






Samarbeidsmiljø:



<p>Kombinert</p> 	<p>Junior- og rekrutteringslandslag 2024-25 Even Leinan Lund, Ingrid Låte og Andreas Ottesen fra Granåsen skiteam er tatt ut på junior- og rekrutteringslandslaget i kombinert for sesongen 2024-25. Opplegget for junior- og rekrutteringslandslaget er organisert i tett samarbeid med de regionale teamene i Oslo, Lillehammer og Trondheim.</p> <p>Både elite landslaget og Granåsen skiteam er godt i gang med forberedelsene til ny sesong, hvor det både er gjennomført testperiode og samlinger.</p>
<p>Langrenn</p>	<p>Langrennsløperne har kommet godt i gang med grunntreningsperioden der Olympiatoppen Midt-Norge (OLTMN) sin rolle er å følge opp landslagsutøvere i vår region samt A-prosjektet Team Elon Midt-Norge. I denne perioden er det viktige treffpunkt mellom trenere, utøvere og OLTMN sine involverte der det defineres hvilke fokusområder man skal jobbe med. Gjennom disse prosessene blir OLTMN sine konkrete bidrag bestemt der et tett samspill med trenerne er viktig.</p> <p>De fleste utøverne har også vært gjennom de første fysiske testene for VM sesongen 2024-2025. VM løypene brukes flittig, det å utnytte hjemmebanefordelen er noe utøverne og trenerne r veldig bevisst på.</p>
<p>Hopp</p> 	<p>Rolig periode i mai for hopperne med mye god fysisk trening. Alle venter på avklaring omkring laguttak og økonomi. Det er ytterligere utsatt, og det p.g.a. store mangler i inntekt hos NSF de siste åra. Men trening må opprettholdes, og både landslagsutøvere og Trønderhopp kjører trening for fullt.</p>
<p>Byåsen håndball</p>  <p>Foto: Svein André Svendsen</p>	<p>Byåsen Håndball Elite har gjennom mai måned hatt ukentlige fysiske økter hos Olympiatoppen Midt-Norge. Flere spillere har nå hatt sine siste økter med laget og mandag 3. juni starter en ny oppkjøringsperiode med ankomst av ny trener Ane Mällberg og flere nye spillere. Det blir spennende å se både den nye treneren og spillerne i aksjon.</p>

<p>Kolstad håndball</p>  <p>Foto: www.kolstad-handball.no</p>	<p>Det måtte 3 kamper til mellom Kolstad og Elverum for å avgjøre hvem som ble sluttspillmester. I den første kampen i Trondheim Spektrum vant Kolstad med to mål før Elverum trakk det lengste strået på hjemmebane etter 4 ekstraomganger i en heidundrende håndballkamp. Dermed var det duket for en festkveld i en fullsatt Kolstad Arena (2500 tilskuere) i det tredje oppgjøret der det hele skulle avgjøres. Trønderne kjente sin besøkelsestid og støttet sitt hjemmelag fra avkast til det hele ble avgjort etter to ekstraomganger. Det betyr Champions League spill for Kolstad guttene for andre sesong på rad. Nå vet spillere, støtteapparatet og hele klubben hva de går til. Men først venter det ferie og egentreningsperiode for de som ikke er med i bruttotroppen til OL. For disse er det oppkjøring til OL som venter, selve OL i Paris starter 25.juli. Aktuelle Kolstad spillere er Vetle Eck Haga, Gabriel Setterblom, Simen Ulstad Lyse, Sander Sagosen og Torbjørn Sittrup Bergerud og Magnus Gullerud.</p>
<p>Rosenborg kvinner</p> 	<p>Rosenborg kvinner fortsetter sin seiersrekke etter kun et tap så langt i sesongen, tapet kom mot Brann på bortebane. Laget tok en meget viktig seier på bortebane mot Vålerenga og rykket dermed a poeng med de på toppen av tabellen. Når en annen sterk kandidat til topp 3 i serien, Lillestrøm, ble slått på hjemmebane så har nok RBKK overrasket mange fotballeksperter så langt i sesongen. Arna Bjørnar ble beseiret på bortebane i siste kamp før landslagspausen.</p> <p>Mathilde Hauge Harviken var eneste RBKK'er i EM kvalifiseringen mot Italia på Ullevål der resultatet ble 0-0.</p> <p>Resten av laget benytter sjansen til å legge inn en god treningsperiode på to uker i landslagsperioden slik at de er godt rustet for de neste kampene i serien. En strek i regningen er at kaptein Mali Ness røk korsbåndet i kampen mot Lillestrøm og er dermed langtidsskadet.</p>
<p>Paralympisk</p>	<p>Paraidrettskonferanse: I mai arrangerte Paraidrettssenteret, Olympiatoppen Midt-Norge og Trøndelag idrettskrets Nasjonal Paraidrettskonferanse. Den nye parastrategien, ledsagerordninger, idretter, landslagsmodellen, og prosjekter innen forskning og utvikling, var noe av det som sto på programmet. Konferansen ble holdt på Scandic Lerkendal og på Paraidrettssenteret. Mia Sveberg og Geir Arne Skogstad, landslagsutøvere i Curling, var konferansierer og ledet oss gjennom konferansen på en god måte, sammen med Kjell Bjarne Helland. Konferansen ble en fin møteplass for idretten, rehabiliteringssentre, utstyrsleverandører, og helse. Tverrfaglighet, økt kompetanse og samarbeid er avgjørende for at Parautøvere skal nå sine mål.</p> <p>Trenerløftet: To trenere fra Paralympiske idretter har fullført 18 mnd. på trenerløftet. Gjennom disse månedene har trenerne hatt konkrete mål de har arbeidet mot. I mai hadde vi en avsluttende samling hvor alle trenere og veiledere var samlet for å oppsummere utviklingsprosessen og prosjektet.</p>

