

**Samarbeidsmiljø:**

**Kombinert**



**Trippel seier i Seefeld for Graabak 27. – 30. januar**

**Jørgen** startet med 11. plass, 3. plass og 1. plass i finalen. Både hoppingen og langrennsformen er på det beste så langt i sesongen. **Andreas Skoglund** ble nr. 18 på sitt beste løp og **Espen Bjørnstad** ble nr. 27 sammenlagt. **Jørgen** og **Espen** reiser da til OL.

**Gyda med 6 strake World cup seire**

**Gyda W. Hansen** fortsetter å vinne og er ubeseiret i sesongen 2021-22 da hun vant sin sjette strake seier i Val Di Fiemme 8. januar. **Mari Leinan Lund** og **Marte Leinan Lund** fulgte opp med 5. og 6. plass.

**Historisk seier i mixed team stafett i Val Di Fiemme 7. januar**

Norge seiret i første mixed team stafett som noen gang er avholdt i kombinert. Tre av fire utøvere på laget var fra **Granåsen skiteam**: **Gyda W Hansen**, **Mari Leinan Lund** og **Jørgen Graabak**. Norge vant konkurransen 10 sekunder foran Østerrike.

**Graabak nærmer seg storform**

**Jørgen Graabak** viser stigende form i OL sesongen. Han ble nr. 4 og 8 i Val Di Fiemme 7. – 9. januar, og nr. 9 og 4 i Klingenthal 15. og 16. januar. **Andreas Skoglund** deltok også i Klingenthal og ble nr. 17, med nest beste langrennstid. **Andreas** har slitt med skade i hele sommer og høst sesongen, så dette er meget bra resultater for **Andreas** sin del. **Espen Bjørnstad** stod over World cup i Klingenthal, men deltok helga etter i COC i Klingenthal hvor han var best i alle hopprenn. Han stod over langrennene på grunn av en forkjølelse.

**Andreas Skoglund med gode resultater i COC i Klingenthal 21.-23. januar**



**Andreas** viste sterk hopping og gode langrenn i COC konkurransene i Klingenthal. **Andreas** fikk 2 andreplasser. **Lars Ivar Skårset** er også i god formstigning og ble nr. 5, nr. 5 og nr. 4.

**Norges cup Midtstua 22. og 23. januar**


**Emil Vilhelmsen** ble nr. 1 og 2 i NC A og **Eidar Johan Strøm** ble nr. 3 og 2. **Andreas Ottesen** ble nr. 2 og 3. **Trym Brandsegg-Lein** ble nr. 5 og viser stigende form etter lang sykdomsperiode. **Thea Øihaugen** ble nr. 3 og 4, og **Oda Leiråmo** ble nr. 4 og 5.

