

Sportsplan for paradressur

Introduktion

Sportsplanens formål er at danne udgangspunkt og retningslinjer for paradressur, samt bidrage til at udvikle et program, som gør de bedste bedre, udvikler flere ryttere til at kunne begå sig på topniveau og tilrettelægger de sportslige målsætninger imod høje placeringer ved EM, VM, PL og evt. NM.

Der skelnes i sportsplanen mellem landshold, bruttotrup, B-hold og ungetalent-hold. Hver sæson starter med en bruttotrup på maksimalt 12 ekvipager. Fra bruttotruppen udtages landsholdet, som består af de ekvipager, der udtages til NM, EM, VM og/eller PL. Udtagelse sker som udgangspunkt efter DM og meldes ud offentligt på mail. Udtagelse sker på baggrund af nedenfor opstillede kriterier, hvoraf ingen kan stå alene. Udtagelse til landshold og bruttotrup kvalitetssikres i dialog mellem landstræner, holdleder, dyrlæge, fysioterapeut, elitestab og eventuelt andre, men landstræner har den endelige beslutning. Det er som rytter muligt at få en begrundelse for, hvorfor og på hvilken baggrund man er/ikke er blevet udtaget.

Breddeholdet under pararideudvalget kaldt B-holdet er et tilbud til ryttere, der rider på nationalt/internationalt niveau, men resultatmæssigt endnu ikke er på højde med ekvipagerne i bruttotruppen. Der er tilknyttet en B-holdstræner. Hver sæson starter med et B-hold på maksimalt 10 ekvipager, som udpeges af B-holdets træner. Ungetalent-holdet under parasport danmark er et tilbud til ryttere under 25 år, der har potentiale til at komme på landsholdet i fremtiden. Der er tilknyttet en ungetalent-træner. Holdet udpeges pr 1/1 af træneren for unge-talentholdet.

Sportsplanen revideres løbende.

Udtagelseskriterier til bruttotrup/landshold

Nedenfor følger en række generelle udtagelseskriterier til bruttotruppen/landsholdet. Specifikke udtagelseskrav til EM, VM, PL og evt. NM vil blive meldt ud i forbindelse med givne mesterskab.

Udtagelse tager udgangspunkt i:

- Rytterens kvalifikationer, erfaring på højt niveau og aktuelle niveau.
- Hestens kvalitet, potentiale og aktuelle form.
- Ekvipagens resultatmæssige stabilitet og bundniveau ved de i samarbejde med landstræneren udvalgte stævner. I forbindelse med vurderingen af ekvipagens resultater medtages stævnets sværhedsgrad og konkurrencemæssige kvalitet som bedømmelsesfaktorer.

Derudover kræves det, at:

- Ekvipagen deltager ved DM.
- Ekvipagen som minimum kan indplaceres som atlet i Parasport Danmarks elitekoncept (verdensklasse, eliteatlet og atlet).
- Rytteren er internationalt klassificeret.
- Rytteren har egen hest eller kontrakt på sponsorhest.
- Rytteren laver målsætningsarbejde og handleplaner.

Forventninger til bruttotrup/landshold

- Rytteren opfylder krav formuleret i 'Håndbog for landsholdsudøvere'.
- Rytteren står til rådighed for arrangementer, events eller kampagner for Parasport Danmark og DRF, dog sådan at rytteren har ret til at tage forbehold for trænings- og konkurrenceplanlægning.

Udtagelseskriterier til B-hold

Ekvipagerne på B-holdet skal som minimum have opnået de pt gældende kvalifikationskrav til DM. For at komme i betragtning til start ved internationale stævner, skal ekipagerne som udgangspunkt have redet minimum 68-70 % i FEI's mesterskabsprogrammer.

Udtagelseskriterier til ungetalent-hold

Ekvipagerne udtages ud fra ungetalent-træner og landstræners vurdering af talent og seriøsitet. For at komme i betragtning til start ved internationale stævner, skal ekipagerne som udgangspunkt minimum have redet 68-70 % i FEI's mesterskabsprogrammer.

