


Samarbeidsmiljø:

<p>Kombinert</p>	<p>Gyda og Jørgen i toppen etter gode langrenn i første del av World cup World cup Lillehammer 6. desember ble Gyda Westvold Hansen nr. 2. Ingrid Låte var nr. 2 etter hopprennet, men måtte stå over langrennet på grunn av skade i hånda. Espen Bjørnstad ble nr. 14, Jørgen Graabak ble nr. 17 og Andreas Skoglund ble nr. 26. I konkurransen 7. desember ble Jørgen Graabak nr. 6 og Espen Bjørnstad nr. 10. Gyda Westvold Hansen ble nr. 3 og Ingrid Låte var nok en gang nr. 2 etter hopprennet, og måtte stå over langrennet på grunn av skaden i hånda. I konkurransen 8. desember ble Jørgen Graabak nr. 7, Espen Bjørnstad nr. 14 og Andreas Skoglund nr. 18.</p> <p>Andreas Ottesen på pallen i COC i Finland (Ruka) Andreas Ottesen både hoppet og gikk meget godt på ski og ble nr. 3 i konkurransen 14. desember. Even Leinan Lund hoppet også svært godt, men ble dessverre disket i hopprennet på grunn av dress problematikk. I konkurransen 15. desember ble Even L. Lund nr. 5 etter både god hopping og godt langrenn. Andreas Ottesen ble nr. 18 i denne konkurransen.</p> <p>Graabak jevnt i toppen i World cup også i Ramsau Jørgen Graabak ble nr. 5 i første konkurranse i world cup i Ramsau før jul 20. desember, og Espen Bjørnstad ble nr. 17. Gyda Westvold Hansen ble dessverre disket på grunn av dress i denne konkurransen. I den andre konkurransen 21. desember ble Jørgen Graabak og Andreas Skoglund nr. 18 og nr. 19 etter for svak hopping. Gyda Westvold Hansen ble nr. 3 i denne konkurransen.</p> <p>VM Trondheim 2025 På kvinnesiden er Gyda Westvold Hansen tatt ut til VM i Trondheim sammen med Jørgen Graabak på herresiden. Ingrid Låte er aktuell for VM laget sammen med Mari Leinan Lund på kvinnesiden, og Andreas Skoglund og Espen Bjørnstad er aktuell for VM laget på herresiden.</p>
<p>Langrenn</p>	<p>Vi er inne i en hektisk konkurranseperiode for langrennsløpere der de beste konkurrerer i World Cup (WC), mens de nest beste har Skandinavisk Cup (SC) og Norges Cup (NC) på programmet. Under WC på Lillehammer ble det dobbelt trøndersk i sprint med seier til Johannes Høsflot Klæbo foran Even Northug. Julie Myhre ble nr. 3 i dameklassen. Astrid Øyre Slind ble nr. 3 på 10 km skøyting og nr. 5 på 20 km skiatlon. Jan Thomas Jenssen ble nr. 2 på 20 km skiatlon, her ble Johannes Høsflot Klæbo nr. 8.</p>


