheldig. Dersom ikke den muntlige advarselen fører til endring vil en skriftlig rapport sendes til NRYF med henvisning til KRI og §175 – Utilbørlig opptreden. Dette omfatter også støttepersonell.

## Internasjonal representasjon

Rytter er selv ansvarlig for å melde interesse for internasjonale stevner. Dette meldes til Sportsutvalget senest 48 timer før påmeldingsfristen. Etter meldt interesse og Sportsutvalget godkjenning, vil NRYF søke om plass. Etter bekreftet definite entry er rytter økonomisk ansvarlig overfor arrangør.

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

## SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

### 2020

#### Innmelding av utenlandske resultat

Alle resultater fra utenlandske stevner skal meldes av rytter via Horsepro innen en måned. Dette gjelder både nasjonale og internasjonale stevner enten man har fullført eller ikke.

#### Internasjonale mesterskap

##### Uttakskrav til mesterskap

- Delta på oppsatt veterinærgjennomgang i begynnelsen av sesongen med kvalifisert hest(er) og/eller potensielle mesterskaps hest(er)
- Delta på uttakssamling for mesterskapet med kvalifisert hest(er) og/eller potensielle mesterskaps hest(er)
- Innsendt avtalt dokumentasjon

Alternative løsninger kan godtas etter avtale i forkant

#### Sportslig vurdering

Vurderinger er basert på:

- Nyere resultater (av kvalifiserte hester)
- Rytters ride-teknikk og –ferdigheter.
- Mental styrke og ferdigheter til å kunne prestere under press på det aktuelle nivå.
- At ekipasjen holder et høyt basisnivå, dvs. at ekipasjen selv under vanskelige betingelser holder et godt nivå.
- Internasjonal deltakelse med stabile resultater vil være et pluss.
- Deltakelse på samlinger
- Deltakelse på NM
- Kommunikasjon/dialog
- Lagånd

#### Kostnader i forbindelse med representasjon

Til internasjonale mesterskap dekker NRYF:

- Startavgift inkl. oppstalling \*
- Lagleder
- Lagveterinær
- Landslagsutstyr (må bestilles av rytter, egenandel må påregnes)

Dersom det ikke stilles lag vil det bli en vurdering i forhold til om vi sender lagleder/veterinær eller ikke.

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

## SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

### 2020

Øvrige kostnader i forbindelse med internasjonal deltakelse må dekkes av den enkelte deltaker.

\* For at startavgiften skal dekkes forplikter rytter å gjennomføre krav satt av landslagsleder i forkant av og under mesterskapet.

#### Internasjonale mesterskap 2020

- VM Senior Pisa (ITA) 3. - 6. September 2020
- EM Yr/Jr Vic (ESP) 25. - 27. September 2020

#### Nordisk -Baltisk mesterskap

NBC er ikke et internasjonalt mesterskap. Det er et ordinært internasjonalt ritt hvor de nordisk/baltiske land har lagt inn et internt mesterskap. Krav til deltakelse på NBC jr. er identiske med kvalifisering til CEI1\*, på senior CEI2\*. Det er ønskelig å stille lag både på junior og senior nivå. De som blir tatt ut på lagene får startavgift og oppstalling dekket, og forplikter seg til å ri slik lagleder bestemmer. Dersom en eller flere ryttere ikke stiller til start (halt, skadet ol) etter laguttak slik at det ikke blir lag, vil de andre likevel få dekket startavgift og oppstalling. Det blir sendt lagleder / veterinær såfremt det stilles lag.

Lagene tas ut i forkant av NBC så langt det lar seg gjøre. Uttaket baseres på følgende vurdering:

- Nyere resultater (av aktuelle hester)
- Deltagelse på samlinger
- Kommunikasjon/dialog
- Lagånd
- Rytter må være enten være landslagsrytter eller satsningsrytter (gjelder Senior)

Årets Nordisk-Baltisk mesterskap avholdes i Nannestad, Norge den 12.-14. juni.