Ryttere og heste

Som led i at opnå den sportslige målsætning om høje placeringer ved EM, VM, PL og evt. NM defineres den gode rytter og den gode hest ud fra følgende kriterier:

Den gode rytter

- Har lyst og energi til at træne.
- Har stor vilje i både medgang og modgang.
- Har forståelse for, at vi har med levende dyr at gøre.
- Kan tackle modgang på professionel vis, og kan rejse sig igen.
- Har grundlæggende god kondition og prioriterer at udvikle sin fysiske form og sundhed.
- Forstår at sætte mål og holde sig til en plan.
- Har et system og et godt set-up i ryggen – også i modgang.
- Er positivt tænkende og forstår at man som eliterytter er i fokus – også som rollemodel.
- Evner med sit team at strukturere og planlægge ekipagens forventede top præstationer.
- Har forståelsen for vigtigheden i at give tilbagemeldinger på relevante mails.
- Forstår at bruge de optimerende tilbud som fysisk træning, mentaltræning osv.
- Er ansvarlig i forhold til at holde landstræneren informeret om hestens sundhedstilstand.

Den gode hest

- Har taktfaste, rummelige gangarter.
- Passer til den grad, man er klassificeret i.
- Er ridelig og kan gå for lette hjælpere.
- Har energi og lyst til at arbejde for sin rytter.
- Har evnen til at gå i selvbæring.
- Arbejder let og ubesværet i sit eksteriør, så elegancen fremmes.
- Er sund og fit.

Udtagelsesstævner

Senest på årets første træningssamling for bruttotruppen offentliggøres årets udtagelsesstævner i forhold til internationale mesterskaber. Det aftales med landstræner/holdleder, hvilke udtagelsesstævner ekvipagen skal deltage i for at komme i betragtning til mesterskaberne.

Træningsplanlægning

Træningsplanlægning omfatter en helhedsplan for hver ekvipage i bruttotruppen, som udarbejdes årligt i samarbejde med daglig træner og landstræner.

Træningsplanen skal som minimum indeholde:

1. En langsigtet målsætning (årlig).
2. En kortsigtet målsætning (handleplan).
3. En stævneplan.
4. En fysisk træningsplan.

Træningssamlinger med hest

Der efterstræbes 3 samlinger pr. år ved landstræneren på bruttoholdet. Den første og sidste samling i året er for hele bruttotruppen, mens den anden kun er for landsholdet og reserver.

For B-hold samt ungetalent-hold efterstræbes 2 samlinger pr. år. Der er løbende dialog mellem trænerne af de 3 hold for at sikre dynamik og udvikling af ekvipager på alle niveauer. Ekvipager fra B-hold og ungetalent-hold kan inviteres med til træningssamling med bruttotruppen, hvis trænerne vurderer niveauet højt nok.

For at holde en rød tråd for ekvipagen og fremme kommunikation og samarbejde mellem daglig træner og landstræner/holdtræner opfordres til, at daglig træner deltager ved disse samlinger. Samlinger med hest kan indeholde træningspas, teori og præstationsudviklende aktiviteter.

Hver rytter kan medbringe én hest til træningssamlingerne (den hest man regner med skal deltage til stævnerne i indeværende sæson). Efter aftale med landstræner/holdtræner kan reservehest medbringes, hvis førstehesten ikke er klar.

Hjemmebesøg

Der vil efter behov blive arrangeret hjemmebesøg hos rytterne i bruttotruppen, hvor landstræner vil overvære træning med daglig træner. Derudover vil hjemmebesøget indebære en fælles evaluering, snak om målsætninger og stævneplaner samt kig på kommende heste.

Dyrlægetjek af hest

Ved EM, VM og PL laver Parasport Danmarks landsholdsdyrlæge sundhedstjek på hesten.

Evaluering af bruttotrup, B-hold og ungetalenthold

Bruttotruppen evalueres af landstræner efter behov og minimum efter sæsonens afslutning. Evalueringerne skrives ind i rytterprofilerne. B-hold og ungetalenthold evalueres efter behov og minimum efter sæsonens afslutning af holdtrænerne.

