





Samarbeidsmiljø:

<p>Langrenn</p>  <p>Even Northug. Foto: Norges Skiforbund</p>  <p>Marte Skaanes. Foto: Norges Skiforbund</p>	<p>NM del II, Tolga Skisesongen 2023 ble avsluttet med NM. Her var det flere gode trønderske resultater:</p> <p>5 km klassisk: Damer senior: Norgesmester Marte Skaanes, Strindheim IL og elitelaget, 5. plass Berit Mogstad, Strindheim IL og Team Elon Midt-Norge, sølv U23-klassen Thale Bruheim Breiding, Henning Skilag og Team Midt-Norge. Damer junior: gull Marie W. Benum, Byåsen IL og Heimdal vgs., bronse Petronella Haram, Strindheim IL og Heimdal vgs.</p> <p>10 km klassisk: Herrer senior: gull Johannes Høsflot Klæbo, Byåsen IL og elitelaget, 10. plass Håkon Skaanes, Strindheim IL og Team Elon Midt-Norge.</p> <p>30 km klassisk damer senior: Bronse Marte Skaanes, 4. plass Berit Mogstad</p> <p>50 km klassisk herrer senior: 7. plass Vegard Sivertsgård, Tydal IL og Team Midt-Norge, 9. plass Andreas Fjorden Ree, Støren Sportsklubb og rekruttlandslaget</p> <p>Evaluering/planlegging April er evaluerings- og planleggings- periode for langrenn for alle lag. Årets sesong har blitt evaluert, og planleggingen for sesongen 2023-24 er startet. Olympiatoppen Midt-Norge har blant annet fasilitert team-evaluering for Team Elon Midt-Norge.</p> <p>Landslagsuttak: Elitelagene og rekruttlandslaget for kommende sesong er tatt ut. Følgende trøndere er med: Herrer sprint elite: Even Northug, Strindheim IL Herrer elite distanse: Didrik Tønseth, Byåsen IL Damer elite: Anne Kjersti Kalvå, Lundamo IL, Marte Skaanes, Strindheim IL, Julie Myhre, Byåsen IL, Ane Appelkvist Stenseth, Grong IL. Rekruttlandslaget: Andreas Fjorden Ree, Støren Sportsklubb</p>
<p>Hopp</p> 	<p>Sesongevalueringen er ikke ferdig i skrivende stund. Hverken laguttak eller trenerkabal er offisielle enda. Det er fullt trøkk på trening for de som har noe å 'hevne' fra sist sesong, mens litt mer aktiv hvile på dem som hadde gode og noenlunde måloppnåelse.</p>




<p>Paralympisk</p>	<p>Para prosjekt Det er i april opprettet og gjennomført møter i para forsknings- og utviklingsnettverket. I nettverket sitter det fagpersoner fra NIF, OLT, forskningsinstitutt og rehabiliteringssentre. Dette blir et viktig nettverk med tanke på samarbeid på tvers av praksis og forskning, samle gode ideer, og iverksette felles prosjekt som skal kunne bidra til å utvikle idretten.</p> <p>Paradag og lunsjtreff Det ble i april gjennomført paradag med tema og lunsj. Dette er noe vi gjør månedlig for å samle trenere, utøvere og fagpersoner og ta opp både formelle og uformelle temaer og dele erfaringer innen paraidretten.</p> <p>Paraidrettssenteret I april har paraidrettssenteret gjennomført en felles dag sammen med Norsk fysioterapiforbund. Dette for å øke kompetansen på paraidrett og aktivitetshjelpemidler for fysioterapeuter.</p> <p>Curling Curlinglaget har vært i VM og fikk en 7. plass. Det er gjort en oppsummering og nå starter også evalueringsarbeidet og planlegging for ny sesong, og arbeidet mot målet om medalje i neste PL. Det er flere unge utøvere på laget som har tatt steg. Utøver Geir Arne Skogstad avsluttet med sin beste kamp på tampen av sesongen. Mia Sveberg er i slutten av april innstilt som styremedlem i Norges idrettsforbund.</p> <p>Svømming Jo Kebriel Nor gjennomførte Bergen Swim festival hvor han fikk svært gode resultater. Der fikk han to gull, to sølv og var kun to tideler fra norsk rekord på 200 fri langbane.</p> <p>Klatring Casper Andre Rønning fikk i april Sparebanken 1, SMN, sitt talentstipend. Casper har som mål å etablere seg i verdenstoppen innen klatring og er en del av satsingsgruppa til Trondheim klatreklubb med Grant Harrison som trener.</p>
<p>Byåsen håndball</p>  <p>BYÅSEN HÅNDBALL ELITE</p>	<p>Sesongen er ferdig. Byåsen er fornøyd med å nå finaleturneringa i NM og sluttspillet i serien. Evaluering er i full gang, både internt og i forhold til organisering og ny sesong. Spillere forsvinner og nye kommer til. Venter i spenning på hva som blir bestemt.</p>