#### Deltakelse i G7-landene

##### Generelle retningslinjer

- Rytterne får kun starte FEI ritt, ingen dispensasjon gis.
- Alle kostnader dekkes av rytter (også evt. reserver).
- Rytter og hest i kombinasjon må være kvalifisert til klassen i løpet av de siste 12 mnd.



# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

## SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

2020

- Hest som velges må kunne reise fra Europa.
- Det praktiseres rullerende invitasjon / uttak, som betyr:
  1. At kvalifiserte ryttere får invitasjon på rundgang etter uttakskriteriene.
  2. En rytter bare får takke ja til slike invitasjoner en gang i løpet av 12 mnd. Deretter går invitasjon til neste rytter basert på uttakskriteriene/eller tilmeldt interesse.  
Eksempel: Dersom rytter har startet februar, får rytter ikke starte før mars året etter.  
Du kan melde interesse selv om du er i «karantene» og kan bli tatt ut, avhengig om det er ledig plass.

### Uttakskriterier

- Basert på invitasjon vil det bli satt spesifikke krav til hvert enkelt stevne.
- Rytter må være enten være landslagsrytter eller satsningsrytter.
- Deretter følges FEI ranking på rytter (Open Riders World Ranking for alle, pluss Young Riders World Ranking for jr./yr-rytter), fra forrige sesong/inneværende sesong (alt etter når invitasjoner blir mottatt).
- Hesten kan ikke ha blitt eliminert på CEI ritt av metabolske årsaker som krever umiddelbar behandling de siste 12 mnd. før rittet.

### Deltakelse på lag i CEIO

#### Generelle retningslinjer

- Alle kostnader dekkes av rytter (også evt. reserver).
- For å være aktuell for laguttak, meldes dette til Kari Eiesland/Sportsutvalget på samme måte som påmelding til internasjonalt ritt.
- Det sendes ikke egen Chief D'Equipe til CEIO utenom ved mesterskap, så en av deltagerne/støttepersonell blir utnevnt til Chief D'Equipe.
- Uttak av aktuelle ryttere gjøres i forkant, basert på gitte kriterier.
- Utnevnt Chief D'Equipe må melde laget etter forkontrollen, evt. gjøre endringer med å sette inn reserver, dersom noen ikke blir godkjent i forkontrollen. Hver enkel deltager må selv sørge for å delta aktuelle infomøter.
- De som ikke blir tatt ut rir individuelt.

### Uttakskriterier

- Rytter må være enten være landslagsrytter eller satsningsrytter
- Nyere resultater (av aktuelle hester)
- Deltagelse på samlinger
- Kommunikasjon/dialog
- Lagånd

### Aktivitetsplan / Treningsamlinger

Samlingene uten hest kan være av teoretisk art og/eller innebære ferdighetstrening.

# SPORTSPLAN FOR DISTANSE

## SENIOR OG JUNIOR/UNGE RYTTERE

### 2020

#### Aktuelle emner 2020

- Utvikle rideferdigheter.
- Dressur og balanse
- Kiropraktor for rytter
- Ernæring og fysisk trening for rytter
- Lagbygging, vennskap, glede, samhold, disiplin

#### Planlagte samlinger i 2020

- Veterinærgjennomgang 1. - 2. februar, øst og vest
- Treningssamling og uttak til lag NBC 8. - 10. mai (planlagt Østlandet)
- Treningssamling og uttak for VM senior, 31. juli - 02. august (planlagt Sørlandet)
- Treningssamling og uttak for EM junior, 28. - 30. august (planlagt Sør-Vestlandet)
- Veterinærgjennomgang høst, øst og vest (dato ikke satt)

På samlingene betaler landslagsryttere 50% av ordinær pris, satsningsryttere 75% av ordinær pris.

Andre som vil delta kan bli med dersom det er ledige plasser, disse må i så fall betale ordinær pris.

Det vil være hesten eller rytterens status som gir grunnlag for kostnadsberegning.