**Gyda suveren vinner Norges cup Lillehammer 30. januar**

**Gyda** vant Norges cup på Lillehammer klart foran **Ida Hagen** og **Marte L. Lund** ble nr. 3.

<p><b>Kombinert</b></p>	<p><b>Videre konkurranser</b>                  Nå venter NM for juniorene, OL for de beste mannlige seniorene, COC for de nest beste seniorene, og COC og World cup for de beste kvinnene.</p>
<p><b>Langrenn</b></p>  <p>Marte Skaanes. Foto: Eir-J. Bue</p>	<p>Etter Tour de Ski har det ikke vært WC- konkurranser i langrenn. OL-utøverne har ladet opp til OL, mens øvrige norgeselite har konkurrert i skandinavisk cup i Falun og norgescup på Vind, Gjøvik.</p> <p>I Falun gikk herrene 15 km skøyting. Her kom <b>Andreas Fjorden Ree</b>, Støren og <b>Team Elon Midt-Norge</b> på en flott andreplass. Det samme klarte <b>Marte Skaanes</b>, Strindheim og landslag rekrutt.</p> <p>Under norgescupen i Vind sist helg fikk <b>Hanne W. Rofstad</b>, Byåsen og <b>Team Elon Midt-Norge</b>, en opptur på sprint skøyting NC med andreplass i U23. <b>Even Northug</b> tok tredjeplassen og <b>Pål Trøan Aune</b> fjerdeplassen i herreklassen. I distanseløpene for damer gjorde <b>Marte Skaanes</b> rent bord og vant både 10 klassisk og 15 km fellesstart skøyting. På 10 klassisk ble <b>Berit Mogstad</b>, Strindheim og <b>Team Elon Midt-Norge</b>, nr. 4. På 22 km fellesstart i herreklassen ble <b>Andreas Fjorden Ree</b> nr. 2 i U23- klassen.</p> <p>Vi ønsker de trønderske langrennsløperne <b>Emil Iversen</b> og <b>Johannes Høsflot Klæbo</b> lykke til i OL! <b>Anne Kjersti Kalvå</b> var tatt ut til OL- troppen, men fikk dessverre covid 19 under høydesamlingen før OL. Ragnhild Haga er reserve og kom inn i troppen for <b>Anne Kjersti</b>.</p>
<p><b>Hopp</b></p> 	<p>Mye energi og tid går med til å oppsøke hoppanlegg. NM i Kollen ble en bra opptur for <b>Trønderhopp</b>. 50 % av finalefeltet, og både <b>Bendik Jakobsen Heggli</b> og <b>Iver Olaussen</b> hoppet seg til COC representasjon. Det gikk i Innsbruck, der <b>Bendik</b> avsluttet som beste norske, og 3. best i siste omgang. Det gir flere muligheter i siste del av sesongen.</p> <p>Savnet av eget anlegg ble såpass prekært i følelse for <b>Iver</b>, at han tok noen dager på eget initiativ i Kollen i uka før NM. Det er et hardt signal på det kommende året frem til nytt anlegg står klart i Granåsen blir utfordrende på flere måter.</p>
<p><b>Paralympisk</b></p>	<p><b>VM i snøsport</b>                  I januar var Lillehammer og Norge vertsnasjon for tidenes første VM i snøsport (alpint, langrenn, skiskyting, og snowboard) for parautøvere. Her deltok 420 utøvere fra 45 land. Det ble til sammen 9 medaljer på nordmennene, og et suksessfylt mesterskap for Parasporten.</p> <p><b>Kjartan Haugen</b> (LW4) var med på stafettlaget, da Norge tok bronsemedalje på VM-stafetten i langrenn. <b>Birgit Skarstein</b> fikk 4. plass som beste plassering på mellomdistansen og er dermed tatt ut til Paralympics i mars. Hun fikk 7. plass på 15 km, og 9. plass på sprinten. <b>Nils Erik Ulset</b> fikk 12. plass på sprinten i skiskyting, 11. plass på 12,5 km, og 9. plass på 10 km. Han er klar for Paralympics. Nå venter siste forberedelser, med finjustering av skyting og topping av form før Paralympics i mars.</p>

<p><b>Byåsen håndball</b></p> 	<p>Etter endelig å komme i gang med kamper, etter mesterskapspause, har de som er kommet tilbake etter skade virkelig vist sitt potensiale. Første kamp ble skuffende tap. Årsak; de skadde får ikke spille fulle kamper enda. Neste kamp fikk dem spilt litt mer, og i mer strategisk deler av kampen, og det blir en positivt overraskende seier. Så setter corona stopper for nok en mulig seier, da motstander ikke kan stille lag. Men det er lys i tunnelen nå, av flere enn økonomiske årsaker.</p>
<p><b>Kolstad håndball</b></p>  <p>Foto: TITT Melhuus</p>	<p><b>Kolstad</b> samlet troppene etter juleferien tidlig i januar og har siden det fått fulgt treningsplanen i EM perioden. Mye fysisk trening kombinert med håndballspesifikke økter har stått på menyen. <b>Martin Kærgaard Pedersen</b> og <b>Rasmus Mølgaard Lilholt</b> er i opptrening fra skade og har dermed trent mest alternativt. Resten av laget er fit for fight når seriespillet starter i en tøff kamp borte mot Elverum 5. februar. Da er det godt å ha med seg seier 32-24 i treningskampen mot Fjellhammer siste helga i januar.</p> <p>I sin satsing på å løfte klubben opp mot Champions League nivå er to nye landslagsspillere klare til å bli med. <b>Gøran Søgard Johannessen</b> kommer fra tyske SG Flensburg Handewitt til 2023/2024 sesongen mens <b>Vetle Eck Aga</b> som nå spiller for IK Savehof er klar allerede til neste sesong.</p>
<p><b>Rosenborg kvinner</b></p>  <p>Foto: <a href="https://rbk-kvinner.no">https://rbk-kvinner.no</a></p>	<p>Januar er en viktig oppkjøringsmåned for <b>RBK kvinner</b> der treningsbelastningen økes progressivt. I en måned bestående av ekte «trøndervær» så har de fotballspesifikke øktene blitt gjennomført både utendørs på Koteng Arena og innendørs i Abrahallen.</p> <p>Januar inneholder også ulike type lagprosesser der <b>OLTMN</b> har fasilitert målsettingsprosessen for spillergruppa. Mental robusthet er overskriften på et program i mental trening som <b>Frode Moen</b> leder.</p> <p>En av lagets beste spillere de to siste sesongene <b>Julie Blakstad</b> har vært en ettertraktet spiller i lang tid. Nå har hun valgt å ta steget ut i Europa til England og Manchester City. Det blir spennende å følge med <b>Julie</b> videre.</p> <p>Ny assistenttrener <b>Robin Shroot</b> og ny utviklingsansvarlig <b>Marcelo Ribieiro</b> er kommet godt i gang i sine roller. Fysisk trener <b>Marte Vatn</b> og keepertrener <b>Vilde Møllevik</b> er begge med i OLT's Trenerløftet som er et utviklingsprogram for unge trenere med ambisjoner.</p> <p>I februar drar laget til varmere strøk på samling der også to treningskamper mot god motstand venter.</p>
<p><b>Alpint</b></p> 	<p>Alpingjengen er på reisefot gjennom hele vinteren, så også i januar. <b>Oppdal Alpin Elite</b> og <b>Trønder Alpin</b> fortsetter å prestere på høyt nivå der flere fra siste gruppe er aktuelle for å gå inn på et landslag til neste sesong. En som har gått hele veien og som fikk utdelt OL billett er <b>Timon Haugan</b>.</p>