<p>Kolstad håndball</p>  <p>Foto: Robert Magnussen https://kolstad-handball.no</p>	<p>Første runde i sluttspillet endte med to strake seire over Halden noe som betyr at Runar blir motstander i semifinalen der Kolstad har hjemmebanefordel i det første oppgjøret.</p> <p>De faste landslagsspillerne Torbjørn Bergerud, Magnus Gullerud og Vetle Eck Haga har vært med å sikre EM sluttspill for Norge etter solide seire over Finland og Slovakia. I landslagsperioden har de hjemmeværende trent godt slik at laget skal være best mulig rustet til resten av sluttspillet der muligheten til Champions League spill allerede neste sesong er det store målet. For å klare det må laget vinne sluttspillet og ta sesongens tredje tittel.</p>
<p>Rosenborg kvinner</p> 	<p>Etter seier i de fire første seriekampene kom Lillestrøm på besøk på Koteng Arena i 5. serierunde. Der viste Lillestrøm seg som det meste effektive laget og kunne dra hjemover med 1-0 seier og 3 poeng i bagasjen. Trener Steinar Lein og hans mannskap tok tak i det som ikke fungerte og var i neste serierunde tilbake i sin normale utgave når Lyn ble slått 3-0. På tabelltoppen troner nå Vålerenga kun 1 poeng før RBKK før en hektisk kampuke der nettopp Vålerenga er en av motstanderne. Det blir et meget viktig oppgjør med tanke på at disse to lagene har fått en liten luke til de andre lagene så langt.</p>
<p>Alpint</p> 	<p>April har vært en god treningsmåned med mange «basisøkter» på gode snøforhold på Oppdal. Dette er en periode hvor trenerne får jobbet godt teknisk med utøverne noe som er en utfordring i sesongen som består av mange skirenn og stor reisevirksomhet.</p> <p>Perioden brukes også til evaluering av både utøvere og trenere. Oppdal Alpin Elite-Oppdal VGS alpinlinja ønsker å være et «hestehode» foran sine konkurrenter, mye av grunnlaget for å klare det skjer i denne perioden gjennom gode prosesser på evaluering og planlegging.</p>
<p>Curling</p> 	<p>Team Ramsfjell var Norges lag under årets VM. Og de så ut til å gå mot det helt store etter meget godt spill i de innledende rundene. Dessverre så klarte de ikke å holde like god kvalitet når de kom inn i sluttspillet slik at det endte med en 5. plass etter at Italia ble for sterke i kvartfinalen. Uansett så var dette det beste Team Ramsfjell har gjort i VM sammenheng og de vil nå satse maksimalt fram mot OL i 2026.</p> <p>For juniorutøverne på Oppdal Curling Elite – Oppdal VGS curlinglinja brukes denne perioden til evaluering og planlegging.</p>

