





Samarbeidsmiljø:

<p>Langrenn</p>	<p>Vintersesongen nærmer seg med de første samlingene på snø for langrenns folket. Men før den tid er det blitt lagt ned en ny måned med stor treningsmengde der Team Elon Midt-Norge har hatt en meget god samling i Molde. Trener Kristian Skrødal rapporterer om et lag i god utvikling der de fleste har lagt ned det planlagte treningsarbeidet. Ekstra «krydder» på denne samlingen var at Emil Iversen og Petter Northug var med. Begge delte sine erfaringer og kompetanse med de «sultne ulvene» på regionlaget, noe som selvfølgelig var til stor inspirasjon for utøverne. Testing for å måle utviklingen og ha kontroll på treningsbelastningen er noe både utøverne på regionlaget og landslagsutøverne gjør jevnlig i testlaben i Granåsen. Fordelen med å ha VM løypene «utenfor stuedøra» utnyttes til å gjennomføre mange solide hardøkter der regionløperne og landslagsutøverne ofte trener sammen.</p>
<p>Hopp</p> 	<p>Isak Langmo kom seg fint gjennom Sommer Grand Prix (SGP) rennet i Wisla, til finalen begge dager er godkjent! Ellers var det norsk vinner begge dager, Marius Lindvik viser gode takter. Det ble også mye norsk i toppen, både av utøvere og trenere for samarbeids-landene! Ellers var 50 % av det norske feltet i CoC her i Granåsen fra Trønderhopp, veldig bra. Men det ble for tynt i sluttresultatet. Robin Pedersen får dog godkjent med 4. plass første konkurranse. Det var et sterkt felt med Huber og Fettner fra Østerrike i spissen. De norske damene gjorde det veldig bra som lag. 2., 3. og 4. plass på søndag, med Eirin Kvandal som beste norske. Et lite skremmeskudd fra tyske Katharina Schmid dog, med seier begge dager.</p>
<p>Paralympisk</p>  <p>Foto: @xsloba</p>	<p>Samarbeid med NTNU og fysioterapiutdanningen: I september fikk vi nye studenter som skal være med på treningsøkter for parautøvere frem til jul. Seks studenter er fordelt på tre økter. Samarbeidet håper vi fører til kompetanseheving på parafeltet, og at flere fysioterapeuter kan bruke sin kunnskap inn på feltet i fremtiden. Dette samarbeidet har vi hatt i flere år med NTNU, og her skjer det læring gjennom observasjon, dialog, refleksjon og nysgjerrighet.</p> <p>Klatring: Klatrelandslaget var på WC i Arco i Italia, siste uken av september. Her fikk Dina Eivik fra Trondheim 1. plass. Vi gratulerer Dina og trener Grant Harrison.</p>


