

Eliteplan for Dansk Orienterings-Forbund 2017-2020

Den rød/hvide tråd i dansk eliteorientering



Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse	2
Baggrund.....	3
Team Danmarks støttekoncept 2017-2020	3
Erfaringer fra Eliteplan 2013-2016.....	3
Udfordringer for elitearbejdet i Dansk Orienterings-Forbund	4
International udvikling.....	5
Eliteplan 2017-2020 i overskrifter	5
Vision og værdier	6
Kultur og værdier	6
Hovedlinjer for Eliteplan 2017-2020.....	6
Målsætninger.....	7
Sportslige mål	7
Fokusområder i 2017-2020.....	8
Sprintorientering – Projekt VM 2020.....	8
Mellem-/langdistance – Projekt ”Medaljer i skoven”	9
Talentudvikling.....	10
Ressourcer	12
Organisation	14
Personaleledelse og kompetenceudvikling	14
Struktur og Landsholdskoncept	15
Seniorlandshold	15
Juniorlandshold.....	17
Elitecenter Orientering	18
Talentcentre (TC)	18

Baggrund

Team Danmark indførte i 2013 krav om udarbejdelse af en Eliteplan som strategisk afsæt for arbejdet med landshold og talentudvikling i dansk eliteidræt. Dansk Orienterings-Forbund udarbejdede på baggrund heraf en plan og strategi for perioden, Eliteplan 2013-2016, som siden har været styrende for elitearbejde i Dansk Orienterings-Forbund. Eliteplan 2013-2016 udløber d. 31/12 – 2016, og skal erstattes af en ny strategi og plan for den kommende samarbejdsperiode med Team Danmark.

Arbejdet i Dansk Orienterings-Forbund tager udgangspunkt i Plan 2020, hvor bl.a. retningslinjer for elitearbejdet i DOF er udstukket. Dette indgår i arbejdet med Eliteplan 2017-2020, ligesom erfaringer og udfordringer fra indeværende periode og tidligere forsøges bragt i spil. Med afsæt i dette, bygger Eliteplan 2017-2020 videre på den eksisterende eliteplan, samt opfylder kravene fra Team Danmarks støttekoncept for perioden 2017-2020.

Elitearbejdet i DOF har flere formål – det understøtter mange af forbundets visioner og formål. Elitearbejdet skal både:

- Indfri verdensklassevisionen, som har været overskriften for elitearbejdet gennem de senere år
- Være med til at synliggøre orienteringssporten i Danmark gennem mediedækning
- Skabe rollemodeller for forbundets unge medlemmer
- Give eliteløberne erfaring, der efterfølgende kan komme til gavn for klubber eller forbund
- Tilføre eliteløberne kompetencer, der udvikler det enkelte menneske og rækker langt ud over elitekarrieren

Team Danmarks støttekoncept 2017-2020

Varigheden af samarbejdsaftaler med Team Danmark i støtteperioden 2017-2020 er af varierende længde, alt afhængig af indplacering i støttekonceptet. *Verdensklasseforbund* vil kunne indgå 4-årige samarbejdsaftaler, mens *Eliteforbund* vil kunne indgå 2-årige aftaler med mulighed for forlængelse i yderligere 2 år. Team Danmark har på baggrund af disciplinanalysen vurderet at DOF fortsat skal indplaceres som Verdensklasseforbund. DOF og Team Danmark skal på denne baggrund forhandle om en 4-årig samarbejdsaftale for perioden 2017-2020.

Team Danmarks støttekoncept tager udgangspunkt i 3 udvalgte områder, ”Innovation”, ”Ressourcer” og ”Samspil”, som alle Team Danmark støttede forbund skal forholde sig til i deres elite- og talentudviklingsstrategier for perioden 2017-2020

Erfaringer fra Eliteplan 2013-2016

Hovedlinjerne i Eliteplan 2013-2016 satte kursen for landsholds- og elitearbejdet i perioden. På en lang række områder er vi i høj grad lykkedes, men der har også vist sig udfordringer undervejs. Alle erfaringer er vigtige at tage med i landsholds- og talentudviklingsarbejdet i der kommende 4 år.

Hovedlinjer i Eliteplan 2013-2016

- Landsholdene arbejder målrettet mod præstationer i verdensklasse, og talentudviklingen opdeles i delmål, så enhver ung løber kan overskue sin plads i det lange perspektiv
- Elitecenter Orientering er et vigtigt element i den daglige træning for løbere på DOFs senior- og juniorlandshold, og arbejder mod at være det optimale sted at satse på orientering både for junior- og seniorløbere
- Der er et tæt samarbejde på tværs af landsholdene, herunder mange fælles træningsaktiviteter, samt stor sammenhæng mellem U-16, U-18, U-20, Elitecenter og Seniorlandshold
- ATK fortsættes udbredt til flere klubber
- Klubbernes elitearbejde, herunder brug af elitekommuner øges. ATK-klubber og den nuværende talentcenter virksomhed supplerer hinanden
- Elitearbejdet i DOF er ledet og drevet af motiverede og kompetente trænere og ledere, og der sættes på alle niveauer af elitearbejdet fokus på kompetenceudvikling
- Landsholdene er på forkant med den fortsatte udvikling mod større specialisering indenfor orientering, og gennemfører disciplin-specifikke aktiviteter.

Landsholdet har i perioden 2013-16 kommunikeret tydeligt at hovedmålene var VM og EM. Dette har medført et dedikeret og målrettet arbejde mod disse mesterskaber både i løbergruppen og fra trænerside. Erfaringen fra perioden er at klare mål og tydelige prioriteringer fra organisatorisk hold skaber retning og klarhed for løbergruppen, hvilket igen medfører mere kvalitet og målrettet træning. Dette er vi i høj grad lykkedes med for vores bedste løbere, mens det i mindre grad er lykkedes for de yngre løbere, hvor målet kan være, og har været, længere ude i fremtiden og dermed mere utydeligt. Dette er en vigtig erfaring at tage med til den kommende periode, både på ungsenior- og juniorniveau.

Elitecenter Orientering har i 2013-2016 været centralt placeret i DOF's strategiske landsholdsarbejde. Elitecenteret har været landsholdets faste base i hverdagen, og skabt optimale rammer for at kombinere elitesport og uddannelse på højt niveau. Denne kombination har været en stor styrke for løbernes satsning, da de største udfordringer ofte er opstået i forbindelse med interessekonflikter mellem sport og uddannelse. Elitecenteret har ligeledes givet løberne høj grad af adgang til ekspertbistand og let tilgang til bolig i umiddelbar nærhed af træning og uddannelse.

Træningsmiljøet i Aarhus har igennem hele perioden overordnet set været stærkt og fungeret som et solidt fundament i arbejdet mod VM og EM. Der har været en stor grad af sammenhæng mellem træning på elitecenteret og landsholdets træningsmål, og fordelene ved at have landsholdet samlet i hverdagen er tydelig. Det tætte sammenhold og samarbejde der eksisterer i hverdagen tages direkte med på landsholdets aktiviteter, hvor der sker stor udveksling af erfaring og inspiration internt i løbergruppen.

I perioden 2013-16 har seniorlandsholdet målrettet arbejdet mod at skabe en større grad af specialisering mod enkeltdistancer. Dette har betydet mere opdelt træning i forbindelse med træningslejre, målrettede træningslejre dedikeret til sprint, samt stærke prioriteringer i forbindelse med udtagelse til VM, EM og World Cup.

Resultaterne i perioden taler et tydeligt sprog, DOF har haft resultatmæssig succes. Succes kræver en dedikeret og målrettet indsats fra den enkelte løber, noget den øgede specialisering har understøttet i forbindelse med både træningslejre, konkurrencer og i hverdagen. Øget specialisering har gjort det lettere for respektive løbere at overskue og se vejen mod præstationer i verdensklasse. Mere specifik træning skaber dog også udfordringer når gruppen deles op i mindre grupper, og der skal tages højde for dette i det videre arbejde med specialisering

DOF's talentudvikling har i perioden 2013-2016 udviklet flere løbere til seniorlandsholdet, dog ikke i stor grad. Dette er en udfordring der skal løses fremadrettet. Perioden 2013-2016 har vist at udfordringen ikke kun eksisterer på juniorlandsholds niveau, men er en generel udfordring i hele DOF's talentudvikling fra klubber, via talentcentre til landshold. Der mangler en rød tråd i arbejdet, og rekrutteringsgrundlaget på respektive niveauer er meget smalt. I den indledende talentudvikling må vi desværre erkende at ATK kun er blevet udbredt til få klubber, og at ATK materialet trænger til en opdatering. Hvis ATK skal være en succes, må vi allokere målrettede ressourcer mod både udvikling og implementering af ATK. De klubber som arbejder efter ATK oplever generelt stor succes og har stærke ungdomsafdelinger.

