

**Samarbeidsmiljø:**


<p><b>Langrenn</b></p>  <p>Andreas Fjorden Ree</p>   <p>Ane Appelvist Stenseth, Julie Myhre</p>   <p>Anne Kjersti Kalvå Marte Skaanes</p>   <p>Johannes Høsflo Klæbo, Even Northug</p>  <p>Emil Iversen</p>	<p>Langrennsesongen 21/22 ble avsluttet første helga i april med NM del II. Her gjorde trønderne et meget sterkt mesterskap og kapret mange medaljer. I teamsprinten for herrer ble Byåsen, med <b>Martin J. Buvarp</b> og <b>Johannes H. Klæbo</b> nr. 2, mens Strindheim, med <b>Håkon Skaanes</b> og <b>Even Northug</b>, ble nr. 3.</p> <p>Mesterskapet fortsatte med duathlon. <b>Kathrine R. Harsem</b>, IL Varden Meråker og <b>Team Elon Midt- Norge</b>, overrasket alle med å ta gullet. I herreklassen var <b>Ole Jørgen Bruvoll</b>, Lierne IL og <b>Team Elon Midt- Norge</b>, bare tideler fra medalje med sin fjerdeplass. <b>Andreas F. Ree</b>, Støren Sportsklubb og <b>Team Elon Midt- Norge</b>, ble nr. 10.</p> <p>Siste distanse var 5 og 10 km friteknikk. Der ble det storeslem i dameklassen, med gull til <b>Julie Myhre</b>, Byåsen IL og rekruttlandslaget. Sølv til <b>Kathrine Harsem</b>, og bronse til <b>Marte Skaanes</b>, Strindheim IL og rekruttlandslaget. I herreklassen tok <b>Johannes H. Klæbo</b>, Byåsen IL og elitelandslaget, bronzen, mens <b>Ole Jørgen Bruvoll</b> ble nr. 5.</p> <p>Sammenlagt i norgescupen ble <b>Marte Skaanes</b> nr. 1, <b>Julie Myhre</b> nr. 2, <b>Kathrine Harsem</b> nr. 4 og <b>Berit Mogstad</b>, Strindheim IL og <b>Team Elon Midt- Norge</b> nr. 6 i dameklassen. <b>Ole Jørgen Bruvoll</b> ble nr. 3 i herreklassen.</p> <p>Langrenn og de ulike landslagene er inne i en avkoblingsperiode nå, der det har blitt gjennomført sesongevaluering. Landslagene for senior er nylig tatt ut, og etter en sterk sesong ble flere trønderske løpere tatt ut (se bilder til venstre):</p> <p>Rekrutt: <b>Andreas Fjorden Ree</b>, Støren Sportsklubb          Elite damer: <b>Ane Appelvist Stenseth</b>, Grong IL, <b>Julie Myhre</b>, Byåsen IL, <b>Anne Kjersti Kalvå</b>, Lundamo IL og <b>Marte Skaanes</b>, Strindheim IL          Sprint herrer: <b>Johannes Høsflo Klæbo</b>, Byåsen IL og <b>Even Northug</b>, Strindheim IL          Distanse herrer: <b>Emil Iversen</b>, IL Varden Meråker og <b>Didrik Tønseth</b>, Byåsen IL.</p>
<p><b>Hopp</b></p> 	<p>Det har vært full 'aktiv avkobling' i perioden etter sesongslutt. Individuelle evalueringer er i ferd med å gjennomføres. Og det ventes i spenning på uttak av nye lag på alle nivå. Dette er nok ikke i klart før et godt stykke ut i mai, da det også er en spenning knyttet til landslagene. Som legger litt premissene for uttak på alle nivå.</p>


