

## **NORGES STØRSTE HOPP- OG KOMBINERT-TEAM.**

Kollenhopp er Norges største treningsgruppe for hoppere og kombinertløpere fra 12 år og oppover som ønsker å satse skikkelig på idretten sin. Våre fremste spyspisser er våre landslagsutøvere i hopp: Bjørn Einar Romøren og Lars Bystøl på A-landslaget. Vi har også B-landslagsutøvere både i hopp og kombinert.



Vi har 12 trenere fordelt på ca. 80 utøvere i ulike grupperinger. Vi har et meget kompetent trenersteam med høy kompetanse og stort engasjement. Vi har trenere med god faglig utdanning bl.a. fra Norges idrettshøgskole og vi har trenere med lang fartstid og god rutine.

Kollenhopp har en visjon om at vi skal legge til rette for en skikkelig satsning både på de yngre og de mer etablerte. Vi ønsker å gi alle våre utøvere et tilbud som gir grobunn for positive opplevelser og gode prestasjoner.

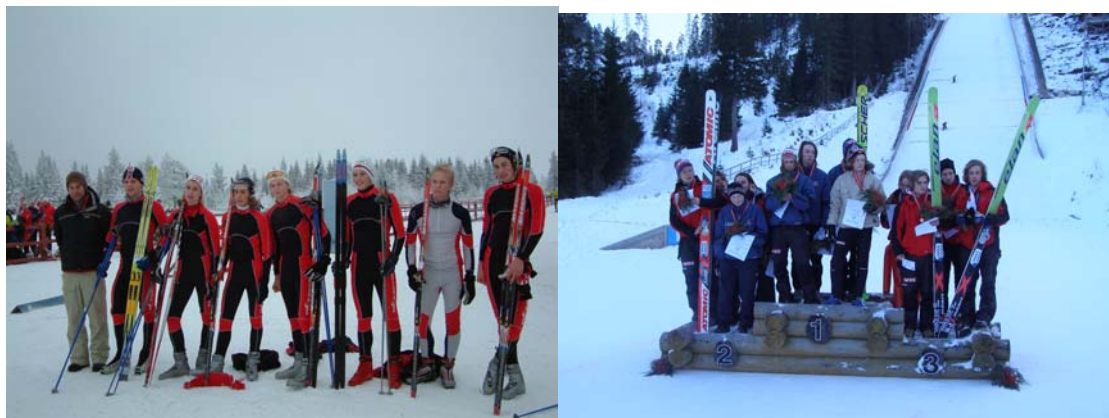
De fem S'er er sentrale i satsningen:

1. Selvstendighet
2. Struktur
3. Seriøsitet
4. Satsningsvilje
5. Samhandling.

Det er et hovedmål å skape selvstendige utøvere. Dette gjøres ved at utøveren må involvere seg i de ulike områdene i satsningsarbeidet. I tillegg søker vi en god og hensiktsmessig struktur i all trening, både ressurstrening og teknikktraining. Læring av ferdigheter er grunnlaget for fremgang. På denne veien er det viktig å være offensiv, kreativ og løsningsorientert. Godt humør kombinert med temperament er også viktig og utslagsgivende.

Et sentralt mål for hele treningsgruppen er å stimulere til stor seriøsitet i alt treningsarbeide og satsningsvilje som står i stil med målsettingen. Dette er i samsvar med NSF/HKs hoppfaglige plan med fokus på etablering av god treningskultur og gode holdninger i treningsarbeidet. For å oppnå gode prestasjoner er det viktig å trene mye med god kvalitet på treningene.

Å få til en god samhandling mellom utøvere, trenere og ledere er en god vei til suksess. Å snakke godt sammen er fundamentet i ethvert samspill. Den enkelte må stå frem med sine synspunkter, og vi må tørre å gi kritikk (positiv/negativ) direkte til hverandre.



Sentrale momenter i det videre arbeidet:

- Videreutvikle samarbeidet med Skiforeningen og utnyttelse av Holmenkollbakken
- Samarbeid med hopp- og kombinertkomiteen i Norges skiforbund
- Benytte kompetanse og treningsfasiliteter ved Norges idrettshøgskole og toppidrettssenteret
- Samarbeide med Wang toppidrettsgymnas i juniorsatsningen
- Videreutvikle Kollenhoppuka (èn hel uke med masse forskjellige aktiviteter og trening i ulike former for alle som er involvert i Kollenhopp)
- Videreutvikle Kollenhopp permen. Dette er en perm med nødvendig informasjon til alle som er involvert i Kollenhopp. I denne permen presenteres hele organisasjonen med adresselister. Videre er det samlingsplaner, treningsplaner, sportslig filosofi, kontrakter og instruksjer.

Helhetlig fokus.

I hoppfaglig plan fra Norges Skiforbund presenteres de krav og retningslinjer for utøvere fra 16 år og oppover. Det presenteres også hvilke konsekvenser det får for utøvere som ikke tilfredsstillter de ufravikelige krav som er satt. Dette er et godt og viktig fundament for satsningen for norske skihoppere og kombinertløpere.

Men det er samtidig viktig å være bevisst på at krav, retningslinjer og konsekvenser ikke må gå på bekostning av fokus på glede, godt miljø, engasjement, nysgjerrighet, frihet og selvstendighet. En utøver er ikke en robot, men et menneske som er fylt av følelser og sine iboende egenskaper. Vi er heldigvis veldig forskjellige, og således trenger vi ulik oppfølging for få ut prestasjoner i forhold til det vi har som iboende potensiale. I Kollenhopp ønsker vi således å dyrke et miljø som både tar vare på hele mennesket og samtidig utvikler gode utøvere.

Til vinteren vil det fra slutten av november til april gå slag i slag med nasjonale og internasjonale konkurranser/mesterskap både i hopp og kombinert. Vi tar sikte på å markere oss skikkelig på alle disse arenaene gjennom sesongen, både når det gjelder resultater og framferd. Alle må gi av seg selv slik at vi påvirker hverandre positivt. På denne måten kan alle bidra til at **KOLLENHOPP** tar enda nye steg fremover. Neste sesong.

Ken Roar Elverum er engasjert som daglig leder og sportslig leder som sammen med sportslig komite styrer den sportslige aktiviteten. Sportslig opplegg gjennomføres ut fra retningslinjer fra styret i Kollenhopp, samt i henhold til hoppfaglig plan utarbeidet av Norges Skiforbund.

