



NORGES FEKTEFORBUND

Sportslig plan 2.0 - Veien mot OL 2024-2028

Status på aktivitetene i regi av Norges Fekteforbund

- 01.07.2016 ansatte Norges Fekteforbund (NF) sportslig leder (SL) i 20 % stilling.
 - På den tiden hadde NF kun tre-fire forbundsaktiviteter i året, og mye av tiden var tiltenkt oppfølging av landslagsutøverne som på den tiden talte 8 fektere
- NF-styret ga høsten 2016 SL mandat til å utarbeide en sportslig plan, med tilhørende måte å anvende midlene på i regi av NF, for å skape økt vekst i både topp og ikke minst i bredden i yngre aldersgrupper
- De sportslige aktivitetene i regi av Fekteforbundet har økt betraktelig, og i 2020 har vi planlagt å gjennomføre:
 - 4 dommerkurs/eksamen 1. halvår 2020
 - 4 helgesamlinger i Fekteforbundets Trener 2-utdanning (NIFs Trenerløype)
 - 8 regionale samlinger, 3 jentesamlinger, 3 talentsamlinger, 4 nasjonale landslagssamlinger, 1 sommerleir for landslaget og 2 treningssamlinger for landslaget i utlandet
 - Gjennomføring av 4 stevner i Ungdomsserien, 2 NM og 4 norgescupsstevner i samarbeid med klubber
 - Igangsatt utviklingsarbeid med Olympiatoppen (OLT) for bedre oppfølging av landslaget og klubbtrenerne



Konsekvenser og resultater av økt forbundsaktivitet

- Aktivitetstallene viser en stor vekst på ca. 30 prosent fra 2016 til 2019
- Mens de individuelle internasjonale resultatene har stort sett vært fraværende, har de i spesielt de aldersbestemte lag stadig blitt bedre
- Stor økning i stevnedeltakelsen, spesielt i de yngre aldersklassene
- 91% økning av tilskuddene til utviklingstiltak i regi av NF over Post 3
 - 2016: 480 209,- til 2019: kr. 919 158,-
- Drift og administrasjonen av alle aktivitetene er tidkrevende
 - *SL er ansatt i 100 % stilling som lærer ved Wang, og makter ikke å følge opp alt som kreves av Fekteforbundet innenfor stillingsbrøken på 20 %*
 - *SL ønsker ikke å redusere stillingsbrøken på Wang for å øke stillingsbrøken i NF*
- NF har to alternative løsninger for å kunne sørge for full oppfølging av planlagte aktiviteter:
 - 1) *Ansette en ny SL med utvidet stillingsbrøk?*
 - 2) *Administrere de sportslige aktivitetene på en annen måte?*



Forbedret administrasjon uten å ansette ny SL

- Hvordan kan NF anvende aktivitetsmidlene på en måte som:
 - *Avlaster nåværende SL uten at arbeidsmengden går utover stillingsbrøken på 20%?*
 - *Forsterker den sportslige satsingen i tråd med målene og økte tilskudd?*
- I henhold til foreløpig 2020-budsjett ligger NF an til å bruke 150 000 kr i trenerhonorar i forbindelse med treningssamlinger og stevner.
 - *Det tilsvarer omtrent 30% stilling og innebærer at NF i dag har rundt 0,5 årsverk for «sportslige aktiviteter»*
- **Mulig ny organisering**
 - *Innleie/kjøp av trener- og reiselederkompetanse med dedikerte arbeidsoppgaver på mer permanent basis*
 - *Benytte ansatte klubbtrenerne for å slippe ansettelser i NF*



Mål og strategi

Hovedmål:

- ◆ Kvalifisere talentfulle og yngre norske fektere til OL 2024/2028
- ◆ Oppnå jevnlig toppl plasseringer i internasjonale stevner og vinne medaljer

Delmål:

- ◆ Legge til rette for at talentene tar steget videre inn på toppnivå som seniorer med internasjonale toppl plasseringer og medaljer
- ◆ Etablere en modell for profesjonell satsing på toppidrett for fremtiden som filtrerer ned til profesjonell satsing i klubbene