<p><b>Kombinert</b></p> 	<p><b>Evalueringer gjennomført i april</b></p> <p>Både landslaget for herrer og kvinner, og <b>Granåsen skiteam</b> har gjennomført evalueringer av sesongen 2021-22 i denne perioden. Alle evalueringer er fullførte i løpet av april. Samtidig har det vært svært gode skiforhold og det er gjennomført gode treninger i hele perioden.</p> <p>Sesongens viktigste og hardeste konkurranse er også gjennomført i april: Granåsen skiteam mesterskap. Årets vinner ble <b>Eidar Johan Strøm</b> etterfulgt av <b>Andreas Ottessen</b> og <b>Espen Benjaminsen</b>.</p>
<p><b>Paralympisk</b></p>	<p><b>Jo Kebriel Nor</b> (svømming) har deltatt i World Series i Berlin hvor han ble internasjonalt klassifisert og kom hjem med en sølvmedalje.</p> <p><b>Anita Johnsen</b> (dressur-ridning) vant i begge para-klasser på nasjonalt elitestevne på Epona Ryttersenter.</p> <p><b>Andrea Hjellegjerdet</b> (golf) drar til Deaflympics som arrangeres 1. mai – 15. mai i Caxias do Sul, Brasil.</p> <p>Paraidrettssenteret i Trøndelag (PIT) har hatt flere grupper med studenter fra Bevegelsesvitenskap, Ergoterapi og Vernepleie på NTNU innom for å teste ut ulike idretter, noe som er viktig for fremtidig kompetanseheving innen para-idretten.</p>
<p><b>Byåsen håndball</b></p> 	<p>Sesongen fikk en voldsom vending på slutten. Det skjedde veldig mye på noen uker. Etter at hovedtrener <b>Atle Oliver Johansen</b> ikke fikk fortsette, ble <b>Valery Putans</b> hovedansvarlig ut sesongen, med <b>Kari Aalvik Grimsbø</b> som opprykket assistent. Dette har foregått med bra ro i og rundt laget. En god honnør til alle som var involvert, både før og etter! Laget var i en meget utsatt situasjon, der de resterende kampene kunne avgjøre alt fra å måtte spille en meget krevende kvalik, til å få være med i sluttspill. Laget klarte det siste! Sluttspill plass hang ganske høyt i løpet av sesongen slik den har artet seg. En meget etterlengtet opptur og god prestasjon! Når så Molde ble slått i 4. ekstraomgang i første kamp sluttspill, så ønsker vi virkelig lykke til i avslutningen!</p>
<p><b>Kolstad håndball</b></p>  <p>Foto: TITT Melhuus</p>	<p>Alt lå til rette for en festaften i siste seriekamp når Bækkelaget var gjester i Kolstad Arena 9. april. Bronsemedaljen var innen rekkevidde om <b>Kolstad</b> gutta gjorde sin del av jobben. Men slik skulle det ikke gå, Bækkelaget måtte vinne for å sikre plassen i eliteserien neste sesong og det klarte de. Dermed ble det 4. plass på <b>Kolstad</b> i årets REMA 1000 liga. I sluttspillet var Nærbø motstander i kvartfinalen, de var best i begge kampene og vant med god margin. Dermed er årets sesong over for <b>Kolstad</b> og oppsummering med evaluering av både utøvergruppen og støtteapparatet er det som har stått på agendaen siste uken. Laget går nå inn i en vedlikeholdsperiode treningsmessig med fokus på fysisk trening fram til en sommerferie legges inn.</p>