<p>Langrenn</p>	<p>Astrid Øyre Slind bekreftet sin solide form under WC i Davos med seier på 20 km fristil, hun tok også 2. plass i lagsprint sammen med Kristin Austgulen Fosnæs. Johannes Høsflot Klæbo vant lagsprinten sammen med Pål Golberg. Johannes vant også den individuelle sprinten. I dameklassen tok Julie Myhre nok en pallplass (nr. 3). I herreklassen på 10 km fristil ble Johannes nr. 5, Emil Iversen nr.7 og Andreas Fjorden Ree nr. 10.</p> <p>I Skandinavisk Cup på Lillehammer var Team Elon Midt-Norge utøverne i aksjon med følgende topp 10 resultater: Marte Skaanes nr. 3 og Eva Ingebrigtsen nr. 6 på 20 km fellesstart klassisk i dameklassen, hos herrerne ble Sindre Grønflaten nr. 6. På 10 km fristil ble Marte Skaanes nr. 7.</p> <p>Tour de Ski er et av sesongens store mål i tillegg til VM på hjemmebane. Johannes Høsflot Klæbo dominerte Touren og vant klart sammenlagt i tillegg til 4 etappeseire. Jan Thomas Jenssen tok en sterk 3. plass på skiatlon etappen noe som var meget viktig med tanke på VM uttaket. Han ble nr. 10 sammenlagt. Even Northug sikret dobbelt trøndersk på den siste sprint etappen med 2. plass bak Johannes. I dameklassen viste Astrid Øyre Slind meget solid form på distanserenne gjennom etappeseier på 3. etappe, 2. plass på to etapper inkludert Monsterbakken, hun ble også nr. 2 sammenlagt. Julie Myhre hadde fokus på de to sprint etappene der hun ble slått ut i semifinalen i begge rennene.</p>
<p>Hopp</p> 	<p>Desember er full rulle med konkurranser, både internasjonalt og nasjonalt. Robin Pedersen har gjort det ganske bra i CoC, men kanskje klarte han å bli disket fra en hoppukeplass under konkurransene i Kina. Lengst i alle omganger, men disket pga. dress etter finaleomgangen! Ser frem mot NM på hjemmebane i Granåsen midt i januar.</p> <p>WC gjengen har 'nesten' hengt med. Eirin Kvandal sammen med andre har pallplasser hos damene, og holder derfor mye av stand for 'oss'. Mens gutta har pallplasser om en regner både lag og individuelt. Men det er for stor dominans av gutta fra AUT! Store utstyrsdiskusjon foregår. Den store regelboka skal jo unngå en nasjons dominans, slik det var første gang på 70 tallet! Så får vi se hvor lenge det går, før det utjevner seg.</p>
<p>Paralympisk</p>	<p>Idrettsgalla - Det nye året startet med idrettsgalla i Trondheim spektrum. Her var det mange parautøvere som deltok og ble nominert. Curlinglandslaget med Mia Larsen Sveberg og Geir Arne Skogstad fra Trøndelag, ble nominert, Birgit Skarstein og roing, Helle Sofie Sagøy og badminton, samt Dina Eivik og klatring. Vi gratulerer utøverne og trenerne med nominasjoner og prestasjoner i 2024.</p> <p>Roing og langrenn - Birgit Skarstein har nå tatt en beslutning om å legge opp. I løpet av ro- og skikarrieren har Skarstein fra Levanger, deltatt i seks OL, tolv VM og tre EM. 35-åringen har tatt ett gull og ett sølv i Paralympics, seks VM-gull og fire EM-gull. Vi gratulerer Birgit med den flotte idrettskarrieren hun har hatt og ønsker henne lykke til videre.</p>

