



Talantarbejde 2010

DANMARKS RULLESKØJTE UNION

Formål

- At orientere alle klubtrænere, talenttruppertrænere og øvrige interessenter om sæsonen 2010
- At alle personer i DRSU, der har med talantarbejde at gøre følger den samme røde tråd

Mål

- At alle deltagere på mødet bliver bevidste om den røde tråd i talantarbejdet samt de nye tiltag under DRSU

Indhold

- Orientering om afholdte møder om ny struktur af talantarbejdet i perioden august-november
- Formål og mål med talantarbejdet under DRSU
- Inline-lejre v. Maria Carstensen
- Talenttruppen v. Gert Lauritsen
- Bruttotruppen v. Jesper Carlson
- Landsholdet v. Jesper Carlson
- Udlandsture i 2010 v. Søren Helmsøe
- Kategoriløb v. Jesper Carlson
- "Aldersrelateret træning i speedskating" v. Jesper Carlson



Orientering om møder

Talenttrup-/bruttotrupmøde 5/9-2009

- Minicamps under bruttotrupsamlinger
- Ændring af hold 1 træning
- Holder længere på skaterne
- BT skatere kommer som gæsteskatere på TT

Bruttotrupmøde 9/9 – indsendte evalueringer

- Scout samling aflyst i stedet normal samling inkl. minicamp
- Folk skal melde tilbage hvert år, om de ønsker at deltage på bruttotrup.
- Synlige og specifikke krav til skatere
- Synlige og specifikke krav fra sæsonbegyndelse til udtagelse
- Arbejde med truppen som et hold, så vi undgår mistrivsel
- Bedre kommunikation med klubtrænerne
- Krav om deltagelse i udlandsstævner ved et nyt kategorisystem
- Alt arbejde med BT skal tydeliggøres på DRsUs nye hjemmeside
- Ungsenior-gruppen (18-21 år) betragtes som juniorer på samlinger
- Udlandsture under DRsU foretages som hold, dvs. holdet rejser alle sammen* hvis muligt, og sover samme sted.

* Forberedelser og evaluering foregår i bussen med de enkelte skatere

Formål med talentarbejdet

- at give børn og unge oplevelser med og uden rulleskøjter på.
- at give børn og unge mulighed for at erhverve sig kompetencer til gavn for skaterens øvrige livsverden.
- at have fokus på det hele menneske.

Mål med talentarbejdet

- "Mindske frafald i sporten"
- "Bedre resultater år efter år"



Inline-lejr

Formål:

- at give flere børn og voksne lyst til at stå på rulleskøjter
- at udarbejde og opøve behændighed, teknik og stabilitet på rulleskøjter.
- at klargøre evt. speedskatere til talenttrup
- at samarbejde med de andre trupper i unionen.
- at have det sjovt!

Hvordan:

- træning på forskellige niveauer
- træning i behændighed, teknik, og stabilitet gennem leg og konkurrencer.
- træning i halv- og helhal afhængig af deltager antal.
- hygge og samtaler om udstyr etc.

Hvem kan deltage:

- alle begyndere, børn som voksne.
- alle der ikke er på en trup i forvejen.
- alle der har lyst til at lege, lære og lave tricks på rulleskøjter.
- alle der gerne vil videre på en trup, men mangler rulleskøjteerfaring.
- alle der gerne vil møde andre, med samme interesse for at stå på rulleskøjter.

Det er meningen / ønsket at Inline-lejren med tiden kan indstille til talenttruppen for de skatere der gerne vil mere med deres sport.

Ansvarlige

Trænere

- Lis (RUSSK)
- Martin (RUSSK)
- Maria (OdsRul)

Kontaktperson

- Leni (VARK)



Talenttrup

Talenttruppen under DRsU leverer egnede speedskatere til landsholdets bruttotrup.

Formålet med talenttruppen

- At fastholde og udvikle speedskatere som endnu ikke er kvalificerede til at deltage i bruttotruppen for så vidt angår alder, teknik og styrke.

Hvornår?

- Talenttruppen samles 4 gange årligt, til samlinger, hvor unge speedskatere kan udvikle sig med andre på samme niveau.

Hvem?

- Talenttruppen optager speedskatere, fra klubberne, som ønsker at konkurrere på et højere plan. Løbere i alderen 9 år til 17 år

Hvor mange?

- Der er ca. 65 løbere tilmeldt Talenttruppen

Hvordan?

- Talenttruppen etablerer et miljø på samlingerne, hvor den unge speedskater får de optimale rammer for at udvikle sig sportsligt og socialt. Talenttruppen arbejder med almen sportsligdannelse og specifik træning på flere plan.

Opbygning af talenttruppen

Talenttruppen er opdelt i hold

- Indfasning (hold 3)
- Opbygningsfase (hold 2)
- Forberedelsesfase (hold 1)

Træningen på talenttruppen

- Specifik speedskating træning
- Behændighedstræning
- Holdopbygningstræning
- Konkurrencetræning
- Udvikling af indbyrdes relationer



Speedskating er for livet

Det sociale liv på talenttruppen er med til at udvikle den enkelte speedskater personligt og er en vigtig del af den enkeltes personlige udvikling. Det er derfor vigtigt for os på talenttruppen, at ruste den enkelte speedskater, på det menneskelige plan til at forholde sig, til en fremtid som eliteidrætsudøver.

Ansvarlige

Trænere

- Henrik Jehg
- Henrik Bjørnboe Hansen
- Emil Nielsen
- Heidi Nielsen
- Alexander Dahl
- Gert Lauritsen

Trænerassistenter

- Susan Sonberg
- Lars Schmidt
- Sacha Egebjerg

Managere

- Laila Thorgersen
- Gert Lindenskov



Minicamps

Appetitvækker for speedskateren til hvad der venter på bruttotruppen.