<p><b>Rosenborg</b></p>  <p>Foto: <a href="https://rbk-kvinner.no">https://rbk-kvinner.no</a></p>	<p>Kampprogrammet er tett i Toppserien der <b>RBK</b> hadde prestert godt med seier i alle kampene så langt unntatt mot Brann der det ble tap 2-1 i Bergen. Det var derfor overraskende at Lyn klarte å ta med seg alle 3 poengene i nest siste seriekamp på Koteng Arena. Laget ligger nå på 3. plass i serien med Brann og Vålerenga 3 poeng foran.</p> <p><b>RBK</b> herrer og damer er nå fusjonert etter at dette ble vedtatt på klubbens årsmøte i slutten av april.</p> <p>Med tett kampprogram og stor belastning så er restitusjon noe <b>RBK</b> har fokus på. I samarbeid med <b>OLTMN</b> er det startet et restitusjonsprosjekt som det blir interessant å følge med effekten av i tiden som kommer.</p>
<p><b>Alpint</b></p> 	<p>I 2012 utfordret <b>OLTMN's Elling Finnanger</b> alpinlinja på Oppdal VGS på strategiarbeid og omdømmebygging. Målet som ble satt var at Oppdal VGS skulle levere 10 landslagsløpere innen 10 år. Målet ble nådd etter at landslagsuttakene for neste sesong er på plass. 10 av 31 landslagsutøvere har gått alpinlinja på Oppdal. Utøverne er: <b>Ragnhild Mowinckel, Thea Stjernesund, Mariel Kufaa, Bianca Westhoff Bakke, Timon Haugan, Alexander Steen Olsen, Markus Nordgaard Fossland, Eirik Hystad Solberg, Christian Oliveira Søvik</b> og <b>Fredrik Møller</b> (som nå i vår tok Oppdals første NM gull i fartsdisiplinene på 41 år). <a href="#">Les mer her</a>.</p> <p>Nå venter evaluering av sesongen som fasiliteres av <b>OLTMN</b>.</p>
<p><b>Curling</b></p> 	<p>Utøverne fra <b>Oppdal Curling Elite</b> har vært ute på den internasjonale arenaen hvor de har stått for sterke prestasjoner i Mixed double gjennom at <b>Magnus</b> og <b>Maia Ramsfjell</b> (søsken) ble nr. 4 i VM, samt at <b>Eskil Eriksen</b> og <b>Nora Østgård</b> ble nr. 2 i Europas største turnering for juniorer. NJCT Mixed Doubles ble arrangert i Jønkøping med deltagelse fra de største curlingnasjonene i Europa samt lag fra Canada.</p> <p>I VM senior ble <b>Team Ramsfjell</b> nr. 10.          I NM junior fikk lagene fra <b>Oppdal Curling Elite</b> 2., 3. og 4. plass.</p> <p>Det er gjennomført evalueringer kombinert med teamprosesser i regi av <b>OLTMN</b> for utøverne på spissa toppidrett på Oppdal VGS.</p> <p>Damelaget <b>Team Mesloe</b> skal representere Norge i junior VM senere denne måneden, 3 av de 4 på laget går på Oppdal VGS.</p>




<p><b>Den olympiske og paralympiske løypa</b></p> <p>Utøverne i prosjektet:  <b>Hedda Hynne</b> friidrett 800 m  <b>Ingar Kiplesund</b> friidrett lengde  <b>Thale Bremseth</b> friidrett lengde  <b>Mia Guldteig Lien</b> friidrett lengde  <b>Mathias Vanem Aas</b> friidrett langdistanse  <b>Bastian Einan Aurstad</b> friidrett 400 m  <b>Sunniva Hofstad</b> boksing  <b>Sebastian Schjerve</b> freeski  <b>Bjørn Magnussen</b> skøyter  <b>Odin By Farstad</b> skøyter  <b>Ane Farstad</b> skøyter  <b>Kaja Hansen</b> taekwondo  <b>Mari Nilsen</b> taekwondo  <b>Julie Ramsey</b> taekwondo  <b>Peder Eri</b> bordtennis para  <b>Solveig Løvseth</b> triatlon  <b>Anne Dorthe Ysland</b> sykling  <b>Martin Frøseth</b> bordtennis  <b>Mats Hofstad</b> vektløfting</p>	<p>Resultater - samlinger:</p> <p><b>Sunniva Hofstad</b> ble Europamester jr. igjen! Denne gangen uten å måtte bokse finalen! Motstander 'lot være' å stille, av erfaring fra en drøy måned tidligere. Da fikk hun såpass bank av <b>Sunniva</b>, at gjentakelse ikke smakte. Dette er også <b>Sunnivas</b> største utfordring ut året, før hun går over i senior. Det er ingen i Europa som vil/tør stille i kamp mot henne. Hun har ikke lov å bokse kamp mot senior, så det må bli sparring mot gode nok seniorer. Den finnes et par i Norden, men det er visst veldig vanskelig å få dem til å stille i sparring. Frem til VM jr. i november, blir fokus å få til mange nok sparringer mot gode nok motstandere!</p> <p><b>Martin Frøseth</b> bordtennis: NM: 1. plass U 18 singel, 2. plass U 18 og U 23 dobbel, 3. plass U 23 singel.</p> <p><b>Sebastian Schjerve</b> freeski: Norsk mester slopestyle og bigair.</p> <p><b>Anne Dorthe Ysland</b> sykling: Er tilbake i konkurranse etter velt i mars som førte til hjernerystelse. Har bygd seg gradvis opp, egne resultater har ikke vært fokus i denne perioden, jobb for laget har vært prioritert.</p> <p><b>Solveig Løvseth</b> triatlon: Har vært på lang høydesamling med landslaget der treningen har gått etter planen.</p>
---	---