Udfordringer for elitearbejdet i Dansk Orienterings-Forbund

Det er meget glædeligt at DOF pt. oplever fantastiske resultater og årligt vinder både verdensmesterskaber og medaljer til VM og EM. Resultater der er et produkt af 10-12 års målrettet og professionelt arbejde med talentudvikling. Vi har igennem perioden haft succes med både at udvikle mange af de åbenlyst største talenter til et meget højt niveau, og løfte enkelte mindre åbenlyse talenter til både verdensklasse- og internationalt niveau.

Desværre er rekrutteringsgrundlaget for dette arbejde spinkelt, og såfremt fødekæden ikke udvikles og styrkes, kan det blive vanskeligt fremadrettet at opretholde det nuværende flotte resultatniveau. Udfordringen er dobbelt, idet rekrutteringsgrundlaget for både senior- og juniorlandsholdene meget smalt.

For vores bedste løbere eksisterer store udfordringer i form af krav fra samfundet om hurtigere gennemførelse og afslutning af videregående uddannelser. Herunder ikke mindst ændrede krav til studieaktivitet, hvilket kan påvirke løbernes økonomiske situation i form af mindre SU, etc.

Eliteplan 2017-2020 fokuserer på at tilvejebringe løsninger, der overvinder vores aktuelle udfordringer, og samtidig sigter højt for at skabe fundamentet og rammerne for toppræstationer i nær og fjern fremtid.

Der er derfor indarbejdet tiltag der skal sikre en større rekruttering af talenter til elitesatsning på alle alderstrin, samt højne færdighedsniveauet hos de enkelte udøvere. I den forbindelse er det afgørende at der eksisterer en rød tråd helt fra klubbernes træning til seniorlandsholdet, og at udviklingsperspektiv bliver implementeret tidligt i landsholdsarbejdet. Ligeledes er der indarbejdet tiltag der skal optimere rammerne for vores allerbedste udøvere, og derigennem forbedre resultaterne til senior-VM og -EM.

I takt med at de nuværende løbere på DOF's seniorlandshold bliver ældre, og nye kommer ind på landsholdet, så vil der opstå forskellige behov i relation til fleksibilitet i uddannelser, aktivitetsplaner, familie, etc. Dette skal vi kunne rumme, især for at fastholde de nuværende verdensklasse løbere, som i høj grad virker som forbilleder og kulturbærere over for unge talentfulde seniorer.

International udvikling

VM er fra 2019 delt i to mesterskaber der fremover arrangeres hvert andet år. Fra 2019 arrangeres i ulige år VM på skovdistancer, mens der i lige år arrangeres VM på sprintdistancer. Denne opdeling vil få stor betydning for niveauet på fremtidens mesterskaber, da vi må forvente en større grad af specialisering mod de enkelte mesterskaber, samt formodet større deltagelse i mesterskaberne. Sideløbende med opdelingen af VM arbejdes der på en tilsvarende opdeling af EM, ligeledes fra 2019.

Flere nationer begynder at professionalisere deres elitearbejde i større og større grad, ligesom der er tendens til at flere lande skaber stærke elitetilbud i forbunds-/regionalt regi, i nogen grad efter dansk inspiration. Samtidig fortsætter udviklingen af international eliteorientering, især i Centraleuropa og i Norden, men også enkelte løbere fra oversøiske lande, primært New Zealand og Canada er nu konkurrencedygtige internationalt. Dette kombineret med opdelingen af VM, vil sandsynligvis medføre en skærpet international konkurrence i fremtiden.

Fremtidssceneriet vil være at medaljerne fordeles på flere nationer, og flere løbere har realistiske muligheder for at vinde medaljer. Marginalerne bliver i højere og højere grad afgørende i kampen om medaljerne, hvorfor vi er nødt til at sikre optimale betingelser for en satsning på eliteorientering, motivere til udvikling og optimering af færdigheder hos den enkelte løber, samt skabe gode rammer for toppræstationer, herunder specialisering mod enkelt distancer.

Vidensniveauet i international orientering er ligeledes stigende, hvilket forstærker kampen om de afgørende sekunder. DOF har igennem de seneste 5 år været førende internationalt indenfor innovation og viden på særligt de fysiologiske og sportspsykologiske områder. Hvis dette forspring skal fastholdes er initiativer til konstant udvikling af viden og medvirken i forskningsprojekter nødvendigt.

Eliteplan 2017-2020 i overskrifter

Eliteplanen er bygget op over nedenstående overskrifter

- Vision og værdier
- Hovedlinjer Eliteplan 2017-2020
- Indsatsområder i støtteperioden 2017-2020
 - Sprintorientering – Projekt VM 2020
 - Mellem-/langdistance orientering – Projekt "Medaljer i skoven"
 - Talentudvikling
 - Ressourcer
- Organisation
- Struktur og Landsholdskoncept
 - Seniorlandshold
 - Juniorlandshold
 - Elitecenter Orientering
 - Talentcentre
 - ATK-klubber

Vision og værdier

Elitearbejdets vision er ”Verdensklasse resultater - gennem langsigtet arbejde med talentudvikling og det hele menneske”.

Vores mål er medaljer til senior EM og VM, og vi arbejder med dette gennem langsigtet arbejde med talentudvikling, et stærkt fællesskab, og faste rammer omkring den enkelte udøver. Ved at skabe og fastholde optimale rammer for en langsigtet satsning på eliteorientering i Danmark, tror vi på at visionen og målet om medaljer kan opfyldes.

Vi tror på at sportslig succes og uddannelse på højt niveau er en god kombination, og arbejder for at sikre fleksible rammer for udøvelse af eliteidræt i forbindelse med videregående og gymnasiale uddannelser.

Vi tror at udøverne gennem at kombinere elitesport og uddannelse, både kan opnå store resultater og tilegne sig kompetencer, der udvikler dem som eliteidrætsudøver og rækker udover elitekarrieren.

Kultur og værdier

Elitearbejdet i DOF skal være kendetegnet ved nysgerrighed, vilje til og glæde ved udvikling, præstation og konkurrence. Vi skal altid være opsøgende over for ny viden, nye muligheder og udfordringer. Vi vil samarbejde med relevante aktører både indenfor, såvel som udenfor eliteidrætten, for derigennem at skabe gode rammer, tilføre ressourcer, og hente ny viden til elitearbejdet.

Vi tror på at miljøet på og omkring landsholdene er afgørende for optimal udvikling. Det gælder både det sportslige såvel som det sociale miljø. Landsholdene har arbejdet målrettet med at skabe en kultur hvor samvær omkring sporten er baseret på fælles værdier. Den aktive brug af værdierne har været med til at skabe et helt unikt socialt og sportsligt sammenhold på seniorlandsholdet. Dette sammenhold skal vi værne om, da det ikke er en selvfølgelighed. Det vil vi gøre ved at vi i alle valg og prioriteringer tænker konsekvenserne ift. miljøet og kulturen ind, og at vi aktivt bruger og arbejder med værdierne på landsholdene.

Kulturen er kendetegnet ved:

- Motiverede *atleter*, der
 - arbejder målrettet efter at opnå podiepladser ved internationale seniormesterskaber
 - prioriterer orientering højest, og tager en uddannelse sideløbende
 - er opsøgende overfor trænere og ressourcepersoner og stiller krav
 - bidrager til landsholdenes værdier
- Engagerede *trænere og ledere*, der
 - motiverer og inspirerer atleterne til hver eneste træning og går forrest
 - er nysgerrige og villige til at lære nyt
 - er opsøgende overfor atleterne og stiller krav
 - bidrager til landsholdenes værdier
- En nytænkende *eliteorganisation*, der
 - anvender tilgængelige ressourcer optimalt i arbejdet med at løfte talenter til verdensstjerner
 - skaber rammer så danske eliteløbere – i forhold til tilgængelige ressourcer – oplever at have muligheder for udvikling, der er blandt de bedste i international orientering
 - sikrer udøvere, frivillige og medarbejdere udvikling, der kvalificerer dem til udfordrende jobs og poster efter afslutning af deres engagement i dansk eliteorientering

Hovedlinjer for Eliteplan 2017-2020

Eliteplan 2017-20 udstikker kursen for elitearbejdet i DOF i de kommende 4 år, herunder både arbejdet mod at opnå forbedrede resultater og sikre en stærk fødekæde af talenter med internationalt resultatperspektiv. Eliteplanen er proaktiv i forhold til den internationale udvikling i orientering, og lever samtidig op til Plan 2020.