<p><b>Curling</b></p> 	<p>Curling har hatt nok en måned med avlysninger og forholdsvis lite konkurranse aktivitet. Det har gitt muligheter for å jobbe med både individuelle og lagmessige utviklingsområder. De fysiske testresultatene på spissa toppidrett på Oppdal VGS viser at den fysiske delen av treningen gir resultater da de aller fleste har god framgang på alle parameter.</p> <p><b>Eirin Mesloe</b> deltok på det norske damelandslaget som kvalifiserte til VM damer (senior) i en egen kvalifiseringsturnering. Hun deltok også i Gefle mixed double cup med makker Wilhelm Naess. Paret ble nr. 4, mens <b>Magnus Ramsfjell</b> vant turneringen sammen med søster <b>Maja Ramsfjell</b>.</p> <p>Lag <b>Mesloe</b> fikk en gledelig melding om at de har fått plass i junior A-VM noe som er sesongens store mål. Det har vært knyttet spenning til dette da B-VM ble avlyst.</p> <p>I OL i Beijing er Oppdals egen <b>Kristin Skaslien</b> sammen med makker Magnus Nedregotten de første norske som skal i aksjon. Med bronse fra forrige OL er de på jakt etter den gjeveste medaljen denne gang. Medaljeambisjoner har også oppdalsguttene <b>Markus Høiberg</b> og <b>Steffen Walstad</b> som spiller på herrelaget sammen med Magnus Vågberg og Torger Nergård.</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>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>, <b>Mari Nilsen</b> og <b>Julie Ramsey</b> Tae Kwon Doe, <b>Peder Eri</b> og <b>Ola Bitnes</b> bordtennis para, <b>Solveig Løvseth</b> triatlon, <b>Anne Dorthe Ysland</b> sykling, <b>Martin Frøseth</b> bordtennis, <b>Mia Guldeig Lien</b> friidrett lengde og <b>Mats Hofstad</b> vektløfting.</p> <p><b>Sunniva Hofstad</b> har trent godt frem til sparringsrunder mot god senior motstand under treningsleir i Polen. Der overbeviste hun flere enn senior OL deltakere fra Polen. God sparring, og mye god selvtillit med hjem i bagen. Men... også corona. Først lagledelse, før hun selv måtte ta en uke for seg selv. Formen ble ikke særlig dårlig for henne, så det går nok over. Tiden frem til mesterskap til våren/tidlig sommer er lang nok.</p> <p><b>Sebastian Schjerve</b> var i karantene etter positiv korona test i siste kvalifiseringskonkurranse til OL og mistet dermed sjansen til å kvalifisere seg. Helga etter bekreftet han sitt potensiale med å bli nr. 4 i slopestyle i X-Games Aspen.</p> <p><b>Bjørn Magnussen</b> viser strålende form i OL sesongen og ble nr. 6 i EM i Heerenveen, bare 9 hundredeler fra medalje. Han gikk også en god 1000 m.</p> <p><b>Ane Farstad</b> var på laget som tok bronse i lagsprinten i EM i Heerenveen.</p>

<p><b>Den olympiske og paralympiske løypa</b></p>	<p>Friidrettsutøverne <b>Hedda Hynne, Ingar Kiplesund, Thale Bremseth og Mia Guldteig Lien</b> har tilbragt mesteparten av januar på treningsleir i varmere strøk.</p> <p><b>Anne Dorthe Ysland</b> har vært på treningssamling i Spania med sitt nye lag Uno-X.</p>
---	--

**FOU:**

<p><b>Senter for Toppidrettsforskning</b></p> <p> <b>NTNU</b>          Senter for toppidrettsforskning</p>  <p>Foto: Tore Berdal</p>	<p><b>SenTIF forskning under World Para Snowsports 2022</b></p> <p>I januar var <b>Cecilia Severin</b> og <b>Roy Mulder</b> hovedansvarlige for forskningen under Para-VM på Lillehammer. Hovedformålet med prosjektet var å undersøke hvordan konkurranseklasse, løpsdistanse og baneterreng kan påvirke prestasjonen i para-langrenn. I para-langrenn får hver utøver en tidsfaktor som er basert på deres klassifisering, som igjen bestemmes av grad av nedsatt funksjon. Her samlet de inn data under en stor internasjonal konkurranse, og etablere et godt forhold til utøvere, trenere og IPC som vi kan fortsette å bygge på i videreføring av forskningen. 66 utøvere fra 19 land deltok i forskningsprosjektet.</p>  <p>Foto: Virginia De Martin Tropiani</p>
--	---

