



Skidting 2018-05-26

Skidting

Torsby 2018-05-26

Anteckningar och kommentarer med utgångspunkt i den powerpointpresentation som gick igenom under tinget och som skickas ut med detta protokoll.

- Genomgång av **Värmlands Alpinas (VA) verksamhetsbeskrivning och syfte**. Tingets uppfattning var att dessa behöver ses över och till viss del revideras. Alpina kommittén (AK) fick i uppgift att se över och göra eventuella tillägg/ändringar.
- Genomgång av **VA:s värderingar**. Tingets uppfattning var att dessa behöver ses över. AK fick i uppgift att göra detta. Önskemål om en version som är anpassad för de yngre aktiva framkom också, bland annat gällande ett tillägg om ”vårdat språk”. Malin Elfman fick i uppgift att tillsammans med ungdomsrepresentant ta fram ett förslag på en ungdomsanpassad version.
- Diskussioner uppkom gällande VA:s **Deltagaravtal**, vilket finns tillgängligt via hemsidan. Tingets uppfattning var att avtalet behöver ses över. Bland annat framkom önskemål om ett tillägg enligt jämställdhetsprincipen. AK tillsammans med Malin Elfman fick i uppgift att göra detta.
- Presentation av **VA:s arbetsuppgifter**.
- **Träningsuppdelning**
- Genomgång av **Vintern som gick 17/18**.
- **Säsongutvärdering**, där respektive grupp, U12, U14 och U16 kort redovisade en summering av den gångna säsongen.
- Snabbspolad genomgång av **utvecklingen 2006-2018**.
- **Ekonomi**
”Vi har ingen ekonomisk kris, så kan man säga”, konstaterade Annika H. Utöver det som framgår av bifogad Powerpoint framkom att VA:s ekonomi ser bra ut. Ingen sammanställning är i dagsläget gjord, men klart är att det kommer att bli ett positivt resultat. Mattias Aronsson tror att omsättningen från Svelandsfinalen landar på omkring 250 000 kronor och att utgifter som ska dras bort därifrån är cirka 50 000 kronor.
Tinget var överens om att inkomsterna från Svelandsfinalen skall gå tillbaka till VA:s verksamhet. Förslag på vad pengarna ska användas till har inkommit. AK fick i uppgift att se över och komma med konkreta förslag.
- **Ny tävling** Önskemål har framkommit om att ha fler tävlingar öppna för åkare som är äldre än 16 år men ej vill åka FIS/ENL. Enligt diskussionen finns det inget som hindrar att alla LVC-tävlingar även har en klass för 17+. Syftet med detta är att ge åkare möjlighet att vara kvar i verksamheterna åtminstone ett par år till.

Tinget var överens om att ställa sig bakom detta och därmed erbjuda dem som vill fortsätta att tävla en möjlighet att göra det på en rimlig nivå.

- **Sommarfys** med Niklas Lundgren kommer att genomföras för U14, U16 o FIS åkare. Träningarna kommer att äga rum i Våxnäshallen på söndagar. Den 1 juli, 7 juli, 22 juli, 29 juli o 5 augusti kl. 14:00-16:00. Träningen är enligt uppgift inriktad på explosivitet och snabbhet.

- Genomgång av upplägg med **träning, distriktstränare och förväntningar**.
"Alla kan inte vara tränare, men alla kan dra sitt strå till stacken och bidra med en insats. Därmed undviker vi förhoppningsvis att ett fåtal enskilda individer går på knäna på grund av alltför hög arbets- och ansvarsbelastning."

- Den alpina idrotten idag kräver betydligt mer av åkaren än den någonsin tidigare har gjort. Det är högre farter, större krafter och därmed också betydligt mer påfrestningar. Vi måste se till att ungdomarna är förberedda för detta – och det är ett långsiktigt arbete som tar tid.

Joachim Brånander berättade om Ironman, vilket är en modell, eller ett så kallat testbatteri, som norrmännen har utvecklat och använder sig av. Gymnasiet i Torsby har anammat samma upplägg och kör det med framgång.

Via nedanstående länkar finns mer information:

<https://www.skiforbundet.no/alpint/ironman/>

https://www.skiforbundet.no/contentassets/5e6a8dc665e44eb0a6d7c6bde48e1a7/ironmanprotokollver5_140813.pdf

- Joakim Gustafsson har också varit i kontakt med Oscar Larsson som tidigare arbetat med det alpina herrlandslaget. Oscar Larsson jobbar nu på www.imr.se tillsammans med bland andra Leffe Larsson, Olympiska Kommittén, Mats Sundin, och Mats Börjesson, Professor i Idrottsfysiologi. Förutom arbetet med att förbättra den svenska folkhälsan är de också specialiserade på tester och mätmetoder för tävlingsidrotten. Frågan ställdes om det finns ett intresse för att genomföra sådana tester?