Fokus på udvikling til verdensklasse skal gennemsyre hele elitearbejdet i dansk orientering, lige fra klubniveau til det absolutte topniveau til EM og VM. Dette skal gøre sig gældende både i klubber, talentcentre, elitecenter og landshold. Det

er afgørende, at arbejdet er målrettet mod udvikling af seniorresultater, og at arbejdet i klubber, talentcentre, elitecenter og landshold understøtter dette igennem fokus på langsigtet udvikling. For at synliggøre de enkelte aldersgruppers andel i det langsigtede mål, er der for de forskellige grupper opsat egne mål, der fungerer som delmål i den samlede plan.

For at opfylde ovenstående tager Eliteplan 2017-2020 udgangspunkt i nedenstående hovedlinjer for arbejdet i perioden 2017-2020:

- Landsholdene arbejder målrettet mod præstationer i verdensklasse, og talentudviklingen opdeles i delmål, så unge talenter kan se sin vej i det lange perspektiv
- Landsholdene er på forkant med den fortsatte udvikling mod større specialisering indenfor orientering, og gennemfører disciplinspecifikke aktiviteter.
- Landsholdene arbejder med alle distancer, uanset køn, med udgangspunkt i og under hensyn til tilgængelige ressourcer og løbere
- Elitecenter Orientering er et vigtigt element i den daglige træning for løbere på DOF's senior- og juniorlandshold, og arbejder mod at være det optimale sted at satse på orientering både for junior- og seniorløbere
- Der er et tæt samarbejde på tværs af landsholdene, herunder mange fælles træningsaktiviteter, samt stor sammenhæng mellem elitecenteret, junior- og seniorlandshold
- ATK 2.0 skal udvikles og udbredes til både klubber, talentcentre og landshold
- Klubbernes ungdoms-, talent- og elitearbejde skal udvikles. ATK-klubber og talentcentre skal supplere hinanden
- Elitearbejdet i DOF er ledet og drevet af motiverede og kompetente trænere og ledere, og der sættes på alle niveauer af elitearbejdet fokus på kompetenceudvikling

Målsætninger

Målet med Eliteplan 2017-2020 er at sikre verdensklasseresultater i dansk orientering under hele den kommende periode, samt fremtidssikre elitearbejdet både sportsligt og organisatorisk. Målsætningerne i Eliteplan 2017-2020 understøtter DOF's Plan 2020, samt opfylder kravene i Team Danmarks støttekoncept 2017-2020.

Den overordnede målsætning og arbejdet med hovedlinjerne fra forrige afsnit, er operationaliseret igennem en række indsats og målsætninger, der alle underbygger elitearbejdets vision og de overordnede tanker om de kommende 4 års elitearbejde i DOF.

Sportslige mål

Elitearbejdet i Dansk Orientering skal i perioden 2017-2020, arbejde mod at skabe medaljer til senior-EM og -VM hvert år. Landsholdene arbejder ligeledes mod at sikre fremtiden igennem et målrettet og professionelt talentudviklingsarbejde med fokus på langsigtet udvikling.

Arbejdet mod at skabe medaljer sker uden skelen til distancer eller køn, men prioriteres ud fra hvor det vurderes at potentialet er størst og løbergrundlaget er til stede. Landsholdet arbejder for at kunne præstere på alle distancer for begge køn.

Resultater på verdensklasseniveau kræver en stor indsats i det daglige, tæt opfølgning fra kompetente trænere, og gode rammer for træning. Træningstilbuddet, miljøet og tilbuddene i forbindelse med Elitecenter Orientering skal holde verdensklasse. Elitecenter Orientering er en central del af det daglige arbejde med DOF's bedste løbere, og tilbyder løberne optimale forhold for træning og udvikling.

De sportslige mål skal opfyldes i en landsholdsorganisation som har en tydelig og værdibaseret kultur, hvor løbere, trænere og ledere trives sammen. Dette vil være medvirkende til at sikre optimal, lang sportslig og organisatorisk udvikling. Nøgleværdierne er generelt kendetegnet ved en gensidig åbenhed og ærlighed mellem løbere, trænere og ledere.

Målepunkter – Sportslige resultater

- Medalje til alle seniormesterskaber (VM og EM)
- Dansk Orientering er kontinuerligt blandt verdens 8 bedste nationer til senior-EM og -VM målt på top 8 placeringer

Fokusområder i 2017-2020

Sprintorientering – Projekt VM 2020

DOF's landshold har været særligt succesfuldt på sprintdistancerne, en succes der i høj grad har bygget på et solidt fagligt fundament, hvor specialviden indenfor både sports-fysiologi og psykologi samt specifik teknisk træning, er bragt i spil. Viden har ikke gjort det alene, løberne har været ekstremt dedikerede for at opnå succes. Denne dedikation er i høj grad udsprunget af et fælles mål om at blive bedst. Løberne har brugt hinanden både i den praktiske og teoretiske forberedelse frem med mesterskaberne. Energien omkring mix-stafeholdet har været enestående. Dette kan ses som symbolet på et fælles projekt, der har løftet niveauet for et antal løbere. Dette fundament bestående af faglig fundering og fælles dedikation skal vi bygge videre på og derved løfte sprintorientering til et nyt niveau.

Vi skal derfor både fastholde og videreudvikle den strategi vi har gennemført for sprintorientering i de seneste år. Ved at arbejde struktureret med denne strategi kan vi løfte international sprintorientering til et nyt niveau ved VM 2020. DOF's nuværende verdensklasseløbere kan også være med i 2020, men vi skal udvikle den næste generation af løbere således at niveauet og konkurrencen om pladserne ved VM 2020 bliver højere og hårdere end nogensinde tidligere. Initiativerne skal ud over at bygge videre på de ting vi har haft stor succes med, bringe ny viden i spil. Det danske landshold skal fortsat være internationalt førende indenfor innovation og viden om sprintorientering i de kommende mange år.

Ph.d Projekt – Arbejdskrav og træningsmodeller i sprintorientering

Sprintorientering er stadig en ung disciplin med store muligheder for at udvikle træningsmodeller og viden om de specifikke arbejdskrav i sprintorientering. DOF skal derfor i samarbejde med Team Danmark og Aarhus Universitet indlede et forskningsprojekt med fokus på arbejdskrav i sprintorientering, samt træningsmodeller og indsatser i relation til de specifikke arbejdskrav.

DOF ansøger Innovationsfonden om en erhvervs-ph.d. og vil samarbejde med både Aarhus Universitet, Team Danmark og andre specialforbund om at gennemføre en række delprojekter, der alle skal bidrage til at forberede landsholdet optimalt mod VM 2020 i Danmark.

Træningsfaciliteter

Sprint til Junior-VM 2019 arrangeres formentlig i Aarhus, og Sprint-VM 2020 arrangeres i Trekantområdet. Begge mesterskaber vil kræve gode muligheder for både relevant og generel sprinttræning. Dette kræver flere sprintkort end tilfældet er i dag, ikke bare i og omkring Aarhus, men i hele Danmark. DOF skal derfor arbejde for både i samarbejde med klubberne, og med udgangspunkt i Elitecenter Orientering, at skabe gode sprintkort til brug både i træning og konkurrence.

Projekt VM 2020

Vi tror på at specialisering og fælles mål fører til bedre resultater. Vi vil derfor have en gruppe af løbere der sammen fokuserer målrettet mod at præstere på højeste niveau til sprint VM i Danmark. Gruppen af løbere skal indbefatte både etablerede verdensklasseløbere og yngre talenter. Gruppen skal have et klart fælles mål at sparre, motivere og udvikle hinanden mod at blive bedst i 2020. På den måde sikrer vi bedst muligt udviklingsmiljø for gruppen. Ved indgangen til 2017 motiveres og inspireres løbere, indenfor landsholdets tre grupper, med særlige færdigheder på sprintdistance, til en fælles målrettet satsning mod VM 2020. Gruppen kan løbende suppleres med yderligere løbere.

Projektgruppens løbere er et antal løbere indenfor landsholdet, der har et fælles langsigtet mål som de arbejder struktureret med. Der kan afvikles målrettede aktiviteter for gruppen, både i hverdagen på elitecenteret og i landsholdsregi. Aktiviteterne kan både være målrettet fysisk, teknisk og mental træning, og målrettede træningslejr.