**Diverse:**

<p><b>Topptrener 2</b></p> <p> <b>NTNU</b>          Kunnskap for et bedre verd</p> <p> <b>NORGE</b>          Olympiatoppen</p> <p><b>Topptrener 2</b></p> <p>NTNU og Olympiatoppens topptrenerutdanning</p> <p>60 studiepoeng</p> <p>Topptrener 2 er for trenere som arbeider med utøvere og har ansvar for utøverne i forbindelse med utøvelsen av idrettsaktivitet i NTNU og Olympiatoppen. Studien legger til vekt på egen praksis, teoretisk kunnskap og Olympiatoppens strategier og kunnskap.</p> <p>• Det skjer ikke uten VIDERE</p> <p><a href="http://www.ntnu.no/videre">www.ntnu.no/videre</a></p>  <p>NTNU VIDERE          Videreutdanning og doktorstudier fra NTNU</p>	<p>Første samling på kurs 4, Prosjektoppgave, på Topptrener 2 studiet kull 11 ble gjennomført 25. og 26. januar. Kurset bygger direkte på kunnskap oppnådd i de foregående tre kursene. Trenerne skal fordype seg i et tema som har vært relevant i forbindelse med Topptrener 2 studiet, og skrive en prosjektoppgave på 15 – 20 sider relatert til egen praksis som trener.</p> <p>Målet med kurset er:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Å kunne anvende teoretisk kunnskap i egen praksis</li> <li>- Refleksjon over egen praksis</li> </ul> <p><a href="#">Les mer om Topptrener 2 studiet her.</a></p>
---	---

### Toppidrett og helhetlig utvikling



Tonje Hinze

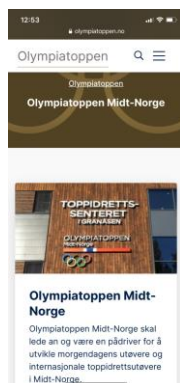
### «Toppidrett og helhetlig utvikling – hvordan lykkes med overgangen fra junior- til seniorklassen i norsk toppidrett»

Dette var tema på det digitale informasjonsmøtet som Olympiatoppen Midt-Norge sammen med Tonje Hinze, karriererådgiver i Olympiatoppen, arrangerte for avgangselever ved videregående skoler med spisset toppidrett i Trøndelag tirsdag 4. januar. Olympiatoppen har som mål å tilby kvalifisert karriereveiledning til dagens og morgendagens toppidrettsutøvere. Det er derfor viktig for oss å nå ut med informasjon og veiledning til utøvere som er rundt overgangen fra junior til senior. Tonje snakket om følgende på møtet:

- viktigheten av helhetlig utvikling (toppidrett, utdanning, karriere, «livet ved siden av»)
- om utøveres ulike behov når det kommer til hva de skal gjøre ved siden av toppidrettsatsingen.
- om OLTs erfaringer på området (hva vi ser fungerer/ikke fungerer)
- hvilke muligheter de ulike samarbeidsavtalene Olympiatoppen har med universiteter og høyskoler gir
- avtalen Olympiatoppen har med Forsvaret i forhold til å få fritak fra verneplikten.

[Les mer om toppidrett, utdanning og karriere her.](#)

### Olympiatoppen Midt-Norge har fått nye websider



Olympiatoppen Midt-Norge har fått nye websider. Vi jobber fortsatt med å fylle de med aktuelt innhold, men mye av informasjon skal ligge ute nå. Link til web sidene; <https://olympiatoppen.no/region/midt-norge/>

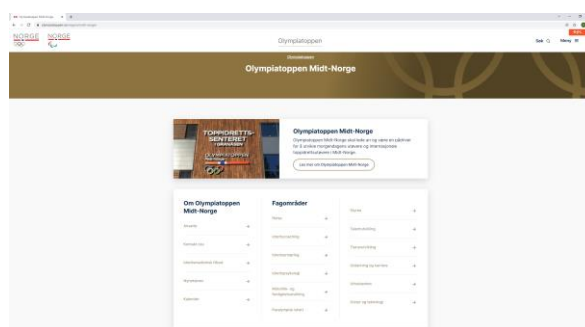


Foto: Trine Løkke

Vår fantastiske basistrener **Axel Wickstrøm** ble 50 år 31. januar. Hipp, hipp hurra!