Parasport Danmarks ydelser til bruttotrup/landshold

Elitedefinitioner og støttetildeling

Samarbejdet mellem Parasport Danmark og ekvipager udtaget til bruttotrup/landshold indeholder en række rettigheder og forpligtigelser for atleter, trænere, ledere, elitestab og eliteudvalget, der er omfattet af det fælles elitearbejde. Parasport Danmark opererer med definitioner på eliteudøvere opdelt i tre forskellige niveauer: Parasport Verdensklasseatleter, Parasport Eliteatleter og Parasport Atleter, hvilke ligger til grund for Parasport Danmarks tildeling af støtte og ressourcer. Det er væsentligt at pointere, at indplaceringen sker på baggrund af ekvipagens præstationer og ikke rytteren alene.

Landstræner indstiller ekvipager til Eliteudvalget.

Kategoriseringen af ekvipager finder sted en gang årligt og følger kalenderåret.

Parasport Verdensklasseatleter

Parasport Verdensklasseatleter omfatter som udgangspunkt ekvipager, der er blandt den absolutte top af verdenseliten og har opnået medaljeplaceringer ved seneste VM eller PL. De repræsenterer som udgangspunkt Danmark ved EM, VM og PL.

Parasport Verdensklasseatleter indstiller tilværelsen på de krav, som eliteidræt stiller, og relaterer alt hvad man foretager sig efter dette – herunder træningsmængde, konkurrenceaktivitet og ernæring.

Parasport Verdensklasseatleter skal opfylde alle formelle krav formuleret i 'Håndbog for landsholdsudøvere' for at opnå økonomisk støtte af Parasport Danmark.

Parasport Verdensklasseatleter får betalt startgebyr, fællestransport af hest, egen og grooms indkvartering, ved udvalgte udtagelsesstævner og NM, EM, VM og PL.

Ved afmelding til et stævne efter endelig tilmelding betaler atleten selv udgifter forbundet med stævnet/mesterskabet, hvis der ikke kan fremvises en gyldig lægeerklæring eller dyrlægeerklæring.

Parasport Verdensklasseatleter har mulighed for at få dækket udgiften til overnatning i forbindelse med træningssamlinger, der strækker sig over flere dage.

Parasport Eliteatleter

Parasport Eliteatleter er blandt verdenseliten. Ekvipagen repræsenterer som udgangspunkt Danmark ved EM, VM og PL.

Ekvipagen skal have et sportsligt niveau og udviklingspotentiale, der gør, at den kan nå den absolutte verdenselite. For Parasport Eliteatleter er idrætten det primære indhold i tilværelsen.

Parasport Eliteatleter skal opfylde alle formelle krav formuleret i 'Håndbog for landsholdsudøvere' for at opnå økonomisk støtte af Parasport Danmark.

Parasport Eliteatleter får betalt startgebyr, fællestransport af hest, egen og grooms indkvartering, ved NM, EM, VM og PL.

Ved udvalgte udtagelsesstævner får Parasport Eliteatleter betalt startgebyr og fællestransport af hest.

Ved afmelding til et stævne efter endelig tilmelding betaler atleten selv udgifter forbundet med stævnet/mesterskabet, hvis der ikke kan fremvises en gyldig lægeerklæring eller dyrlægeerklæring.

Parasport Atleter

Parasport Atleter har potentialet til at komme i verdenseliten. Resultatmæssigt kan ekvipagen placere sig lige under verdenseliten. Ekvipagen kan deltage ved NM, EM, VM og PL, men gør det ikke nødvendigvis.

Parasport Atleter er ikke nødvendigvis fast tilknyttet bruttotruppen og deres træningsmængde og træningsmetoder kan forøges og optimeres. Deres indstilling er seriøs, men fokus i tilværelsen er ikke tilstrækkeligt målrettet idrætten på nuværende tidspunkt.

Parasport Atleter får betalt startgebyr, fællestransport af hest, egen og grooms indkvartering, ved EM, VM og PL. Derudover får Parasport Atleter udelukkende betalt startgebyr ved NM.

Ved afmelding til et stævne efter endelig tilmelding betaler atleten selv udgifter forbundet med stævnet/mesterskabet, hvis der ikke kan fremvises en gyldig lægeerklæring eller dyrlægeerklæring.