Nytt samarbeid med Olympiatoppen (OLT)

- NF inngikk et samarbeid med OLT i desember 2019 med et felles mål om OL-deltakelse i 2024
- Sammen med OLT vil NF nå analysere hvilke egenskaper som kreves for å bli best
- På bakgrunn av dette skal det utvikles et treningsopplegg med ulike øvelser, og et testopplegg for finne forbedringspotensialene og registrere fremgang
- Arbeidet skal gjøres i tett samarbeid med fektetrenerne i klubbene slik at opplegget også følges opp på klubbnivå i tillegg til treningssamlingene i regi av NF



Endring i strukturen av sportslige aktiviteter (forslag)



Forslag til nye treningsgrupper



- ◆ Landslagstrener
 - ◆ *Herrer U23/Junior (6-8 fektere)*
- ◆ Utviklingstrener
 - ◆ *Gutter Kadett/U15 (6-8 fektere)*
- ◆ Jentetrener (6-8 fektere)



Forslag til arbeidsoppgaver

Arbeidsoppgaver:

- 1. Ansvarlig trener på seks landslagssamlinger
 - *Fire nasjonale treningssamlinger på Campus Oslo*
 - *To internasjonale treningssamlinger etter eget ønske av landslagssjef*
- 2. Ansvarlig trener på seks uttakstevner og nordisk mesterskap
 - *Fire-fem uttakstevner*
 - *Nordisk mesterskap*
- 3. Ansvarlig trener på internasjonale mesterskap
 - *EM*
 - *VM*
- 4. Administrative oppgaver
 - *Foreslå trening- og konkurranseplaner iht. NFs vedtatte strategier og budsjetter som skal vedtas av TK*
 - *Sette opp realistiske målsetninger for gruppen både individuelt og lag som skal evalueres etter endt sesong*
 - *Følge opp landslag- og rekruttlandslagfektore utenom landslagssamlinger og stevner*



Ønsket treningskultur

- Mellom 630-840 treningstimer i året (dvs. to timer i gjennomsnitt per dag)
- Fektere som har en personlig motivasjon, mål og innsikt i hva som kreves for å bli en så god fekter som overhodet mulig
- Følger individuelle treningsplaner og fører treningsdagbok
- Befinner seg i et positivt utviklingsmiljø med gode trenerressurser som muliggjør satsing
- Driver med egentrening (fysisk, teknisk, skadeforebyggende etc.)



Ta i bruk Campus Oslo / Olympiatoppen



- NF får hvert år tildelt rundt 100 hotelldøgn på Olympiatoppen
- Målet er å arrangere fire-seks nasjonale treningssamlinger i året
 - *To treningssamlinger i samarbeid med Olympiatoppen og deres fagkonsulenter (august/januar). Alle grupper trener sammen!*
 - *Minst to utvidede treningssamlinger hvor hver treningsgruppe samles separat. Disse samlingene vil arrangeres andre steder.*



3 typer status i treningsgruppene



3 typer status i treningsgruppene

1 dag:

- ◆ Kun tre landslagsfektere nyter godt av Fekteforbundets reisestøtte
- ◆ Reisestøtten er noe foreldrene setter pris på, ikke fekterne
- ◆ Reisestøtten har økt de siste årene
- ◆ Dette utvikler ikke fekterne

Forslag:

Gi bedre økonomiske forutsetninger til en større treningsgruppe.

