



Frederiksberg IF
Atletik & Motion

**Elite- & Talentkoncept
FIF Atletik & Motion
2018**

Indholdsfortegnelse

Indledning	3
Formål	3
<i>Organisatorisk opbygning</i>	3
<i>Fordeling af elitemidler i FIF Atletik & Motion</i>	4
Generelle krav, forventninger samt tilbud	4
Støttegrupper	5
<i>Ungdomsudøver (fra og med 16 år til og med 17 år)</i>	5
<i>Bobler (kun senior)</i>	6
<i>Fra og med Bobler til og med Nordisk elite (både junior, U23 og senior)</i>	6
<i>International Subelite</i>	7
Der ydes individuel økonomisk støtte (jævnfør punktet Støttebeløb) som kan bruges til følgende:	7
Støttebeløb	7
FIF Atletik & Motion's Elitekalender 2018	8
Kravtider	9

Indledning

Dette dokument beskriver elite- og talentkonceptet i FIF Atletik & Motion, herunder organisation, hvordan de aktive kan kvalificere sig, hvad de kan opnå og hvad der forventes af dem.

Konceptet er kun gældende for atleter som har klaret en kravtid som giver dem rettighed til at være en del af gruppen, og som herefter har udfyldt tilstrækkelig ansøgning og er blevet godkendt.

For øvrige medlemmer af klubben henvises til klubbens generelle støttekoncept, som kan findes på

<https://fifatletik.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=167>.

Formål

Formålet med elite- og talentkonceptet i FIF Atletik & Motion er, todelt.

Der fokuseres i FIF Atletik & Motion på at skabe en sammenhæng mellem bredde og elite. Klubben ønsker at atleter der indgår i konceptet er en integreret del af og prioriterer klubben og foreningslivet. Samtidig fungerer talenter og elite udøvere som rollemodeller for børn og unge, så de fastholdes i sporten og udvikler deres atletikmæssige færdigheder.

Derudover er formålet at opbygge og vedligeholde et godt træningsmiljø for eliteatleter i alle discipliner samt give hver enkelt atlet mulighed for at udvikle sig personligt, fysisk og teknisk til det bedste vedkommende kan i forhold til sit talent og sine muligheder.

Målet er at udvikle senioratleter, som kan begå sig internationalt og som har mulighed for fleksibilitet i enten arbejde eller studie til at træne, og vilje til at sætte træningen højest. Elitekonceptet strækker sig dog også ned gennem alderstrinene og trænerne i klubben sikrer en rød tråd i træningen fra miniholdene og helt op til seniorgrupperne. Den røde tråd sikres gennem aldersrelateret træning og er beskrevet på <https://fifatletik.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=170> . Disse principper er fortsat under udvikling.

Ved elite forstås atleter som kan klare kravtider, og som er villige til at sætte sporten i første række i en periode for at opnå resultater internationalt set, på sigt, samtidig med at de er en integreret del af klubben og fællesskabet.

Organisatorisk opbygning

Elitekonceptet administreres og drives i det daglige af klubbens Eliteudvalg, som refererer direkte til bestyrelsen.

Udvalget består til enhver tid af 4-5 medlemmer, hvoraf 1 er bestyrelsesrepræsentant. Så vidt muligt tilstræbes det at have en tidligere eliteatlet i udvalget.

FIF Atletik & Motion's eliteudvalg består i 2018 af:

- Andreas Kløv (Bestyrelsesrepræsentant)
- Thorsten Baumeister (træner, langdistance)
- Claus Ulmits (træner, mellemdistance)
- Poul Beck (træner, sprint/spring)
- Allan Kristensen (træner, kast)

Klubbens eliteudvalg har en budgetramme, indenfor hvilken de kan råde, med reference til klubbens kasserer. Forbrug udover individuel elitestøtte til atleter skal vedtages med flertal i eliteudvalget.