<p>Den olympiske og paralympiske løypa</p> <p>Utøverne i prosjektet: Hedda Hynne friidrett 800 m Ingar Kiplesund friidrett lengde Thale Bremseth friidrett lengde Mia Guldteig Lien friidrett lengde Bastian Elnan Aurstad friidrett 400m Sigurd Tveit friidrett 800 m Ingeborg Østgård friidrett 800m Sunniva Hofstad boksing Sebastian Schjerve freeski Bjørn Magnussen skøyter Odin By Farstad skøyter Kaja Hansen taekwondo Mari Nilsen taekwondo Solveig Løvseth triatlon Anne Dorthe Ysland sykling Martin Frøseth bordtennis</p>	<p>Resultater i perioden: Ingar Kiplesund (friidrett lengde) har virkelig hatt god planke i starten av sesongen. Etter å ha hoppet 7,97 m (2. plass) i sesongåpningen i Pretoria, vant han neste konkurranse i Johannesburg med 7,72 m under vanskelige vindforhold. I sesongens tredje konkurranse i Botswana klinket han til med ny norsk rekord og 2. plass i stevnet med 8,21 m.</p> <p>Martin Frøseth (bordtennis) vant klasse 16 år i Sweden Tour Sporvegsspelen.</p> <p>Kaja Hansen (taekwondo) er tilbake etter et langt skadeavbrekk, hun vant første kamp i European Games Qualification, men det ble tap mot Frankrike i kvartfinalen. I European Club Championships vant hun første kamp, men tapte andre kamp mot Polen.</p> <p>Sunniva Hofstad (boksing) har vært igjennom flere kamper og sparring, etter at det ikke ble VM p.g.a. 'politisk' avgjørelse. Hun har bl.a. bokset mot regjerende verdensmester i Canada. Hun har fått kamper dømt mot seg, men er ved godt mot, fordi det har også vært god læring og fremgang underveis. Litt sykdom har ført til at treningsprosessen blir intensivert fremover mot European-games i juni.</p>
--	--

FOU:

<p>Senter for Toppidrettsforskning</p> <p> NTNU Senter for toppidrettsforskning</p>	<p>Toppidrettsutøvere kan også bidra til kunnskap som hjelper pasienter. Knut Skovereng og Øyvind Sandbakk har bidratt til en studie i samarbeid med hjerteforskningsgruppa CERG der hjertet til toppidrettsutøvere og hjertesviktpasienter ble sammenlignet, med mål om å utvikle nye metoder for å identifisere forskjeller mellom et godt trent hjerte og et patologisk hjerte. Studien ble nylig publisert og fikk også stor oppmerksomhet av redaktøren for denne anerkjente journalen. Studiet har tittelen: <i>"Indexing cardiac volumes for peak oxygen uptake to improve differentiation of physiological and pathological remodeling: from elite athletes to heart failure patients"</i> og kan leses i sin helhet her.</p> <p>I et samarbeid mellom SenTIF og Universitet i Paderborn har Daniel Büchel gjennomført sin PhD med temaet <i>"The assessment of acute exercise-induced changes in resting state brain networks applying EEG-based graph theory"</i>. Her var Øyvind Sandbakk biveileder.</p>
---	--

**Diverse:****Topptrener studiet**

Foto: Trine Løkke



Foto: Trine Løkke

Tredje og siste samling på kurs 2, Treningsplanlegging, på Topptrener studiet kull 12 ble gjennomført 25. – 27. april. Tema på samlingen var:

- *Newtons lover sett i forhold til en idrett*
- *Teknikkanalyse i kickboxing*
- *Taktisk trening i håndball*
- *Sport aerodynamikk: fra forskning til praksis*
- *Løpsstrategi - mot OL i Beijing*
- *Motorikk- og ferdighetsutvikling*
- *Hvordan koble den mentale og tekniske treningen i skytetrening*
- *Teknisk og taktisk trening i bordtennis*
- *Systematisk tilnærming til teknikktraining*

[Les mer om Topptrener studiet her.](#)