<p>Paralympisk</p>	<p>Curling: Siste uken i september hadde Curlingslandslaget samling på Leangen i Trondheim. Utøvere, trenere, og Olympiatoppen var samlet for å trene, snakke og stake ut kursen mot målet som er VM-medalje i 2025. I tillegg til å være på laget hvor fire spillere spiller på lag, skal Mia Larsen Sveberg og Geir Arne Skogstad fra Trøndelag, stille i mixed-double kommende sesong.</p>
<p>Byåsen håndball</p>  <p>Foto: Lars Rune Skaug</p>	<p>Byåsen Håndball Elite har hatt en trå start på sesongen hvor poengene har uteblitt. De er et ungt lag som har prestert godt i perioder og vist bra potensiale. Trener Ane Mällberg sier «<i>det har svingt mye og vært ustabilit som har gjort at poengene har uteblitt. Men de gode periodene er lengre og vi ser god utvikling. Olympiatoppen Midt-Norge har vært og er en viktig bidragsyter på veien for å bygge en toppidretts- og prestasjonskultur.</i>»</p> <p>Olympiatoppen Midt-Norge har bidratt på flere områder denne måneden med blant annet målprosess, fysiske økter og mentale prosesser. Vi gleder oss til å følge laget videre denne sesongen!</p>
<p>Kolstad håndball</p>	<p>Kolstad Håndball begynner etter hvert å få samkjørt laget noe som har vært et fokusområde i sesongstarten. Flere nye spillere må bli kjent med lagets spill modell og gode relasjoner må skapes. Laget har vunnet alle sine 5 første kamper og topper tabellen med like mange poeng som Elverum, som de møter på bortebane i helga...I NM ble Bergen slått i 8-delsfinalen slik at Nærbø venter i kvartfinalen. Gruppespillet i Champions League er i full gang der det så langt har blitt to tap og en seier, den siste etter en solid hjemmekamp mot Zagreb i Trondheim Spektrum. Kampprogrammet er tett i ukene framover med både REMA 1000 ligaen, NM og Champions League kamper. Dessverre ble Sander Sagosen skadet i kampen mot Zagreb. Han er sannsynligvis ute i 6 uker. Gøran Johannessen er fortsatt langtidsskadet.</p>
<p>Rosenborg kvinner</p> 	<p>I serien har det blitt et tap og en seier siste måned for Rosenborg kvinner (RBKK), noe som betyr at de er på 3. plass bak Vålerenga og Brann mens Lillestrøm følger kun 2 poeng bak RBKK. Det gjenstår 5 kamper i årets seriespill. Å beholde 3. plassen er viktig med tanke på spill i Europa neste sesong. I cupen er laget klar for cupfinale for andre året på rad etter at Røa ble slått 3-1 på bortebane.</p> <p>Den meget lovende spissen Frøya Dorsin (17) har gått over i de profesjonelles rekker i franske Paris Saint-Germain (PSG). Det blir meget spennende å følge Frøya sin utvikling framover. Før hun gikk til PSG rakk hun å score 5 mål og tre målgivende på 18 kamper i Toppserien.</p>

<p>Alpint</p> 	<p>Samlinger må flyttes og kanselleres, dette grunnet isbreer som smelter. Alpint er kanskje den grenen som merker klimaendringer mest akkurat nå. Men det kompenseres med Snø-hallen i Lørenskog og prøve å finne alternativer så godt det lar seg gjøre!</p>
<p>Curling</p> 	<p>Etter at Oppdals lagene startet sesongen i Oslo Cup i august, er det Tallinn og Basel som har vært konkurransearenaen denne måneden. Herrelaget lag Hårstad ble nr. 2 i Tallinn mens de kom til semifinalen i Basel. Damelaget lag Bjørnstad vant to av fire kamper i Basel, noe som ikke ga kvalifisering til sluttspill. Team Ramsfjell har lagt inn en god mengdeperiode under gode isforhold i Trondheim Curlinghall før de satte kursen mot Canada der det venter 3 turneringer med høyt nivå.</p>
<p>Den olympiske og paralympiske løypa</p>	<p>Utøvere og trenere i prosjektet: Friidrett 800 m: Hedda Hynne, trener Erik Sakshaug 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 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>Så smalt det! Det kunne blitt 12 måneder, kunne også blitt 6, men heldigvis ble det 'bare' 3 måneder ute med skade for Sunniva Hofstad. Da begynner et nytt opptreningsløp for kneskade, begynner å bli litt 'vane' her på huset... Men da vet vi også at dette kan vi, har gjort det før. Så vi bretter opp erma og gyver på!</p> <p>Resultater: Solveig Løvseth ble nr. 5 i WC, Valencia og nr. 16 i EM, Vichy. Hun er nå i off season periode der OLT Midt-Norge sine fagpersoner innenfor motorikk/teknikk Steinar Braaten og Axel Wickstrøm er sterkt involvert i forhold til tiltak for å forbedre svømmeteknikken.</p>

FOU:

