



## **Ansökningsinformation SCT elitgrupp 2016/2017**

### *SYFTE*

- ✓ Att sporra elitsatsande medlemmar att utvecklas vidare inom klubben.
- ✓ Att skapa förutsättningar för elitsatsande medlemmar att utvecklas inom triathlon.
- ✓ Att bygga upp en långsiktig verksamhet för att på bästa sätt stödja elitsatsande medlemmar.

### *VERKSAMHETEN*

Elitverksamheten ska i så stor utsträckning som möjligt vara en integrerad del i den ordinarie träningsverksamheten. Detaljerna i verksamheten arbetas fram av elitgruppsansvariga i samråd med deltagarna i gruppen.

### *RAMAR FÖR GRUPPENS SAMMANSÄTTNING*

I denna grupp antas endast kandidater som tävlar i senior- och/eller proklass. För att antas om man är äldre än 35 år måste man således tävla i proklass eller anmäla sig till tävlingsklassen på övriga distanser. Undantag kan dock göras på full distans (IronMan eller Challenge). Gällande fulldistans kommer vi därmed även inkludera kandidater som inte tävlat i pro-klassen, men som uppvisat goda resultat inom sin age group på sanktionerade tävlingar.

Gruppen ska bestå av fyra till fem deltagare med mål om minimum två damer. Rekrytering till elitgruppen sker i oktober och gruppens sammansättning är sedan fast till nästa års rekrytering.

### *KLUBBEN BIDRAR MED EKONOMISKT STÖD*

Pengarna ska i första hand användas till:

- ✓ Riktad hjälp att förbättra sig inom de tre delgrenarna (coach, tester, träningsavgifter etc.).
- ✓ Tävlingskostnader (startavgifter, licens etc.).
- ✓ Klubbkläder.
- ✓ Sponsortryck på klubbkläder.

Deltagare i elitgruppen betalar ingen medlemsavgift till klubben.

#### *GEMENSAMMA AKTIVITETER*

Gemensamma aktiviteter baseras till stora delar på gruppens egna engagemang och ambition. Elitgruppsansvariga ordnar ett visst upplägg men, en mycket viktig del baseras på medlemmarnas eget engagemang och initiativförmåga.

- ✓ Mål om att gruppen deltar på klubbens gemensamma löpträning en dag/vecka. Detta för att skapa fast kontinuitet och en gemensam träffpunkt.
- ✓ "Fikamöte" före/efter löpträning varannan månad.
- ✓ Simanalys 1 ggr/år
- ✓ Separat löpanalys och löpteknikträning 2-3 ggr/år
- ✓ Test via Activitus för de som önskar
- ✓ Träningshelg under våren.
- ✓ Deltagande på Bosön samt engagemang i klubben som tex tränare, föreläsare etc.

#### *MOTPRESTATION*

Deltagare i gruppen ska:

- ✓ I möjligaste mån och enligt överenskommelse vara delaktig i klubbens schemalagda träning.
- ✓ Vid några tillfällen per år delta i och, på uppmaning och efter överenskommelse, även leda klubbens aktiviteter (t.ex. hålla föredrag och/eller leda träningspass vid testdagarna på Bosön).
- ✓ Delta i tävlingar i Sverige enligt överenskommelse (Svenska kuppen, SM eller motsvarande).
- ✓ Om möjligt delta på officiella och inofficiella tävlingar arrangerade av SCT (t.ex. SCT duathlon, KM etc.).
- ✓ Använda klubbkläder under tävling och på prisceremonier i Sverige och utomlands. Så ofta som möjligt använda klubbkläder vid träning.
- ✓ Vid behov representera klubben i media i samverkan med ordförande och/eller elitgruppsansvarig.

#### *ANSÖKAN OCH URVAL*

Uttagning till gruppen görs av elitgruppsansvariga (Paula Kirkegaard och Tom Jenkinson) med stöd av urvalskriterierna (se nedan). Förslaget ska sedan godkännas av styrelsen. Gruppens sammansättning presenteras i november.

### URVALSKRITERIER

- ✓ **Aktuella tävlingsresultat**, max två år gamla, från sanktionerade svenska och/eller internationella tävlingar. Vid bedömning av dessa utvärderas bl.a. individuell placering samt tid i relation till vinnartid. Riktlinje: tid inom +20% från vinnartid på prioriterade tävlingar.
- ✓ **Mål** för kommande tävlings och träningsäsong ska vara tydliga och realistiska.
- ✓ **Vara föredöme och inspiration för klubben**. Synlighet för medlemmarna, närvaro på och delaktighet i klubbens schemalagda träning samt övriga aktiviteter.

Ansökan till elitgruppen kan göras under oktober månad och ansökningsfristen är **torsdagen den 27 oktober**. Ansökan görs genom att fylla i ansökningsblanketten som finns på hemsidan och skicka den till: [coach\\_t@outlook.com](mailto:coach_t@outlook.com) och [paula.kirkegaard@live.se](mailto:paula.kirkegaard@live.se).

Frågor kring gruppen kan skickas till samma mailadresser som ovan.

Meddelande om man har blivit antagen eller inte kommer ges vecka 45-46 och antagna kommer att kallas in till ett första kick-off möte någon gång mellan vecka 46-47 (dvs under november månad).