Målepunkter – Sprintorientering

- Ved udgangen af 2018 træner mindst 4 damer og 4 herrer målrettet mod VM 2020 i Trekantområdet
- Ved VM 2018 er mindst 3 damer og 3 herrer i top 20 på alle individuelle sprint distancer
- Ved Sprint VM 2020 vinder Danmark 3 medaljer
- Ved udgangen af 2017 er etableret forskningsprojekt i træningsmodeller og præstationsoptimering i samarbejde med Team Danmark og relevante forskningsinstitutioner
- Erfaringer fra forskningsprojektet og den målrettede sprinttræning integreres løbende i landsholdsarbejdet og talentudviklingen
- Der tegnes årligt 5 nye sprint kort vest for Storebælt, heraf mindst 1 i Aarhus. Området og kvaliteten skal holde international standard

Mellem-/langdistance – Projekt "Medaljer i skoven"

DOF's damer har igennem en årrække præsteret på allerhøjeste niveau, både i sprint og på mellem-/langdistance. Vi må desværre også erkende at niveauet på mellem-/langdistance blandt herrerne ikke er tilsvarende højt. Årsagerne til dette kan være mange, og bl.a. skyldes at vores verdensklasse herreløbere i en periode har haft et hovedfokus på sprintorientering, hvor de har opnået stor succes. Men vi tror ikke dette er svaret alene. Vi vil have et landshold som kan konkurrere på verdensklasseniveau på alle distancer. Vi skal have en landsholds gruppe der er bred nok til at kunne dette. Men det kræver systematisk og specialiseret træning. Med baggrund i en grundig analyse, skal der derfor iværksættes initiativer der samlet skal give dansk orientering et løft på mellem-/langdistance og særligt blandt herrerne, da vi ikke kan forvente at udvikling på mellem-/langdistance sker af sig selv. Vi tror på struktureret og langsigtet udvikling. Derfor forventer vi først at vi kan løbe med om medaljerne på herresiden 2-3 år ud i fremtiden. Inspireret fra succesen på sprintdistancerne vil vi gerne give en gruppe af løbere et fælles mål. I 2019 Afholdes det første skov VM. Det skal være gruppens mål at tage både dame og herre medaljer til skov VM i 2019.

Men en dedikeret indsats og fælles mål gør det ikke alene. Det kræver også et større fagligt fundament. Derfor vil trænere og ledere være meget opsøgende i forhold til at opsøge ny viden indenfor både det fysiologiske, sportspsykologiske og ikke mindst o-tekniske felt. For at tilføre yderligere inspiration til gruppen af mellem-/langdistance løbere, tilknyttes ekstern ekspertise indenfor mellem-/langdistance orientering på højeste niveau.

Projekt VM 2019

Vi tror på at specialisering og fælles mål fører til bedre resultater. Vi vil derfor have en gruppe af løbere der sammen fokuserer målrettet mod at præstere i skoven og har et fælles mål om at løbe med om medaljer til skov VM i 2019. Gruppen af løbere skal indbefatte både etablerede verdensklasseløbere og yngre talenter. Gruppen skal have et klart fælles mål at sparre, motivere og udvikle hinanden mod at blive bedst i 2019. På den måde sikre vi bedst mulig udviklingsmiljø for gruppen. Ved indgangen til 2017 motiveres en gruppe af løbere, indenfor landsholdets tre grupper, med særlige færdigheder i skoven, til en fælles målrettet satsning mod mellem- og langdistance. Vi vil at gruppen opnår den samme energi og dedikerede indsats som har drevet sprintløberne til verdensklasse. Gruppen kan løbende suppleres med yderligere løbere.

Projektgruppens løbere er et antal løbere indenfor landsholdet, der har et fælles langsigtet mål som de arbejder struktureret med. Der kan afvikles målrettede aktiviteter for gruppen, både i hverdagen på elitecenteret og i landsholdsregi. Aktiviteterne kan både være målrettet fysisk, teknisk og mental træning, som målrettede træningslejre.

Fokus på strategisk udvikling af færdigheder

Landsholdene arbejder med at udvikle verdensklasse løbere på alle distancer, og vejen til verdensklasse er lang og krævende, særlig på langdistance. For at skabe bedst mulige forudsætninger for at præstere på højeste niveau, både på kort og langt sigt, vil træning mod skovdistancer på landsholdet og elitecenteret primært fokuseres på intensiv kortlæsning og udvikling af løbstempo. Dette er et strategisk valg for at udvikle basale og grundlæggende orienteringstekniske færdigheder og løbstempo i terræn til verdensklasseniveau, før mere specifik satsning mod mellem- og/eller langdistance bestemmes.

Initiativet inkluderer både ændret fysisk og o-teknisk træning, samt særlig sportspsykologisk indsats i samarbejde med Team Danmark. Et samlet træningskoncept mod mellem- og langdistance skal udvikles og implementeres.

Ekstern mentor

For at tilføje mellem-/langdistance projektet ny viden og inspiration, tænkes en eller flere eksterne mentorer/trænere tilknyttet projektet. En ekstern mentor kan være verdensklasseløbere fra andre nationer der inviteres til at deltage i både landsholdets træningslejre og/eller den daglige træning ved elitecenteret, eller en udenlandsk træner med specifikke kompetencer indenfor mellem-/langdistanceorientering. Uanset den valgte model, er målet at motivere og inspirere til bedre træning, samt give nye input til forberedelse af landsholdet mod VM på mellem- og langdistance.

Målepunkter – Mellem-/langdistance

- Træningskoncept for mellem- og langdistance udviklet og optimeret ved udgangen af 2017
- Medalje på skovdistancer til senior-VM i 2017 og 2018, samt EM
- 2x medaljer til VM 2019
- 5-6 løbere har internationalt niveau og fokuserer målrettet på mellem- eller langdistance ved udgangen af 2018

Talentudvikling

I talentudviklingen arbejder vi, i tråd med Plan 2020, med at understøtte og optimere en fødekæde fra klubber til landshold. Vi arbejder for at skabe en rød tråd i arbejdet, hvor det skal være tydeligt at verdensklasseniveau kræver et langsigtet og hårdt arbejde.

Målsætningen for hele perioden 2017-2020 er at implementere en tydelig vej fra talent til verdensklasse, hvor unge løbere ikke er i tvivl om DOF's anbefalede vej til verdensklasse. Dette kræver at *vi styrker videns- og uddannelsesniveauer i vores klubber og talentcentre*. Vi skal derfor arbejde målrettet mod at forbedre forbundets træneruddannelser, sikre rekruttering af nye træner talenter, og bringe disse i spil i klubber og talentcentre.

For de unge talenter skal det være tydeligt at konkurrence og træning mod en elitekarriere er sjovt og udfordrende. Talenterne skal have mulighed for at *konkurrere på tværs af landet og mødes til træning og inspiration*. Vores bedste løbere er vigtige rollemodeller og skal bringes i spil for at inspirere og motivere flest mulige løbere. Vi tror at alle uanset niveau kan erhverve sig kompetencer som efter en elitekarriere kan bringes i spil i både klubber, kredse og forbund, for derved at give nye talenter muligheder for at forfølge deres drøm.

Eliteudvalget skal samarbejde med *Børne og unge området*, samt *Stævne og reglementsområdet* for at skabe flere muligheder for konkurrencedeltagelse i egne aldersklasser for ungdoms- og juniorløbere. Der skal skabes en større kultur for konkurrenceorientering i ungdoms- og juniorklasserne.

Landshold og klubber skal samarbejde om at udvikle talenter. Klubberne er første trin i udviklingen fra talent til verdensklasse. Næste trin er forbundets talentcentre der skal være et supplement til klubbernes ungdoms- og juniortræning. Sidste trin er landsholdsarbejdet, som igen bygger oven på det eksisterende arbejde i klubber og talentcentre.

Koordination, information og kommunikation er nøglebegreber i arbejdet mod samme mål. Dialog mellem landshold og klubber skal udvikle arbejdet med talenter i både klubber og talentcentre. Ligeledes vil landstrænerne informere tydeligt om landsholdsarbejdet til løbere, klubber og øvrige trænere gennem nyhedsbreve, artikler på DOF's hjemmeside mm. Der skal udvikles et systematisk arbejde med vidensdeling imellem trænere for landsholdene, TC'er og klubbernes talenttrænere, herunder en god mødestruktur med løbende dialog og erfaringsudveksling.

Elite og talentudviklingsarbejdet i DOF bygger på stærke træningsmiljøer, hvor talenter og trænere samarbejder om træning og at udvikles. Verdensklasseløbere har igennem hele deres elitekarriere været igennem mange træningsmiljøer, startende med børne-/ungdomstræning i klubben, via talentcentre til Elitecenter Orientering og landshold. Nedenstående figur giver et overblik over samspillet mellem forskellige træningsmiljøer og ansvar i forhold til løberens udvikling og alder.