<p>Paralympisk</p>	<p>VM år - Nå starter arbeidet mot VM for flere utøvere. Først ut er VM i Granåsen, med parautøvere på start under samme arrangement for første gang i historien. Også curling har VM i overgangen februar/mars i Skotland. Vi ønsker utøvere og trenere lykke til i oppkjøringen.</p>
<p>Kolstad håndball</p>  <p>Foto: www.kolstad-handball.no</p>	<p>Kolstad avsluttet 2024 på best mulig måte nemlig gjennom å vinne NM finalen mot Elverum i det som skulle bli en nervepirrende finale. Etter å ha ledet med 7 mål på det meste, ble det til slutt en knepen 1-måls seier. En uke tidligere ble samme motstander slått med 3 mål i Kolstad Arena i REMA 1000 ligaen. Etter at Kolstad gikk på et tap mot ØIF Arendal på bortebane leder fortsatt Elverum serien med 1 poeng. Det betyr en meget spennende siste del av seriespillet der Kolstad må ta 1 poeng mer enn Elverum for å bli seriemester. REMA 1000 ligaen starter opp igjen 5. februar der Kolstad skal møte Bækkelaget på bortebane.</p> <p>I januar er det VM som arrangeres i Norge, Danmark og Kroatia, disse Kolstad-spillerne er med i den norske troppen: Simen Ulstad Lyse, Sander Sagosen, Torbjørn Bergerud, Vetle Eck Aga og Magnus Gullerud.</p> <p>Det har vært en del fokus rundt keeperrollen etter at Torbjørn Bergerud informerte om at han er inne i sin siste sesong i Kolstad. Det er nå klart at den svenske stjernekeeperen Andreas Palicka blir klubbens førstekeeper fra og med neste sesong. Les mer om Palicka her.</p>
<p>Rosenborg kvinner</p> 	<p>RBK kvinner har hatt egentreningsperiode i desember, det siste spillerne gjorde før de gikk ut i «ferie» med egentrening var Vo2 maks testing i Toppidrettssenteret i Granåsen. Medio desember kunne sportslig leder Mads Pettersen presentere lagets nye assistenttrener Sigrid Heien Hansen (29). Hun har tidligere erfaring som spiller på toppnivå og fotballekspert for Viaplays Premier League-sendinger.</p> <p>«Det er deilig. Det føles ut som hjemme allerede, så det er et godt tegn. Jeg er her fordi jeg tenker å være med på å gjøre Rosenborg bedre. Jeg har spilt fotball selv, har spilt mot Rosenborg og føler jeg vet godt hva som skal til for å prestere som spiller. I tillegg har jeg vært med på å bygge kulturer der jeg har vært som spiller og har vært tre år i Viaplay der jeg har jobbet mye med analyse, så jeg gleder meg til å bidra på det taktiske også», sier Hansen på www.rbk.no</p>
<p>Curling</p> 	<p>Damene i lag Bjørnstad har hatt en god treningsperiode både i november og desember. 2025 sesongen startet med Mercure Perth Masters i Skottland der de ikke klarte å kvalifisere seg til sluttspillet. Etter Team Ramsfjell sin flotte bronse i EM i november, så kom nok Kioto National i Newfoundland helga etter for tett på så der ble det ikke finalespill. De var tilbake på normalt nivå i WCT Take-Out Trophy i Basel der de ble nr. 3. I Mercure Perth Masters i Skottland klarte de ikke å kvalifisere seg til sluttspill.</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 Frode Jermstad Taekwondo: Mari Romundset Nilsen, trener Tor Nilsen Taekwondo: Martin Romundset 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 800m: Sigurd Tveit, trener Ola Sakshaug Friidrett 800m: Ingeborg Østgård, trener Erik Sakshaug Friidrett 800m: Håkon Moe Berg, trener Erik Sakshaug Svømming para: Gabriel Steen, trener Tudor Ignat Klatring para: Dina Eivik, trener Grant Harrison</p> <p>Resultater: Martin Frøseth er uttatt på det norske seniorlaget i bordtennis som skal ut i EM kvalifisering. Bjørn Magnussen måtte dessverre stå over NM sprint på grunn av en lett skade. Han var raskt tilbake i trening og er klar for EM i Heerenveen i januar. Sebastian Schjerve ble nr. 11 og Vebjørn Gråberg nr. 14 i WC Big Air i Klagenfurt, Østerrike.</p> <p>Utøverne i sommeridrettene er inne i grunntreningsperioden som tilbringes hjemme i Norge og på samlinger i varmere strøk.</p> <p>Sunniva Hofstad er i full trening etter operasjon, og er i god rute før evt. boksestevner på nyåret. Grunntrening tar det meste av tiden, men mye terping av nye taktisk/tekniske detaljer står på programmet. Kan se spennende ut!</p>
---	--



FOU:

<p>Senter for Toppidrettsforskning</p>  <p>NTNU Senter for toppidrettsforskning</p>	<p>PhD student Madison Taylor og førsteamanuensis Dionne Noordhof har vært medforfattere på en studie fra FENDURA prosjektet (PhD student Tina Pettersen Engseth) med tittelen <i>“Influence of menstrual/withdrawal bleeding on self-reported cycle-related symptoms and recovery measures over an annual cycle in female endurance athletes: The FENDURA project”</i>. Artikkelen har blitt publisert i Journal of Sports Sciences og kan leses i sin helhet her.</p>
--	---

Diverse:

<p>Toppidrett og helhetlig utvikling</p>  <p>Tonje Hinze</p>	<p>«Toppidrett og helhetlig utvikling – hvordan lykkes med overgangen fra junior- til seniorklassen i norsk toppidrett»</p> <p>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 fredag 6. desember. 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 toppidrettssatsingen. - om OLTs erfaringer på området (hva vi ser fungerer/ikke fungerer) - hvilke muligheter de ulike samarbeidsavtalene Olympiatoppen har med universiteter og høgskoler gir - avtalen Olympiatoppen har med Forsvaret i forhold til å få fritak fra verneplikten. <p>Les mer om toppidrett, utdanning og karriere her.</p>
<p>Vi i Toppidrettssenteret i Granåsen ønsker alle et ...</p>	 <p>GODT NYTT ÅR!</p>