Fordeling af elitemidler i FIF Atletik & Motion

- 80% går til individuel elitestøtte (støttebeløb fastsættes af bestyrelsen og eliteudvalget, med udgangspunkt i budget og antal aktive)
- 20% går til fælles eliteaktiviteter (træningslejre i udlandet, træningsweekender i Danmark, indkøb udstyr, adgang til DAF ATK, -CTU, -Elite, -Team Danmark, landsholdsdeltagelse, styrke osv.)

Generelle krav, forventninger samt tilbud

For at komme i betragtning og blive en del af konceptet, kræves det at atleten klarer bestemte krav (kap. 7) og sender en motiveret ansøgning til eliteudvalget indeholdende sæsonplan, langsigtet plan/drøm (hvad har du opnået når du er 30 år) samt kort beskrivelse af hvorfor du ønsker at indgå i FIF Atletik & Motion's elite- og talentkoncept.

Det er en klar fordel, såfremt atleten er træner i FIF.

Ansøgning bør fylde 1/2-1 A4 side + en A4side med sæsonplan. Eliteudvalget hjælper gerne med udfærdigelse af ansøgning.

Det er en forudsætning for indgåelse af kontrakt at begge parter de kommende 2 år kan overholde de medfølgende forpligtigelse, alternativt ventes til denne forudsætning er opnået med indgåelse af kontrakt.

Der er følgende krav som er obligatorisk for alle atleter med elitekontrakt at leve op til:

- Være medvirkende til at skabe et godt træningsmiljø ved at være til stede til træningen min. 2 gange pr. uge. (kan fraviges efter aftale med træner, ved stævneaktivitet, træningslejr og skade)
- Være et forbillede i klubben, og ikke udtale sig negativt omkring klubben klubbens sponsorer
- Deltage i aktiviteter på klubbens elitekalender, såfremt en sådan er etableret
- I muligt omfang at deltage i frivilligt arbejde i klubben ifbm. afholdelse af motionsløb, atletikstævner mv. Det forventes at de eliteaktive bruger 15-25 timer på dette årligt
- Være trænet af én af klubbens elite seniortrænere
- Aflevere en sæsonplan gældende for et helt år, én gang årligt

- Deltage i begge DT-konkurrencer årligt, deltage i DM i relevant disciplin(er) samt, hvis relevant, i alle afdelinger af holdkonkurrencen i Cross Nationals - kan naturligvis fraviges ved skader – men det er atletens pligt at tilrettelægge arbejde/træning og andet sådan det ikke kommer i vejen for ovenstående
- Have en ambitiøs og seriøs indstilling til træning og konkurrencer, herunder kun indtage alkohol ”med måde” ifbm. træningslejre, rejser og lignende hvor udøveren repræsenterer FIF Atletik & Motion
- Stå til rådighed for klubben og klubbens sponsorer ved forskellige arrangementer, når dette er varslet minimum 3 måneder i forvejen og ikke karambolerer med stævneaktivitet og træningslejr
- Ved positiv dopingtest eller dom for alvorlig kriminalitet har klubben ret til med øjeblikkelig virkning at hæve kontrakter
- Betaling af kontingent som klubbens øvrige medlemmer og ikke være i restance

Eliteaktive atleter tilbydes:

- Træningsmiljø med gode sparringspartnere og kompetente trænere
- Personlig træner, med højt niveau
- Fri adgang til FIFs faciliteter, dog alene indenfor de tidspunkter klubben råder over disse
- Klubbøjspakke uden beregning én gang årligt (tøjpakken består typisk af 4 dele, herunder jakke, T-shirt med korte eller lange ærmer, samt korte og lange bukser) – fra og med ”National Elite” og højere niveau
- Individuel støtte til behandling mv. Beløb og hvad støtten kan bruges til, er differentieret mellem gruppene og fremgår herunder. Fælles for alle grupper er dog at støtten kun kan bruges til ting som vurderes at bidrage til at atleten udvikler sig inden for sit støtteområde
- Ekstraordinære rabatordninger hos klubbens samarbejdspartnere
- Billig deltagelse i årlig træningslejr i Sydeuropa
- Støtte til diverse elementer, i henhold til klubbens generelle støttepolitik (<https://fifatletik.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=167>)

Støttegrupper

Ungdomsudøver (fra og med 16 år til og med 17 år)

Atleter i denne aldersgruppe indgår ikke direkte i klubbens elitekoncept da skolen bør komme i første række, og sporten gerne skal være drevet 100% af lyst.