Miljøer\Alder	<10	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	25<	
Seniorlandshold																			
Elitecenter																			
Eliteklub																			
Juniorlandshold																			
Talentcenter																			
Talentklub																			
Ungdomsklub																			

Landsholdsstrukturen, arbejdet på landsholdene, samt mesterskabsdeltagelse, skal være en forlængelse af den overordnede tanke om langsigtet arbejde og understøtte de overordnede målsætninger. Eliteplan 2017-2020 indeholder derfor beskrivelse af landsholdstruktur, hvor formål og fokus for de enkelte landshold er tydelige og viser sammenhængen mellem optagelseskriterier og mål. Se særskilt afsnit

ATK 2.0 skal tydeliggøre klubbernes rolle i at udmønte den røde tråd fra ungdomstræning i klubberne, over talentcentre til landshold. Gennem at bruge ATK på alle niveauer, sikrer vi en fælles retning og et fælles sprog for arbejdet fra talent til verdensklasse. Der skal kontinuerligt arbejdes på den røde tråd fra klubber til verdensklasse, hvor klubberne tænkes ind i hele talentudviklingsarbejdet.

Målsætningen for perioden 2017-2020 er at integrere og styrke klubberne i den indledende talentudvikling gennem et nyt ATK projekt og fokusering på klubbernes og TC'ernes udvikling og behov.

ATK 2.0

Dansk Orienterings-Forbund og Team Danmark samarbejdede i 2007-2009 om at udvikle et aldersrelateret træningskoncept (ATK) i orientering. Projektet var en succes og flere succesfulde klubber arbejder i dag efter ATK principperne. Siden ATK projektets afslutning har vi opsamlet en stor mængde nye og vigtige erfaringer, ligesom ny viden indenfor træning i orientering er kommet til. Der er derfor et stort behov for både at opdatere og nytænke ATK i DOF, ligesom der er stort behov for at udbrede ATK til en større og bredere kreds i dansk orientering.

Danmarks Idrætsforbund (DIF) og Team Danmark vil fremadrettet samarbejde langt tættere om talentudvikling i dansk idræt, og det er forbundets intension at være en del af dette samarbejde og indgå aftaler om et nyt ATK projekt med DIF og Team Danmark.

DOF's nye ATK projekt skal bestå af tre spor:

- Udarbejdelse af ny ATK bog på baggrund af nyeste viden og erfaring
- Udvikling af børne-, ungdoms- og juniortræning i klubberne, herunder implementering i klubberne
- Trænerudvikling, herunder mere målrettede og fagligt stærkere træneruddannelser

En ny ATK 2.0 bog skal udarbejdes på baggrund af nyeste viden og erfaring. Projektet ledes og drives af landsholdsorganisationen, men kan inddrage andre relevante ressourcepersoner. Bogen skal være udgangspunktet for implementering af ATK 2.0 i klubber, TC'er og landshold, og danne grundlag for indholdet i træneruddannelserne. Bogen skal i forhold til tidligere være tydelig om træningsmål på de forskellige udviklingstrin, være konkret og anvendelig for trænere og ledere i DOFs klubber, TC'er og landshold, samt medvirke til at formulere den røde tråd fra børne- og ungdomstræning til landshold.

ATK 2.0 skal tydeliggøre klubbernes rolle i DOFs talentudviklingsarbejde, herunder beskrive aktiviteter og struktur afhængigt af de enkelte klubbens ambitionsniveau. Eliteplan 2017-2020 arbejder med tre ambitionsniveauer for ATK klubber: *ungdomsklub*, *talentklub* og *eliteklub*. I det følgende gives en kort beskrivelse af ambitionsniveauerne i ATK 2.0. Ungdomsklubber arbejder med rekruttering og træning af børn og unge, og afvikler ugentligt børne-/ungdomstræning under ledelse af en ungdomstræner. Ungdomsklubber fokuserer sine ressourcer på denne aldersgruppe, og har klubberne ældre løbere med ambitioner om mere, kan de enten deltage i nærliggende talent- eller eliteklubbens træning, eller optages i forbundets talentcentre.

Talentklubber arbejder med rekruttering af børn og unge, samt aldersopdelt træning af børn, ungdom og juniorer, og ideelt afvikles træning mere end én gang ugentligt under ledelse af uddannede talent- og ungdomstrænere. Træning i talentklubber er åben for mindre klubbers løbere, evt. mod betaling. Talentklubbers ambitiøse ungdoms- og juniorløbere kan optages i forbundets talentcentre.

Eliteklubber arbejder med rekruttering af børn og unge, og med træning på alle niveauer, herunder børn, ungdom, junior og senior. Eliteklubber har ansatte ungdoms- og talenttrænere, og afvikler træning flere gange om ugen for junior- og seniorløbere. Træning i eliteklubber er åben for mindre klubbers løbere, evt. mod betaling. Eliteklubbers ambitiøse ungdoms- og juniorløbere kan optages i forbundets talentcentre.

Træningsweekender og samlinger for elite- og talentklubber kan arrangeres i samarbejde med Elitecenter Orientering, hvor respektive klub vil være ansvarlig for praktisk afvikling af træning, mens Elitecenter Orientering vil være ansvarlig for indholdet i træning.

Alle klubber, uanset niveau, opfordres til at deltage i DOF's Ungdoms cup, Junior- og Seniorranglisteløb, samt DM'er. Tilsvarende opfordres alle løbere på landshold og Elitecenter Orientering til deltagelse i Junior- og Seniorranglisteløb, samt DM'er.

Implementering af ATK 2.0 i klubberne skal ske gennem aftaler mellem forbund og klubber, hvor klubbernes ambitionsniveau klarlægges og forbundets involvering i form af f.eks. konsulentbesøg, kurser og seminarer, besøg af landstrænere og landsholdsløbere og træneruddannelse, mv. aftales.

Indholdet på træneruddannelserne i DOF afhænger i dag i stor grad af undervisernes egne kompetencer og idéer til indhold. Hvis vi skal have en klar og tydelig rød tråd fra klubber til landshold, er det vigtigt at vi har en fælles forståelse og platform at udvikle løberne ud fra. Træneruddannelserne i DOF skal derfor nytænkes på baggrund af ATK 2.0, således at tankerne herfra tydeligt fremgår af træneruddannelserne. ATK 2.0 vil skabe andre og nye behov for kompetencer hos trænere og ledere i klubber, TC'er og landshold, og dette skal træneruddannelserne ligeledes afspejle, således at trænere og ledere er klædt bedst muligt på til arbejdet med ungdoms- og juniorløbere i talentudviklingen, samt børn og unge i klubarbejdet.

Deltagelse i Ungdoms-EM (EYOC)

Siden 2008 har DOF sendt et hold til EYOC i D/H16, mens løbere i D/H18 har med enkelte undtagelser været henvist til Junior-VM. De fremadrettede udfordringer peger på at vi skal arbejde mod at flere unge løbere inspireres til en elitekarriere. Aldersgruppen 15-20 år er særlig udsat for frafald og bristede drømme, et frafald der ofte bliver forstærket af samfundets stigende krav til uddannelse mv. Vi skal derfor sikre at talenter med stor motivation og niveau sikres mesterskabserfaring og inspiration i træning. Holdet til Ungdoms-EM tænkes derfor udvidet til også at inkludere et fuldt hold D/H18, såfremt løberne har vist højt niveau i forbindelse med udtagelse til Junior-VM. Der skal ikke udtages et hold for enhver pris.

Målepunkter – Talentudvikling

- Samarbejde med DIF og TD om ATK 2.0 indgås inden udgangen af 2017
- Ny ATK 2.0 bog er udarbejdet ved udgangen af 2018
- 15 klubber arbejder efter ATK 2.0 ved udgangen af 2020
- Træneruddannelser på niveau 1, 2 og 3 er nyudviklet og beskrevet ved udgangen af 2017
- Kontinuerlig produktion af 2 juniorløbere pr årgang med resultater og færdigheder til optagelse i U23 gruppen, og stor grad af motivation for udvikling
- Kontinuerlig produktion af 6-8 D/H16 løbere pr årgang med stor motivation og vilje til videre elitesatsning, samt et niveau der lever op til kravene for udtagelse til Juniorlandsholdet

Ressourcer

Satsning på eliteorientering kræver både adgang til faciliteter, ekspertbistand, økonomi og mulighed for at kombinere eliteidræt og uddannelse på enten videregående eller gymnasialt niveau. DOF skal derfor samarbejde med relevant samarbejdspartnere for at skabe optimale betingelser for udøvelse af eliteidræt for forbundets landsholdsløbere.