<p>Paralympisk</p>	<p>Svømming: Jo Kebriel Nor fra TSLK har vært på World Para Series i Berlin. Han kvalifiserte seg på Youth Final på flere øvelser. På 100 m bryst fikk han sølv.</p> <p>Klatring: Dina Eivik og trener Grant Harrison fra Trondheim klatreklubb fikk sølv under World Cup i Salt Lake. Nå forbereder de seg til nye konkurranser i Europa i slutten av juni.</p>
<p>Alpint</p> 	<p>Første møte med litt evaluering og litt om vegen videre er gjennomført. Fullt samarbeidsmøte litt seinere. Men plan for dagsamling i august er satt. En liten ting å bemerke angående evaluering. Det er ikke unison enighet om at utvidelsen som ble gjort var smart. Men litt annen organisering fra denne sesongen skal prøve å bøte litt på det.</p>
<p>Curling</p> 	<p>Mai har vært en aktiv restitusjonsperiode for curling spillerne der de gradvis har startet opp den fysiske treningen etter å ha gjennomgått en fysisk screening. Screeningen legger føringene for hva utøverne skal jobbe med innafor det fysiske de neste månedene.</p>
<p>Den olympiske og paralympiske løypa</p>	<p>Utøvere og trenere i prosjektet: Friidrett 800 m: Hedda Hynne, trener Erik Sakshaug Friidrett lengde: Ingar Kiplesund, trener Frank Brissach Boksing: Sunniva Hofstad, trener Ole-Arne Næsgård Sykkel landevei: Anne-Dorthe Ysland Triatlon: Solveig Løvseth, trener Arild Tveiten Taekwondo: Mari Nilsen, trener Tor Nilsen Taekwondo: Martin Nilsen, trener Tor Nilsen Taekwondo: Kaja Hansen, trener Kjetil Rygh Bordtennis: Martin Frøseth, trener Ulf «Tickan» Carlsson Skøyter: Bjørn Magnussen, trener Jeremy Wotherspoon, coach Øystein Magnussen Freeski: Sebastian Schjerve, trener Jan Kåre Skarland Freeski: Vebjørn Gråberg, trener Jan Kåre Skarland Friidrett 400m: Bastian Elnan Aurstad, trener Trond Olav Skevik Friidrett 800m: Sigurd Tveit, trener Ola Sakshaug Friidrett 800m: Ingeborg Østgård, trener Erik Sakshaug</p> <p>Resultater: Solveig Løvseth var med på mix-laget som vant lagkonkurransen i WC i Huatulco, Mexico, hun tok også 3.plass individuelt samme helg der hun spurtet om seieren. Det betyr at Solveig er klar for OL i Paris både mix-lag og individuelt.</p> <p>Sigurd Tveit ble Nordisk mester på 1500 m.</p>

<p>Den olympiske og paralympiske løypa</p>	<p>Ingeborg Østgård satte ny personlig rekord på 1500 m på Jessheim med tiden 4.09.02. Hun er kvalifisert til EM og kan ha en mulighet for å rekke å bli kvalifisert til OL.</p> <p>Mari Nilsen gikk inn i EM etter å hatt 2 ukers skadeavbrekk, det skulle vise seg at oppkjøringen ble for kort slik at hun gikk ut i første runde.</p> <p>Sunniva Hofstad har hatt veldig god treningsperiode i mai. En veldig god sparring med utøver fra Nigeria, samt 3 kamper i Italia. Alle 3 ble seier, selv om ikke gjennomføringen var det aller beste. Ser frem mot sparring i Canada, der verdens kanskje beste står på motsatt side i en uke.</p>
---	--