Info från Oscar Larsson via Joakim:

Vad testerna ger:

- Åkarna får direkt efter avslutade tester en digital testrapport innehållandes förslag på övningar att jobba vidare med, cirka 15-17 stycken övningar.
- Som beställare får man också en avidentifierad rapport på klubbnivå och ålder där ni ser genomsnitt mm för respektive klubb i de olika testerna.

Genomförande:

- Tillgång till en gymnastikhall
- Testerna tar 2,5-3h per grupp. Kan köra flera grupper över dan. Ex. U12 förmiddag och U14/U16 eftermiddag.
- Första gången rekommenderas två dagar.
- Minst två träffar per år rekommenderas.
- Vid första tillfället dag 2 utbildas distriktets tränare på de olika övningarna

Kostnad:

- 250-350:-/testperson.
- 2000:- per ledare från IMR och dag plus resa och boende. 2 ledare behövs på 30 st ungdomar.

- **Utbildningar och övriga klubb-samarbeten.**
- De gemensamma **onsdagsträningarna i Sunne** fortsätter enligt tidigare år. Önskemål framkom om att ha ett rullande schema med fler bansättare för att få en ökad variation.
- Flera önskemål om en kurs i bansättning kom upp. Förhoppningen är att något sådant ska kunna arrangeras gemensamt i VA:s regi under kommande säsong.
- Diskussioner har förts att ha en utbildning/föreläsning om mentalträning för aktiva ungdomar respektive föräldrar. Johanna Rickan har pratat med Henrik Gustafsson som är en del av teamet i SOK och bland annat vinterolympiernas mentala coach. Henrik är doktor i idrottsvetenskap med inriktning på idrottspsykologi och även utbildad KBT-terapeut med fokus på elitidrott. Malin Elfman, Johanna Rickan och Nina Holm fick i uppgift att gå vidare med detta.
- **Österrike blir Juvass.**
Intresset för att resa till Österrike på träningsläger har minskat avsevärt. Från 120 deltagare till cirka 25 deltagare 2017. Därav blir det istället fler läger i Juvass på försäsongen 2018. Mer information om detta och samordning mellan grupperna kommer framgent.
- **Alpina tävlingar i Värmland.**
- Genomgång/revidering av **tränings- och tävlingskalendern.**
Valfjället vill arrangera LVC-finalen för U12. Tinget var överens om att det är ett bra upplägg. Därmed tar också Valfjället på sig att arrangera en SG-tävling. Den SG-tävling som tidigare år arrangerats av Karlstad i Sunnes anläggning blir ett gemensamt Värmlandsarrangemang. Karlstad kommer istället att arrangera en GS-tävling. Tinget enades om att, liksom tidigare, erbjuda Högheden samt Örebro att delta i lägerverksamhet samt LVC-kval.
- Genomgång av **bemannings/ansvarsroller VA och AK.** Se separat dokument.
- **Material.** Finns ett 50-tal käppar som måste lagas. Tinget enades om att detta ska ske gemensamt i samband med en barmarksträning. Det saknas en borrar som försvann i samband med Svelandsfinalen. Har någon fått med sig den av misstag?
- Gemensamma nya **jackor och västar** för VA har tagits fram.
- **Projekt unga slalomledare**
Unga ledare har varit med på ett av U12:s läger, vilket var mycket uppskattat. Filippa Melin och Emilia Carlsson har också ansvarat för en stor del av U12:s barmarksträning, vilket har fungerat väldigt bra. Även Grums har flera engagerade unga ledare. Diskussioner fördes om hur vi kan engagera fler unga att gå utbildning och medverka som ledare, inte minst för att på sätt också säkra kunskapsöverföring.



Skidting 2018-05-26

- **Projekt unga utan skidgymnasium**

Johan Stam ansvarar för detta. Positivt om fler kan tänka sig att vara engagerade och ”dra sitt strå till stacken”.

ÖVRIGT

- Annika Hofstedt kommer inte att, som tidigare säsonger, sköta all bokning av boende för samtliga åldersgrupper. Diskussion pågår om hur detta framgent ska skötas.

Vid pennan/
Johanna Rickan