Adgang til faciliteter og ekspertbistand

Arbejdet med at skabe de optimale rammer for en elitesatsning i orientering tager udgangspunkt i Elitecenter Orientering. Vi vil i hele perioden arbejde i tæt samarbejde med Team Danmark, og øvrige samarbejdspartnere i Århus, på at sikre let og fleksibel tilgang til sportsmedicinsk støtte og øvrig relevant ekspertbistand. Ligeledes vil vi arbejde for at skabe adgang til bolig/kollegier, styrketræningsfaciliteter, etc.

Team Danmark støttede atleter vil have adgang til Team Danmarks services, mens DOF arbejder for i samarbejde med Aarhus kommune at give øvrige løbere tilknyttet Elitecenter Orientering lettere adgang til sportsmedicinsk støtte.

Fleksible uddannelser

For at lette løbernes dagligdag vil DOF arbejde for at eliteidræt og uddannelse kan kombineres, og skabe rammer for den enkelte udøver, så dennes dagligdag bliver så let og fleksibelt som muligt. Forbundet vil derfor samarbejde med relevante uddannelsesinstitutioner, i særlig grad med udgangspunkt i Elitecenter Orientering. Aarhus Universitet og VIA University College har etableret særligere ordninger for eliteidrætsudøvere, som løbere på Elitecenter Orientering og DOF's landsholds opfordres at søge optagelse i. Tilsvarende ordninger findes ved Aalborg Universitet og Syddansk Universitet.

Det skal være forbundets politik at en elitekarriere og videregående uddannelse kan kombineres, men at det kræver prioriteringer og mulighed for nedsat studiebelastning, flytning af eksamener m.m.

På gymnasialt niveau opfordres talenter til at søge optagelse på 4 årige Team Danmark forløb, og gerne i dedikerede eliteklasser såfremt dette er muligt. 4-årige Team Danmark forløb og dedikerede eliteklasser giver mere fleksible muligheder for at kombinere en gymnasialuddannelse med eliteidræt.

Økonomisk støtte

Eliteidræt kræver 100% fokus på træning og restitution, derfor kan forlængelse af videregående uddannelser være en god løsning. DOF skal derfor i samarbejde med Team Danmark, arbejde for at skabe optimale muligheder for at fokusere 100% på træning, uden at landsholdets løbere har behov for supplerende indtægter i form af studiejobs etc.

Team Danmark støttede atleter, der er indplaceret som "Verdensklasse atlet" eller "Elite atlet" har mulighed for i samråd med landstræner, sportschef og uddannelsesinstitutionen at søge Team Danmark om supplerende SU til forlængelse af videregående uddannelse.

Tilsvarende skal DOF arbejde for at give landsholdets løbere mulighed for supplerende indtægter i form af stipendier. Stipendiet skal målrettes løbere i Verdensklassegruppen og kun undtagelsesvist uddeles til øvrige landsholdsløbere. Målet er også at fastholde dygtige eliteudøvere i deres satsning, også efter endt videregående uddannelse. Stipendiet skal uddeles efter behov.

Partnerskaber og sponsorer

Mulighederne for at hente økonomiske ressourcer har igennem de senere år vist sig begrænset, og vi vil derfor primært fokusere på at skaffe nye ressourcer via partnerskaber med virksomheder, organisationer, elitekommuner og kommuner, samt andre med interesse for at hjælpe og støtte Dansk Orientering.

Erfaringen viser at det er vanskeligt at etablere sponsoraftaler med økonomisk udbytte på forbundsniveau, men der skal fortsat arbejdes på at tilføre elitearbejdet yderligere ressourcer gennem sponsoraftaler.

Udstyrssponsorater er lettere at indgå, og landsholdene er afhængige af flere aftaler om landsholdsbeklædning, kompasser, energiprodukter etc. Vi skal arbejde for at fastholde eksisterende aftaler og evt. udvide aftalerne på sigt. Ved udløb af sponsorater, skal nye sponsormuligheder hurtigst muligt udforskes.

Økonomiske sponsoraftaler for enkelt udøvere, og gerne med en regional profil har derimod bedre succesrate. Vi skal hjælpe landsholdsløberne med at indgå personlige sponsoraftaler, der kan skabe bedre rammer for den enkelte løber. Lokale og regionale kontakter er afgørende i denne proces, og løbernes egne klubber eller personer med lokalt kendskab, kan med fordel inddrages.

I arbejdet med at sikre yderligere ressourcer, er det vigtigt at tænke kreativt og i muligheder, samt være åbne for at tilførsel af ressourcer både kan ske direkte og indirekte til forbundet, regionalt eller lokalt til TC'er og/eller ATK klubber. Det afgørende er at de samlede ressourcer stiger i løbet af perioden 2017-2020.

Målepunkter – Ressourcer

- Muligheder for adgang til ekspertbistand, styrketræning, etc. skabes for udøvere på Elitecenter Orientering og DOF's landshold
- Samarbejde om fleksible gymnasiale og videregående uddannelser skal formaliseres med relevante samarbejdspartnere i relation til Elitecenter Orientering
- Fastholdelse af stipendiemuligheder for verdensklasseløbere, i særlig grad efter endt uddannelse
- Hvert år skal der i DOF være taget initiativ til at øge ressourcetilførslen til elitearbejdet

Organisation

Et stærkt elitearbejde kræver en stærk og stabil organisation, der kan sikre retning i arbejdet og optimal støtte omkring både løbere og aktiviteter. DOF skal derfor arbejde for at kompetenceudvikle ansatte trænere og ledere, samt understøtte både rekruttering og uddannelse af kommende trænere.

Organisatorisk ledes elitearbejdet i DOF's sportschef i dialog med Eliteudvalget. Eliteudvalget består af en formand, 3 repræsentanter valgt af forbundets 3 kredse, en eller to løberrrepræsentanter, og andre med relevante kompetencer. Forbundets direktør, sportschef og landstræner er tilknyttet Eliteudvalget. Eliteudvalget er rådgivende for den professionelle driftsorganisation og DOFs Hovedbestyrelse.

Det er sportschefens opgave at sikre, at der sammensættes et team af trænere og ledere omkring hvert landshold, og at der rekrutteres frivillige ledere og hjælpere til at løse opgaver i relation til elitearbejdet.

Teamet omkring seniorlandsholdet består af en fuldtidsansat landstræner, suppleret af en eller flere assisterende trænere med opgaver i relation til både landshold og elitecenter. Teamet omkring juniorlandsholdet består af en halvtidsansat juniorlandstræner, samt et antal assisterende trænere med opgaver i relation til både juniorlandshold og talentcentre. Det er vigtigt, at der er overlap mellem trænerroller på seniorlandshold og elitecenter, samt juniorlandshold og talentcentre for at sikre direkte sammenhæng i arbejdet fra daglig træning til landshold.

For at sikre en stabil eliteorganisation, skal der i perioden fokuseres på rekruttering af kommende trænere og ledere i elitearbejdet. Dette kan være såvel nuværende landsholdsløbere, som personer uden egentlig landsholdserfaring. Uanset egen erfaring er passion for eliteorientering afgørende, ligesom relevante trænere skal tilbydes træneruddannelse i DOF's træneruddannelser, samt tilsvarende i DIF/TD regi. Målet er altid at have flere kompetente kandidater når trænerstillinger og lederposter bliver ledige.

Personaleledelse og kompetenceudvikling

Alle ansættelser, afskedigelser og lønspørgsmål varetages af DOF's direktør efter indstilling for DOF's sportschef. Sportschefen har personaleansvar for alle ansatte i eliteorganisationen.

Kompetente trænere i DOF's elitevirksomhed er centralt og der skal kontinuerligt arbejdes med kompetenceudvikling af alle ansatte trænere. Der udarbejdes derfor kompetenceprofiler for alle ansatte trænere, og iværksættes tiltag for at udvikle DOF's trænere i forhold til hvilken gruppe respektive træner arbejder med.

DOF kan ikke nødvendigvis selv varetage den konkrete uddannelse af trænere, hvorfor der samarbejdes med DIF, Team Danmark, specialforbund, samt andre relevante partnere, for at råde over undervisere med tilstrækkelig faglig kapacitet.

Målepunkter:

- Udviklingssamtaler gennemføres årligt for alle ansatte i eliteorganisationen
- Der udarbejdes udviklingsplaner for alle trænere i eliteorganisationen, og iværksættes uddannelsesinitiativer

Struktur og Landsholdskoncept

Formålet med DOF's landshold er dels at skabe optimale betingelser for at opnå verdensklasseresultater til senior-VM og -EM, og dels at sikre den bedst mulige fødekæde fra talent til verdensklasse. Landsholdene skal virke som forbillede og motivere hele orienterings Danmark.