Unge atleter

Unge atleter med et særligt potentiale for at opnå internationale topresultater på seniorniveau, såkaldte "super-talenter", vil kunne søge ekstra støtte fra en særlig pulje.

Generelle ydelser til atleter

- Parasport Danmarks landstræner og holdleder deltager ved udvalgte internationale stævner og træningssamlinger samt EM, VM, PL og evt. NM
- Fysioterapeut, dyrlæge, hestemassør og sportspsykolog deltager ved udvalgte internationale stævner og træningssamlinger efter behov samt EM, VM og PL.
- Ryttere kan søge løbende rådgivning og vejledning hos landstræner og holdleder.
- Alle ryttere i bruttotruppen deltager i træningssamlinger arrangeret af landstræner/holdleder. Omkostninger til træning, hal- og boksleje samt forplejning til rytter dækkes af Parasport Danmark
- Ekvipager i bruttotruppen har fortrinsret i forbindelse med udtagelse til øvrige internationale stævner.
- Ryttere i bruttotruppen kan sparre med landstræner ved DM.

Muligheder for Team Danmark-støtte

Ligesom Parasport Danmark differentierer Team Danmark sine ydelser til Team Danmark-godkendte atleter efter tre forskellige niveauer: Team Danmark Verdensklasseatleter, Team Danmark Eliteatleter og Team Danmark Bruttogruppeatleter. Det er væsentligt at understrege, at man – på trods af navnesammenfaldet med Parasport Danmarks kategorisering af atleter – ikke

nødvendigvis indplaceres på samme niveau i Team Danmark-systemet som i Parasport Danmark-systemet – om end dette ofte vil være tilfældet. Ligesom i Parasport Danmarks kategorisering sker indplaceringen på baggrund af ekvipagens præstationer og ikke rytteren alene.

Indplaceringen i én af de tre atletkategorier er gældende for ét bevillingsår.

Team Danmark Verdensklasseatleter

Består som udgangspunkt af ekvipager, der har opnået individuelle medaljer ved seneste VM eller PL, og som har resultatperspektiv til at opnå medaljer ved kommende VM og PL.

Team Danmark Verdensklasseatleter har direkte adgang til Team Danmarks ekspertsupport (fysisk træning, sportspsykologi, præstationsanalyse, sportsernæring, testning og sportsmedicin) og øvrige servicetilbud (dual career, bolig- og spiseordninger, fysiske træningsfaciliteter m.v.).

Team Danmark Eliteatleter

Består som udgangspunkt af ekvipager, der har opnået minimum top 5 ved seneste VM, minimum top 8 ved seneste PL eller vundet individuelle medaljer ved seneste EM, og som har resultatperspektiv til at opnå medaljer ved VM og PL. Desuden består denne atletkategori af udvalgte talenter, der har et særligt potentiale og udviklingsperspektiv i forhold til internationale seniorresultater på højeste niveau.

Team Danmark Eliteatleter har adgang til Team Danmarks ekspertsupport (fysisk træning, sportspsykologi, præstationsanalyse, sportsernæring, testning og sportsmedicin) og øvrige servicetilbud (dual career, bolig- og spiseordninger, fysiske træningsfaciliteter m.v.).

Team Danmark Bruttogruppeatleter

Kan bestå af både ungdoms- og senioratleter.

Denne atletkategori har som udgangspunkt ikke adgang til Team Danmarks ekspertsupport (fysisk træning, sportspsykologi, præstationsanalyse, sportsernæring, testning og sportsmedicin), men kan benytte Team Danmarks øvrige servicetilbud (dual career, bolig- og spiseordninger, fysiske træningsfaciliteter m.v.).

Beklædning

Landsholdet er sponsoreret af Kingsland, som leverer beklædning til ryttere og udstyr til heste. Bruttotrupperen har mulighed for at købe en specialpakke fra Kingsland til -65%, der indeholder: 1 polo T-shirt, 1 striktrøje, 1 softshelljakke, 1 dunjakke, 2 stævneunderlag, 1 træningsunderlag og 1 fleecetæppe.