Diverse:

<p>Mental trening og eksekutive hjelpefunksjoner</p> 	<p>Niende samling (av tolv) på studiet Mental trening og eksekutive hjernefunksjoner, som er et samarbeid mellom NTNU og Olympiatoppen, ble gjennomført 8. mai. På dette kullet, som er kull nr. 4, er det 25 deltakere, 15 kvinner og 10 menn, som ønsker en innføring i hva mental trening er, hvilke mentale funksjoner som er involvert i læringsprosesser og hvilke basale hjernefunksjoner som regulerer disse mentale funksjonene. Studiet omfatter også opplæring i ulike typer psykologiske metoder og teknikker som kan anvendes for å øke en persons mentale funksjon og prestasjonsevne. Les mer om studiet Mental trening og eksekutive hjernefunksjoner her. Frode Moen og Tore Stiles er faglig ansvarlig for kurset som går over 2 år. Tema på samling 9 var bl.a. depresjon og spiseforstyrrelser.</p>
<p>Trenerløftet</p>  <p>Christian Meyer Foto: Trine Løkke</p>	<p>Sjette og siste samling på Trenerløftet Midt-Norge 2023-2024 ble gjennomført onsdag 29. mai. Det ble en veldig bra samling hvor tema på samlingen var: <i>Min utvikling gjennom Trenerløftet.</i> Christian Meyer, mangeårig landslagstrener i hopp for kvinner, innledet samlingen med å dele med oss hva han brenner for i trenerrollen. Christian har vært landslagstrener siden 2011 og har i denne perioden vært hovedtrener til utøvere som har tatt OL gull i 2018, VM gull i 2021, 3 x WC sammenlagt og over 40 WC seire med 3 forskjellige utøvere. Resten av samlingen ble brukt til erfaringsdeling og refleksjon i grupper. Trenerløftet er et kompetansehevingsprogram for unge talentfulle trenere, som trener unge talentfulle utøvere. Målet er å bidra til å få bedre trenere, bidra til bedre kjønnsbalanse blant trenere i toppidretten, påvirke trenernes kompetanse positivt, bidra til bedre veiledere, bidra til bedre kjønnsbalanse blant ledere i toppidretten, mer kunnskap om effektiv kompetanseheving for trenere og formidle ny kunnskap ut til relevante miljøer (særforbund, klubber).</p>



Nyhetsbrev Olympiatoppen Midt-Norge mai 2024



<p>Trenerløftet</p>	<p>Programmet består i stor grad av veiledning i trening og konkurranse. Gjennom 18 måneder får hver trener besøk/veiledninger av en erfaren og skolert veileder fra Olympiatoppen. Veilederens oppgave vil være å støtte, følge opp og utfordre trenernes arbeid med sine personlige utviklingsmål. Det er veldig fint å se hvordan trenerne utvikler seg gjennom den bevisstgjøringen de får gjennom Trenerløftet.</p> <p>Trenerne i kull 4: Ove Erik Tronvoll - Randonee landslag, Alexander Johansen - Oppdal alpint, Kari Aalvik Grimsbø – Byåsen Håndball Elite, Sarmed Saify - RBK Akademi, Vilde Møllevik - RBK kvinner A-lag, Mats Iversen - Langrenn krets, Martijn Ravenhorst - RBK kvinner A-lag, Vemund Øvstehage - Paraidrett, Trond Olav Skevik – Steinkjer Friidrett, Kenneth Henningsmo Fredheim - Kombinert Granåsen Skiteam, Grant Harrison - Trondheim Paraklatring, Tora Berger - Skiskyting Meråker VGS, Martine Lorgen Øvrebust - Langrenn Heimdal VGS, Kristian Dahl - Langrenn junior landslag</p> <p>Veiledere i kull 4: Frode Moen - OLTMN, Atle Kvålsvoll - OLTMN, Steinar Braaten - OLTMN, Arnstein Finstad - OLTMN, Yvette Hoel - OLTMN, Maja Olsen Østerås – OLTMN/NTNU, Guro Strøm Solli – NORD/OLT, Jan Arvid Haugan - NTNU</p> <p>Oppstart nytt kull på Trenerløftet blir i januar 2025 med søknadsfrist i høst. Mer informasjon om dette kommer.</p>
----------------------------	--