DOF's landshold består af et antal træningsgrupper, der alle, på hvert sit niveau, arbejder mod samme mål. Hvert år udtages et antal løbere, der vurderes til at opfylde nærmere fastsatte udtagelseskriterier. Udtagelse til landsholdene er et tilbud om træning og udvikling, og det forventes at løberen er motiveret og parat til at indgå i arbejdet med at udvikle sig og præstere så godt som muligt. Fokus vil i de tidlige ungdomsår ligge på udvikling og efterhånden flytte sig til resultatfokus i seniorkarrieren.

Løbere der ikke udtages til, eller fravælger, landsholdene, vil stadig kunne udtages til mesterskaber og lign., såfremt de leverer resultater der opfylder nærmere fastsatte udtagelseskriterier. Udtagelseskriterier til grupper og mesterskaber udarbejdes af sportschef og landstrænere i forening, og drøftes efterfølgende i Eliteudvalget en gang årligt.

For alle løbere i landsholdsgrupperne gælder, at der årligt afholdes evalueringssamtale med landstræneren, hvor indsats og præstation evalueres.

Løbere udenfor forbundets landsholdsgrupper er velkomne til at kontakte forbundets trænere for råd og vejledning, herunder også dialog om udtagelse til landsholdsgrupper og mesterskaber.

Junior- og seniorlandsholdene vil i grundtræningsperioderne (typisk november-marts) primært have fællestræningsaktiviteter for både at sikre sparring, inspiration og motivation på tværs af aldersgrupperne, samt sikre en bedre udnyttelse af organisatoriske ressourcer. Træningen på de enkelte træningslejre/aktiviteter vil være differentieret for junior- og seniorlandsholdet.

I konkurrencesæsonen (typisk april-oktober) vil junior- og seniorlandsholdene have separate træningsaktiviteter.

Seniorlandshold

I perioden 2013-2016 har DOF's seniorlandshold bestået af 3 grupper, *Verdensklasse-*, *U23-gruppe* og *Elitegruppe*. Grupperingen har fungeret fint og fastholdes i perioden 2017-2020.

Seniorlandsholdet træner i hverdagen med udgangspunkt i Elitecenter Orientering, og det er et krav for optagelse på DOF's seniorlandshold at man træner i Elitecenter Orientering, eller har indgået aftale om andet med DOFs Sportschef.

Alle seniorgrupperne vil i udgangspunktet have samme træningsaktiviteter og mål, dog vil der kunne implementeres specifikke aktiviteter og tiltag for respektive grupper/løbere, hvis dette vurderes optimalt af sportslige eller økonomiske hensyn. Der lægges særlig vægt på ikke at overbelaste yngre seniorløbere, specielt ikke i forbindelse med store transitioner i livet, samt at udvise tilsvarende fleksibilitet for ældre løbere under hensyn til familie- og jobsituation. Det tilstræbes at Seniorlandsholdets træningslejre er af længere varighed for at sikre bedre mulighed for kvalitet i træning og restitution.

Verdensklassegruppen

Formålet med denne gruppe er at vinde medaljer ved VM og EM. Løbere i gruppen arbejder mod at optimere alle sider af deres præstation mod kommende mesterskaber. Gruppen sikres optimale betingelser i forhold til konkurrence, træning, restitution og helhed i satsningen.

- Der forventes en gruppestørrelse på 4-5 løbere
- Fuld fokus på at præstere topresultater¹ ved de kommende mesterskaber. Løberne er forhåndsudtaget til World Cup, EM og VM
- Udtagelseskriteriet er top 8 resultater individuelt til EM/VM – der udtages udelukkende på opnåede topresultater indenfor seneste 2 år²
- Løberne indplaceres som "Verdensklasseatlet" i Team Danmarks støttekoncept
- Der er mulighed for stipendium eller økonomiske støtte fra DOF

U23-gruppen

Formålet med denne gruppe er at give stærkt motiverede unge løbere, som allerede har vist et højt niveau, mulighed for, uden store præstationskrav, at arbejde målrettet mod at opnå verdensklasseniveau inden for de første 3 senior år.

Gruppen sikres optimale betingelser i forhold til udvikling, træning, restitution og helhed i satsningen. Man kan optages i gruppen direkte fra juniorlandsholdet eller i en senere alder.

- Der forventes en gruppestørrelse på 3-6 løbere afhængigt af talentudviklingens succesrate
- Fuld fokus på at udvikle løbernes præstationsniveau mod verdensklasseniveau
- Udtagelseskriteriet er opnåede individuelle top 6 placeringer til Junior-VM eller top 15 placeringer til World Cup, og en samtidig samlet vurdering af løbernes satsning og potentiale
- Løberne indplaceres som "Eliteatlet" i Team Danmarks støttekoncept
- Der er mulighed for begrænset stipendium eller økonomisk støtte fra DOF

Elitegruppen

Formålet med denne gruppe er at give stærkt motiverede løbere med vurderet VM/EM top 15 potentiale i nær fremtid, eller unge løbere der vurderes til at have potentiale til at opnå verdensklasse på sigt, gode rammer for at opnå dette niveau i regi af landsholdet. Målet for gruppen er på sigt at vinde medaljer ved VM og EM, og der vil blive stillet væsentlig større krav til niveau hos ældre løbere i forhold til yngre.

- Der forventes en gruppestørrelse på 0-6 løbere afhængigt af niveau
- Udtagelse til gruppen baseres på en kvalitativ vurdering af de enkelte løbere, og kun løbere der vurderes realistisk top 15 potentiale til EM og VM over tid relateret til løberens alder, kan udtages til gruppen
- Løberne indplaceres afhængigt af niveau og vurdering efter forhandling som "Eliteatlet" eller "Team Danmark atlet" i Team Danmarks støttekoncept
- Det vil være begrænset mulighed for stipendium eller direkte økonomisk støtte fra DOF
- Løberne udtages for et år ad gangen for at sætte fokus på nødvendigheden af udvikling og præstation nu og her

Mesterskabsdeltagelse

- Der udtages hold til VM, dvs. optil 3 damer + 3 herrer pr. distance og afhængigt af niveau
- Der udtages hold til EM, dvs. optil 6 damer + 6 herrer pr. distance og afhængigt af niveau
- Der udtages hold til World Cup, dvs. optil 6 damer + 6 herrer pr. distance og afhængigt af niveau
- Der kan udtages hold til Studenter-VM, dvs. optil 4 damer + 4 herrer pr. distance og afhængigt af niveau
- Der kan udtages hold til Euromooting, dvs. optil 4 damer + 4 herrer pr. distance og afhængigt af niveau

¹ Topresultater er top 8 placeringer til VM, EM og World Cup

² Udtagelseskriterierne til Verdensklassegruppen følger til enhver tid Team Danmarks indplaceringskrav som "Verdensklasseatlet"

Målepunkter for seniorlandsholdet

- Medalje til alle seniormesterskaber (VM og EM)
- Dansk Orientering er kontinuerligt blandt verdens 8 bedste nationer til senior-EM og -VM målt på top 8 placeringer

Juniorlandshold

Juniorlandsholdet har i perioden 2013-2016 været delt i to grupper, men det har i praksis vist sig vanskeligt at differentiere imellem grupperne. Juniorlandsholdet samles derfor i en gruppe der arbejder mod at sætte fart på den langsigtede udvikling af løbernes satsning, samt en begyndende fokusering på mesterskabsforberedelse og præstationsoptimering.

Formålet med Juniorlandsholdet er at give DOF's største talenter bedst mulige rammer for træning og udvikling i et langsigtet perspektiv. Juniorlandsholdet skal være et miljø, der motiverer og inspirerer til udvikling og præstation, samt mere og bedre kvalitet i træning.

Juniorlandsholdet træner i hverdagen med udgangspunkt i DOF's regionale talentcentre og egne klubber. Det forventes at løbere på DOF's juniorlandshold deltager aktivt i talentcentertræning.

Juniorlandsholdets trænings- og konkurrenceaktiviteter forsøges i videst mulig grad planlagt i forhold til skolernes ferie for at undgå unødvendigt fravær. Dette kan være vanskeligt helt at undgå, hvorfor løbere på juniorlandsholdet, hvis muligt, anbefales at søge optagelse på 4-årige Team Danmark forløb.

Det tilstræbes at juniorlandsholdet har ca. en månedlig aktivitet i enten ind- eller udland.

Juniorlandsholdsgruppen

Formålet med gruppen er at give DOF's største talenter optimale rammer for udvikling fra talent til internationalt niveau samt at introducere mesterskabsspecifik forberedelse og præstationsoptimering uden at det langsigtede fokus bevares. Gruppen indeholder kun de mest motiverede og seriøst satsende løbere. Man udtages på baggrund af en samlet vurdering af fremtidigt potentiale og indsats.