- ◆ Landslag
 - ◆ *Alle fektere som oppfyller Fekteforbundets resultatkrav får landslagsplass*
- ◆ Rekrutt
 - ◆ *Alle fektere som aspirerer til landslagsplass*
- ◆ Region
 - ◆ *Beste fekter(e) fra ulike regioner*



Økonomi - Landslag og rekruttlandslag (forslag)

Landslagsfektene får:

- Refundert fly- og hotellutgifter inntil 3000 kr for deltakelse på uttakstevner og nordisk mesterskap
- Dekket utgifter til deltakelse på fire landslagssamlinger i Norge
- Dekket utgifter til deltakelse på to landslagssamlinger i Utlandet mot en egenandel på 1000 kr

Rekruttlandslagsfektene får:

- Refundert fly- og hotellutgifter inntil 1500 kr for deltakelse på førstelaget til Norge på lagstevner
- Dekket utgifter til deltakelse på fire landslagssamlinger i Norge mot en egenandel på 500 kr
- Dekket utgifter til deltakelse på to landslagssamlinger i Utlandet mot en egenandel på 1000 kr

Regionale fektene får:

- Dekket utgifter til deltakelse på fire landslagssamlinger i Norge mot en egenandel på 500 kr

NF bidrar også med pliktdommer og reiseleder som får dekket alle sine reisekostnader.



Teknisk Komité (TK)

- Vedta NFs trenings- og konkurranseplaner iht. NFs vedtatte strategier og budsjetter.
- Vedta hvilke fektere som skal delta på treningssamlinger og de i andre sportslige aktiviteter i regi av Fekteforbundet.
- Vedta terminliste og ranking-stevner.
- Vedta uttak til landslag og deltakere på internasjonale mesterskap som skal motta reisestøtte fra NF.

Forslag:

- Opprette et trenerutvalg som tar over TK sitt mandat
 - *Hvem utvikler fektere? Trenere eller styret/TK?*
 - *Invitere flere klubbtrenere til samlinger*
 - *Årlig trenerseminar*
 - *Involvere kvalifiserte trener 1 og trener 2 i større grad enn tidligere*

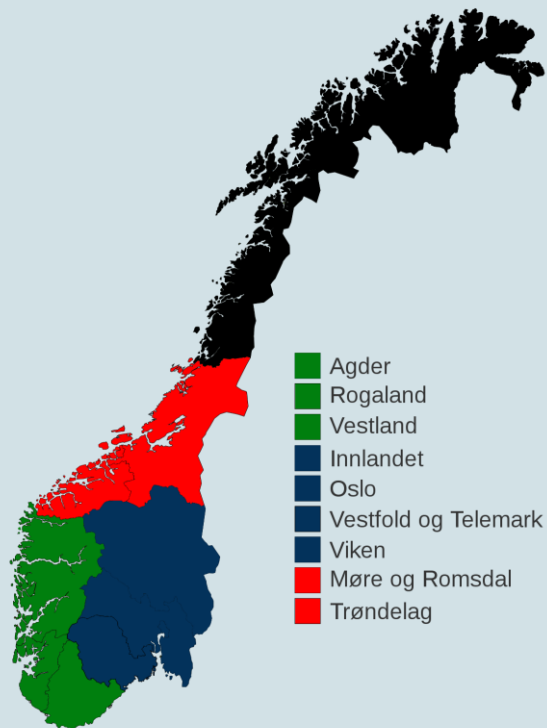


Forslag til fordeling av ansvarsområder

- Teknisk Komite
 - *Rådgivende organ innen fekteteknisk arbeid*
- Sportslig leder
 - *Ansvar for at sportslig plan gjennomføres i henhold til vedtatte planer*
 - *Ansvar for å utarbeide trenings- og konkurranseplaner i samarbeid med trenere*
 - *Ansvar for å utarbeide terminliste og ranking-stevner i samarbeid med trenere*
- Trenere for de ulike gruppene
 - *Ansvar i henhold til foreslått arbeidsbeskrivelse*
- Klubbtrenere
 - *Ansvar for å utarbeide individuelle treningsplaner til sine fektere og for den daglige utviklingen*



3 regioner (vest, øst og midt)



- Agder
- Rogaland
- Vestland
- Innlandet
- Oslo
- Vestfold og Telemark
- Viken
- Møre og Romsdal
- Trøndelag

Region vest (Agder, Rogaland og Vestland)

Region øst (Innlandet, Oslo, Vestfold og Telemark, og Viken)

Region midt (Møre og Romsdal, og Trøndelag)