## FOU:

<p><b>Senter for Toppidrettsforskning</b></p> <p> <b>NTNU</b> Senter for toppidrettsforskning</p>	<p>Det første studiet i FENDURA prosjektet er nå publisert. PhD student Tina Engseth som blant andre har <b>Øyvind Sandbakk</b> som veileder har publisert studien "<i>Prevalence and Self-Perceived Experiences With the Use of Hormonal Contraceptives Among Competitive Female Cross-Country Skiers and Biathletes in Norway: The FENDURA Project.</i>" <b>Dionne Noordhof</b> og <b>Guro Strøm Solli</b> er også medforfattere i studien. Studien undersøker prevalens og opplevelse av å bruke hormonell prevensjon hos langrennsløpere og skiskyttere på ulike prestasjonsnivå, og <a href="#">kan leses i sin helhet her</a>.</p> <p>Som siste artikkel i sin doktorgrad ved Nord Universitetet har Per-Øyvind Torvik publisert studiet "<i>A Comparison of Double Poling Physiology and Kinematics Between Long-Distance and All-Round Cross-Country Skiers</i>". Her er <b>Øyvind Sandbakk</b>, Roland van den Tillaar, <b>Rune Kjøsén Talsnes</b> og <b>Jørgen Danielsen</b> medforfattere. Studiet som sammenligner staketeknikk og stake-kapasitet hos distanseløpere og spesialtrente langløpere <a href="#">kan leses her</a>.</p>
--	--

<p><b>Senter for Toppidrettsforskning</b></p>  <p><b>NTNU</b>          Senter for          toppidrettsforskning</p>	<p>Tidligere PhD student ved SenTIF Nicki Almquist, har sammen med <b>Øyvind Sandbakk</b> og <b>Guro Strøm Solli</b> undersøkt hvilke fysiologiske og hematologiske endringer som skjer hos en kvinnelig syklist under graviditet og etter fødsel. Studien <i>“Performance-related physiological and haematological changes during pregnancy and postpartum in a well-trained cyclist performing endurance training”</i> <a href="#">kan leses her</a>.</p>
--	---

**Diverse:**

<p><b>Topptrener studiet</b></p>  <p><b>Topptrener 2</b>          NTNU og          Olympiatoppens          topptrenerutdanning          60 studiepoeng</p>  <p>Nytt kull på TOPPTRENER utdanningen i Trondheim starter høsten 2022 med søknadsfrist 15. mai. <a href="#">Les mer om opptakskrav, søknad, de enkelte kursene og samlingene her</a></p>	<p>Siste samling på kull 11 på Topptrener studiet ble gjennomført 26. og 27. april. På samlingen presenterte trenerne sine prosjektoppgaver. Formålet med presentasjonene var å formidle prosjektarbeidet som har pågått og pågår dette semesteret. I presentasjonen skulle trenerne formidle følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hva du har skrevet om og hvorfor dette er relevant for din praksis som trener?</li> <li>- Hvordan du har gått frem for å oppnå dine resultater/funn? Beskriv kort hvilken metode du har benyttet.</li> <li>- Presentere dine resultater og hvilken betydning disse resultatene har?</li> <li>- Eventuell konklusjon</li> </ul> <p>Det ble presentert mange gode og interessante prosjekter. Nå gjenstår bare å ferdigstille hele oppgaven for innlevering i slutten av mai.</p> <p>Minner om at nytt kull på TOPPTRENER utdanningen i Trondheim starter høsten 2022 med søknadsfrist 15. mai. <a href="#">Les mer om opptakskrav, søknad, de enkelte kursene og samlingene her</a></p>
<p><b>Babyboom i Olympiatoppen Midt-Norge i 2022</b></p> 	<p>Andre mann ut ble vår fagkonsulent innen testing og skøyter, <b>Knut Skovereng</b>. Han ble far til lille Anna 26. april. Gratulerer så mye <b>Knut</b>.</p>