- Der forventes en gruppestørrelse på 12-15 løbere afhængigt af niveau
- Udtagelse til juniorlandsholdsgruppen baseres på en kvalitativ vurdering af niveau, indsats og fremtidigt potentiale. Der stilles større krav til ældre løbere
- Optagelse gælder for 1 år, hvorefter løberen evalueres med henblik på fortsat udtagelse. Evaluering baseres udtagelseskriterierne for gruppen
- Juniorlandsholdet afvikler en årlig mesterskabsspecifik træningslejr, som en del af udviklingen mod verdensklasse
- Der arbejdes langsigtet og med alle discipliner

Mesterskabsdeltagelse

- Der udtages fuldt hold til Junior-VM, dvs. 6 piger + 6 drenge.
- Der udtages fuldt hold til Ungdoms-EM i D/H16, dvs. 4 piger + 4 drenge, samt op til 4 piger + 4 drenge i D/H18 baseret på niveau og indsats.
- Der udtages hold til Junior European Cup baseret på niveau og indsats.

Målepunkter for juniorlandsholdet

- Der er kontinuerligt mindst 3 løbere med top 6 potentiale til Junior-VM – målet fungere som delmål på vej mod verdensklasse
- Dansk Orientering er kontinuerligt blandt verdens 6 bedste nationer til Junior-VM målt på top 8 placeringer
- Kontinuerlig produktion af 2 juniorløbere pr årgang med resultater og færdigheder til optagelse i U23 gruppen, og stor grad af motivation for udvikling

Elitecenter Orientering

Formålet med Elitecenter Orientering er at skabe optimale rammer for en elitesatsning i Danmark. Træning ved elitecenteret skal være fuldt integreret med træning på DOF's landshold, og deltagelse i elitecenteret er et krav for alle løbere på både seniorlandsholdet. Træning med Elitecenter Orientering skal ligeledes være relevant for juniorlandsholdet. Løbere på DOF's seniorlandshold anbefales at påbegynde videregående uddannelse i Århus, for derved at sikre optimal sammenhæng mellem daglig træning og uddannelse.

Elitecenter Orientering skal i perioden 2017-2020 fastholde og udvikle sin position som den optimale base for både junior- og seniorlandsholdsløbere, og skal derfor arbejde for at skabe gode rammer og sammenhænge mellem elitesatsning, uddannelse, job og socialt liv for løberne.

Flytning til Elitecenter Orientering i Århus kan ske i løbet af løbernes gymnasiale uddannelse, og anbefales senest at foregå ved påbegyndelse af videregående uddannelse, eller såfremt løberens daglige træningsmiljø ikke er optimalt. For at sikre den bedst mulige start og udvikling hos den enkelte løber, er dialogen i mellem løber og respektive gruppetrænere afgørende i forbindelse med flytning til elitecenteret. En flytning skal ikke forceres.

Ved flytningen til Elitecenter Orientering er det forbundets ønske at løberne fortsat repræsenterer deres moderklubber. Det er vigtigt for landsholdet at løbere tilknyttet Elitecenter Orientering er synlige i egne klubber og stiller op til DM'er for klubberne. Tilsvarende opfordre DOF også løberne til at deltage aktivt i træningssamlinger mv. i klubregi.

Elitecenter Orientering skal arbejde for at øge det totale volumen i landsholdsløbernes orienteringstekniske træning gennem at afvikle træningsweekender med orienteringsteknisk fokus. Træningsweekenderne koordineres med det øvrige program for Junior- og Seniorlandshold, således at 2 weekender pr. måned så vidt muligt friholdes for træningsaktivitet for løberne på Elitecenter Orientering, Junior- og Seniorlandshold.

Træningsweekender for Elitecenter Orientering kan afvikles i samarbejde med klubberne, og gerne inkludere træning i udlandet. Hvis elitecenteret og klubber indgår et samarbejde, bidrager elitecenteret med økonomi til dækning af omkostninger. Lokale eliteløbere kan inviteres til at deltage i elitecenterets aktiviteter når dette har et sportsligt perspektiv, der vil være tale om en vurdering fra gang til gang.

Elitecenter Orientering er også et tilbud for satsende eliteløbere uden for landsholdene, der har lyst til at udvikle sig og bidrage til miljøet. Træningen er ikke åben, men tilbydes efter et nærmere fastsat kriterium. Det er et krav for deltagelse, at man forpligter sig på lige fod med landsholdsløberne.

- Daglig træning i Århus 4-7 gange pr. uge under ledelse af Elitecentertræner, Landstræner eller Juniorlandstræner
- Elitecenter Orientering tilbyder lettere adgang til bolig/kollegier i Århus i samarbejde med Aarhus Kommune
- Elitecenter Orientering tilbyder adgang til ekspertbistand i form af fysioterapi, testning, mv. Egenbetaling må forventes for løbere udenfor seniorlandsholdsgrupperne
- Elitecenter Orientering arbejder for at skabe optimale betingelser for at kombinere satsning og studier på både videregående og gymnasiale uddannelser

Målepunkter – Elitecenter Orientering

- 20-25 løbere er tilknyttet Elitecenter Orientering igennem hele perioden
- En eller flere løbere fra Elitecenter Orientering optages på *Seniorlandsholdet*
- Samarbejde med DOF's klubber om afvikling af ekstra orienteringsteknisk træning i udlandet etableres og formaliseres

Talentcentre (TC)

DOF nuværende talentcentre har i sin form stort set bevaret samme koncept siden oprettelsen i 1993, dengang under navnet Talentmiljøer. Talentcentrene skal være et optimalt og inspirerende træningsmiljø omkring vores bedste ungdoms- og juniorløbere over hele landet, og skal supplere løbernes øvrige træning i egne klubber. Målgruppen for talentcentertræning er aldersgruppen 15-20 år.

Talentcentre skal i perioden 2017-2020 udvikles og i højere grad motivere og inspirere unge talenter til en elitekarriere, ikke kun på landsholdsniveau men også på nationalt niveau. Målet er herigennem at skabe større rekrutteringsgrundlag for landsholdene og større indbyrdes konkurrence.

Træning i et talentcenter skal tage udgangspunkt i de bedste og ældste løberes behov. Man udtages til træning i et talentcenter baseret på en kombination af niveau, indstilling og motivation. Løbere udtages af talentcentertrænerne efter indstilling fra klubbernes styregruppemedlemmer. Fremmøde til træning forventes i både talentcenter og egen klub.

Talentcentre oprettes regionalt hvor der kan skabes basis for drift. For at understøtte talentcentertrænerens arbejde oprettes en styregruppe bestående af repræsentanter fra alle deltagende klubber. I styregruppen sidder også talentcentertrænerne og DOFs sportschef. Det er styregruppens ansvar at koordinere praktisk hjælp til talentcentertrænerne, herunder postudsætning/-indsamling og andre praktiske opgaver. Talentcentertrænerens opgave er at fokusere på træning og udvikling af løberne. Talentcentertrænerne ansættes af DOF og refererer til DOF's sportschef.

For at skabe sammenhæng mellem talentcentre og arbejdet på juniorlandsholdet, sammentænkes rollerne som TC-træner og assisterende juniorlandstræner. En talentcentertræner er derfor ideelt set også tilknyttet juniorlandsholdet som assisterende træner.

- Talentcentre i DOF skal skabe kvalitet og struktur i træning, herunder at inspirere og motivere talentfulde unge løbere til en elitesatsning
- Talentcentre afvikler regional ugentlig træning med opfølgning af løberne, som et supplement til klubbernes træning
- Talentcentre skaber en kontinuerlig udvikling af talentmassen.
- Talentcentre deltager i fælles TC-weekender og afvikler løbende 3000m test i samarbejde med juniorlandsholdet

I samarbejde med sportschefen arbejder styregruppen på at udvikle samarbejdet mellem elitekommuner, deltagende klubber og talentcentre. DOF sikre at ansatte trænere modtager uddannelsestilbud til kompetenceudvikling.

Målepunkter for TC

- Ved udgangen af 2018 er størrelsen på juniorlandsholdet øget pga. større rekrutteringsgrundlag fra TC'erne
- Ved udgangen af 2017 er mindst to TC'er repræsenteret i trænerteamet omkring juniorlandsholdet
- De afvikles årligt to fælles TC-weekender med indlæg fra landstrænere, TC-trænere og seniorlandsholdsløbere
- Alle TC'er har besøg af juniorlandstræneren to gange årligt

Vedtaget på hovedbestyrelsesmøde d. 15/12 2016