Mål og strategi for økt regionalt fokus

Hovedmål:

- ◆ Lære ungdomsfekterne god treningskultur og inspirere dem til videre satsning
- ◆ Øke aktiviteten i aldersgruppen 13-19 år
 - ◆ *10 % flere deltakere på NC og NM*

Delmål:

- ◆ Kompetanseutvikling i de mindre klubbene med arrangering av stevner, dømming og trening av ungdommer



Region vest (Agder, Rogaland og Vestland)

- ◆ Ansvarlig leder:
- ◆ Klubber (4): **Stavanger FK, Bergens FK, Kristiansand Kårde FK** og BSI Fekting
- ◆ Avstander: Stavanger - Bergen (04:50)
- ◆ Kompetanseutvikling: stevneleder-, dommer- og trenerkurs
- ◆ Invitering av LL-fektere og sportslig leder til samlinger



Region øst (Innlandet, Oslo, Vestfold og Telemark, og Viken)

- ◆ Ansvarlig leder:
- ◆ Klubber (14): **Bygdø FK, Njård FK, Nesodden FK, Nøtterøy FK, Oslo FK, Titan FK, Sandefjord FK, Drammen FK, Fredrikstad FK, Bekkestua FK, Bærum FK**, OSI Fekting, Gjøvik FK og Affekt FK
- ◆ Avstander: Stor-Oslo (maks. 2 timer)
- ◆ Kompetanseutvikling: stevneleder-, dommer- og trenerkurs
- ◆ Invitering av LL-fektere og sportslig leder til samlinger



Region midt (Møre og Romsdal, og Trøndelag)

- ◆ Ansvarlig leder:
- ◆ Klubber (4): **Tordenskiold Trondheim FK**, **Kristiansund FK**, **Ålesund FK** og NTNUI Fekting
- ◆ Avstander: Ålesund - Molde (01:50), Molde - Kristiansund (01:10), Kristiansund - Trondheim (03:30)
- ◆ Kompetanseutvikling: stevneleder-, dommer- og trenerkurs
- ◆ Invitering av LL-fektere og sportslig leder til samlinger



Region sabel

- ◆ Ansvarlig leder:
- ◆ Klubber (3): **Kristiansand FK, Stavanger Sabel FK og Molde FK**
- ◆ Kompetanseutvikling: stevneleder-, dommer- og trenerkurs
- ◆ Invitering av LL-fektere og sportslig leder til samlinger



Regionale samlinger for barn og ungdom

- 4 regionale samlinger årlig i regionene Midt, Vest
- 2 regionale samlinger årlig i regionen Øst
- 4 samlinger årlig for regionen Sabel
- Åpent for alle fektere i regionen

Plan

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| • Lørdag I økt: 12:00 - 14:00 | Søndag I økt: 10:00 - 12:00 |
| • Lørdag II økt: 16:00 - 18:00 | Søndag II økt: 14:00 - 16:00 |
| • Sosialt - felles mat lørdag kveld | |

Økonomi

- NF bekoster salleie, trenerleie og felles mat lørdag kveld
- Fektere/klubb bekoster transport og hotellovernatting



Regionale konkurranser

- ◆ 4 regionale konkurranser årlig i region Øst (Ungdomsserien)
 - ◆ *Individuelle konkurranser for U11, U13, U15 og kadett*
 - ◆ *Arrangeres i hovedsak hos de mindre klubbene*

Stevnesystem:

- ◆ U11: To puljerunder til 5 støt. Den andre puljerunden nivådeles fekterne i finale A, finale B etc.
- ◆ U13: To puljerunder til 5 støt. De åtte beste fekterne feker semifinaler og finaler til 15 støt.
- ◆ U15: En puljerunde til 5 støt. Alle går videre til direkte eliminasjon.
- ◆ Kadett: En puljerunde til 5 støt. Alle går videre til direkte eliminasjon.