Bruttotruppens mulighed for at se løberne an i et års tid.

Formålet med minicamps er at mindske overgangen fra talenttrupskater til bruttotrupskater.

Talenttruptrænere indstiller skatere til minicamps

Ansvarlige

- Jesper Carlson
- Alexander Dahl



Bruttotruppen

Bruttotruppen består af Danmarks bedste skatere, der ønsker at præstere godt til internationale og nationale konkurrencer.

De bedst egnede fra bruttotruppen kan udtages til det endelige landshold, der repræsenterer Danmark ved EM

- Afholder ca. 6 bruttotrupsamlinger om året.
- Deltager i tre DRSU-arrangerede ture i april og maj.

På bruttotruppen arbejdes med

- Specifik træning til at opnå et højere niveau som skater
- Specifik konkurrence træning
- Teambuilding
- Oplysende foredrag (mental træning, kostvejledning, træning mm.)
- Vejledning af den enkelte skater

Ansvarlige

Trænere

- Elisabeth "Lisi" Schrenk
- Jesper Carlson

Manager

- Søren Helmsøe



Kategoriløb

- Konkurrencer og løb vil fremover blive inddelt i kategorier
- Krav om deltagelse i kategoriløb på bruttotruppen

Kategori 1

- Tur arrangeret af DRsU.
- Turen foretages som en bruttotrøptur. Deltagere på bruttotruppen deltager på turen som bruttotrupskatere.
- Landstrænerne fungerer som trænere på turen.

Konkurrencer i 2010:

- Gross-Gerau
- Heerde
- Gera

Kategori 2

- Privat- eller klubarrangeret tur til udenlandske stævner.
- Landstræner(-ere) kan være til stede for at observere, men vil ikke fungere som træner.

Konkurrencer i 2010:

- Danske mesterskaber, udendørs
- Trois Piste
- Bologna
- Roller Lagos
- Evt. andre større udenlandske konkurrencer

Kategori 3

- Privat- eller klubarrangeret tur til udenlandske stævner.
- Landstrænere vil ikke være til stede, men vil indsamle resultater.

Konkurrencer i 2010:

- Padova
- Pamplona



- Evt. andre større udenlandske stævner

Kategori 4

Maraton

- Landstrænere vil indsamle resultater.

Løb i 2010:

- World Inline Cup
- Swiss inline Cup
- German Inline Cup

Krav om referat af løbet: Taktik/hvem køres der for/din rolle mm.

Krav for at komme i betragtning til landsholdet

- Deltagelse i to udenlandske kategori 1 løb arrangeret af DRSU + danske mesterskaber, udendørs
- Deltagelse i et kategori 1 løb og tre kategori 4 løb + danske mesterskaber udendørs for kvalifikation kun til maraton

Skatere til landsholdet bliver udtaget på baggrund af resultater fra kategoriløb og deres engagement på træningssamlinger.

Specifikke resultatkrav under udarbejdelse



Udlandsture 2010

- Kriterium Gross-Gerau, Tyskland, vejbane, 304 m, fredag 23/4 - mandag 26/4
- Skate-Off Heerde, Holland, parabolisk bane, 200 m, fredag 30/4 – mandag 3/5
- Gera Rollsporttage, Tyskland, banked bane, 200 m, fredag 14/5 – mandag 17/5

Turen inkluderer

- stævnegebyr
- bustransport (ikke kør-selv)
- coaching af talenttrup-/landsholdstrænere
- måltider og frugt (ikke på hjemtur)
- overnatning i sportshal eller lign.
- adgang til DRsU-telte (reserveret deltagere på bustur)

Forventet pris 1200 kr./stævne

Bindende tilmeldingsfrist

Sportskomiteen er arrangør

Specielle forhold

- Værge (ved tilmelding angives person, som ved uheld kan ledsage på hospital og ved hjemrejse)
- Bruttotrup og minicamp spiser og overnatter sammen
- Deltagere coaches udelukkende af talenttrup- eller landsholdstrænere (- forældre, klubtrænere og andre)
- Det tilstræbes, at de yngste kommer til hallen, før de ældste er færdige lørdag aften
- Såfremt man ønsker anden overnatning, står man selv for bestilling og betaling, evt. også transport til og fra bane
- Alle forældre/supportere tildeles opgaver før, under og efter stævnet

Aldersrelateret træning i speedskating

- Træning af børn og unge: Aerob, anaerob, sprint, styrke, balance mm.
- Kostanbefalinger til børn og unge, herunder dagligdagskost for udøvere, stævnekost mm.
- Trænerens rolle
- Udviklingsstadier
- Optimal træning for hvert udviklingsstadium

Alle anbefalinger er inddelt i inline-lejre, talenttrup og bruttotrup.

Målgruppen er skatere fra 7 til 21 år

Handlingsplan

- Primo februar 2010 udkommer Aldersrelateret træning i speedskating
- www.dkru.dk skal indeholde et øvelsesbibliotek. Øvelserne inddeles i tril, rul og skate. Der kommer øvelser til diverse træningsformer.
- Øvelserne samles i den praktiske del af Aldersrelateret træning, som efter planen udkommer i 2011. (Den praktiske udgave bygges op om den teoretiske)

Afslutning

Den røde tråd i talentarbejdet sikres gennem kommunikation og dialog på tværs af trupper og fra trupper til klubber.

Arbejdet er begyndt, og vi håber at dette møde har givet klarhed om dette.