<p>Senter for Toppidrettsforskning</p> <p> NTNU Senter for toppidrettsforskning</p>	<p>Førsteamanuensis Dionne Noordhof holdt et innlegg sammen med dosent Ritva Mikkonen og førsteamanuensis Georgie Bruinvels om «<i>Bridging the gap between sport science and sport practice when working with female athletes</i>» under det internasjonale symposiet «Hot Topics in Exercise Physiology 2024» som fant sted fra 25. - 29. september i Jyväskylä (Finland). Les om symposiet her.</p> <p>PhD student Vemund Øvstehage, postdoktorer Ola Elfmark og Rune Talsnes, forsker Jan Kocbach og førsteamanuensis Dionne Noordhof skal alle holde et innlegg under Olympiatoppens forskningskonferanse på 21. oktober. Les mer om Olympiatoppens forskningskonferanse her.</p>
---	--

Diverse:

<p>Mental trening og eksekutive hjelpfunksjoner</p> 	<p>Elleve samling (av tolv) på studiet Mental trening og eksekutive hjernefunksjoner, som er et samarbeid mellom NTNU og Olympiatoppen, ble gjennomført 25. september. 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.</p> <p>Tema på samling 11 var bl.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>selvfølelse, personlighet og personlig bruksanvisning</i> - <i>attribusjon, selvfølelse og selvtillit - emosjonsregulering</i>
--	---

Frokostmøte



Foto: Trine Løkke



Foto: Trine Løkke



Foto: Trine Løkke

"Etterbruk av Granåsen etter ski VM 2025" var tema på frokostmøte i Toppidrettssenteret i Granåsen 30. september.

Prosjektgruppa som jobber med rekruttering i skihopp og kombinert, som er en del av prosjekt VM2025 i Midt-Norge i regi av **OLT Midt-Norge**, hadde invitert politikere og administrasjon i Trondheim kommune som jobber med kultur, idrett og oppvekst, idretten, Ski VM2025 og media. I invitasjonen sto det bl.a. «*Hva skjer i Granåsen etter at lysene fra Ski VM er slukket; Trondheim kommune har nå verdens beste anlegg for de nordiske skigrenene, hvordan kan vi utnytte dette både for bredde og topp i årene framover?*»

Idretten ønsker å etablere et robust anlegg og en bærekraftig modell som sikrer rekruttering til hopp- og kombinertsporten, og et anlegg som også vil ivareta ildsjelene og engasjementet lokalt og regionalt. For å sikre hopp- og kombinertsporten i fremtiden må rekruttanlegget oppgraderes. Dette er grunnmuren for den aktiviteten som skal fylle det nye hverdagsanlegget og den helhetlige tankegangen rundt anleggene i Granåsen.

Etter en informativ innledning av Oddny Estenstad, styreleder i **Trønderhopp**, og Roald Olsen, leder Byåsen IL hopp/kombinert, ledet Kjetil Kroksæter en paneldebatt med Trond Åm (V), byråd kultur, idrett og friluftsliv, Terje Roel (Ap), varamedlem oppvekst og kulturutvalget, Karl Erik Haug (H), medlem oppvekst og kulturutvalget, Oddny Estenstad, styreleder **Trønderhopp**, Kari Hovin Kjølle, styremedlem i og leder av anleggsutvalget Sør-Trøndelag Skikrets og **Frode Moen**, leder **Olympiatoppen Midt-Norge**.

Alle var enige om at det er viktig å ha et rekruttanlegg for hopp som fungerer slik at det er mulig med en progressiv utvikling av utøverne fra de er "småtasser" til de skal hoppe i bakkene i hovedanlegget. Og ikke minst at foreldrene som i dag bruker all tid på å preparere bakkene, kan bruke mer tid på å veilede rekruttene. Å ha et supermoderne hoppnanlegg er meget bra for dagens topputøvere. Men skal dette anlegget ha ønsket aktivitet i årene framover så må det gjøres en jobb med rekruttanlegget. Tiden vil vise om dagens seanse gir ønsket framdrift i oppussingen av anlegget for framtidens skihoppere.