Trenerutdanning

1 dag:

- Trener 1-kurs og Trener 2-kurs annen hvert år
- 2019: 15 nye trener 1
- 2020: 9 nye trener 2
- 2021: Trener 1-kurs
- Kursansvarlig: Mariusz Piasecki

Forslag:

- Trener 1-kurs og Trener 2-kurs hvert eneste år
- Trener 1-kurs ledes av trenere som har bestått trener 2-kurs
- Obligatorisk med trenerkurs for alle klubbtrenere
- Årlig trenerseminar for alle med trener 2-kurs
- Trener 2-kurs ledes av Mariusz Piasecki



Status - sportslige del av Langtidsplan 2018-2024, tingvedtatt i 2018

Satsings-områder	Mål på kort og lang sikt	Tiltak
Sportslige resultater	• Delta med på OL 2024 • Stille med største tropp på Nordisk i Oslo i 2018 • Vinne gull på Nordisk i Oslo i 2018 (<i>Endret til Sandefjord i 2019</i>)	• Fem årlige åpne treningssamlinger i hver region • En årlig talentsamling for de yngste • En åpen nasjonale jentesamling hvert år • Fire nasjonale samlinger for de beste • Fire internasjonale samlinger for det utvidete landslaget
Dommer-utdanning	• Utdanne én ny FIE-dommer innen 2020 • Utdanne 10 regionale og 3 nasjonale dommere årlig	• 11 årlige kurs inkl. eksamen • Internasjonal dømming for FIE eksamen
Trener-utdanning	• Utdanne 3 nye trenere årlig gjennom trenerløypa • Alle klubbtrenerne har gjennomgått trenerkurs	• Tre kurshelger per år i forbindelse med samlinger • Involvere klubbtrenerne i gjennomføring av treningssamlinger

For å markere en «status innfor målene og tiltakene er de forsøkt markert med fargekoder:

- **Rødt betyr:** Ikke oppnådd/gjennomført
- **Oransje betyr:** Ikke fullt oppnåddhelt/delvis gjennomført
- **Grønt betyr:** Oppnådd/gjennomført



Hvorfor tror vi (GS/SL) på dette?

Fordeler:

- ◆ Beholde nåværende SL innenfor avtalt arbeidsmengde
- ◆ Større involvering av trenere/klubber
- ◆ Mer systematisk oppfølging
- ◆ Økt dedikasjon av coacher/sjefer
- ◆ Mer inspirerende for LL-utøverne
- ◆ Mer motiverende for rekrutteringsutøverne
- ◆ Mer klargjørende ansvarsforhold

Ulemper:

- ◆ Økte krav til oppfølging og gjennomføring



Rank	Points	Name	Country	Hand	Age
155	7.500	MALVIK Katherina	 NOR	R	20

Rank	Points	Name	Country	Hand	Age
303	2.000	MALVIK Katherina	 NOR	R	20

Rank	Points	Name	Country	Hand	Age
115	14.000	GEITUNG Tomas	 NOR	R	20
176	8.250	ALFHEIM Fabian	 NOR	R	21
227	6.000	STRAUMOY Truls	 NOR	L	19
232	5.500	DAHLBO Benjamin	 NOR	R	19
247	4.750	GROSSE Arthur	 NOR	R	19

Rank	Points	Name	Country	Hand	Age
106	12.500	GEITUNG Tomas	 NOR	R	20
181	7.250	STRAUMOY Truls	 NOR	L	19
272	3.500	DAHLBO Benjamin	 NOR	R	19
350	2.000	BROBAKKEN Marcus Vokes	 NOR	L	18
420	0.500	EEG Svend Markus	 NOR	R	19



NF styrets forslag til langtidsplan 2021-2024

Hvordan kommer vi oss dit?

4. Vi skal få de beste å bli enda bedre
 - a. Etablere en modell for profesjonell satsing på fremtidig toppidrett i alle ledd.
 - b. Legge til rette for at talentene tar steget videre inn på toppnivå med internasjonale topplasseringer og medaljer.
 - c. Oppnå jevnlig topplasseringer i internasjonale stevner og vinne medaljer, og kvalifisere talentfulle og yngre norske fektere til OL2024.