Via input fra klubbens trænere i denne aldersgruppe, kan eliteudvalget, i særlige tilfælde, hvor en atlet udviser særligt stort talent eller potentiale vælge at støtte atleten i begrænset omfang.

Det kan være sponsoreret træningsbeklædning og/eller ekstraordinære rabatordninger hos klubbens samarbejdspartnere.

Dette skal vedtages enstemmigt i eliteudvalget, og herefter skal muligheden præsenteres for atleten og dennes væрге, samt træner.

Klubbens generelle støttepolitik er naturligvis gældende for denne aldersgrupper (<https://fifatletik.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=167>)

Bobler (kun senior)

En atlet kan maksimalt indgå i denne gruppe 2 gange, og ikke 2 på hinanden følgende perioder, dvs. at der skal være et mellemliggende år, hvor atleten ikke klarer boblerkravet før en ny kontrakt kan indgås.

Hvis en atlet tidligere har indgået i elitekoncept på højere niveau, kan atleten ikke igen indgå på boblerniveau, eneste undtagelse herfra er længerevarende skadesperiode (>2år) hvorefter eliteudvalg vurderer at det kan være gavnligt for klubbens træningsmiljø og atleten at lade denne indgå i elitekonceptet.

Fra og med Bobler til og med Nordisk elite (både junior, U23 og senior)

Der ydes individuel økonomisk støtte (jævnfør punktet Støttebeløb) som kan bruges til følgende:

- Behandling (herunder mentaltræner)
- Fysisk Screening og test
- Ernæringsvejledning
- Alternativ træning i forbindelse med skade (svømmehal, fitness-center og lignende. Fitnesscenter kan dog alene benyttes såfremt der er tale om fysioterapi anbefalet genoptræning ved brud af udstyr der ikke forefindes i styrkerum på stadion)
- Kurser/seminarer (hvis det vurderes at kunne bidrage til atletens udvikling)
- Stævneaktivitet i DK som ikke er dækket af klubbens generelle støtteordning og som kan bidrage positivt til atletens udvikling mod international subeliteudøver (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Stævneaktivitet i udland, dog maks 4 stævner pr. år.
- Træningsaktivitet i DK (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Træningsaktivitet i udland (dog maks 60% af støttebeløb)
- Udstyr (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

International Subelite

Der ydes individuel økonomisk støtte (jævnfør punktet Støttebeløb) som kan bruges til følgende:

- Behandling (herunder mentaltræner)
- Fysisk Screening og test
- Ernæringsvejledning
- Alternativ træning i forbindelse med skade (svømmehal, fitness-center og lignende. Fitnesscenter kan dog alene benyttes såfremt der er tale om fysioterapi anbefalet genoptræning ved brud af udstyr der ikke forefindes i styrkerum på stadion)
- Kurser/seminarer (som vurderes at kunne bidrage til atletens udvikling)
- Studiemateriale (herunder hjælp til ekstra undervisning hvis nødvendigt)
- Stævneaktivitet i DK som ikke er dækket af klubbens generelle støtteordning og som kan bidrage positivt til atletens udvikling (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Stævneaktivitet i udland,
- Træningsaktivitet i DK
- Træningsaktivitet i udland
- Udstyr (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

Støttebeløb

Elitekoncept, version: 1.0, 2018

	Junior	U23	Senior
Bobler			3.000,-
National eliteudøver	3.000,-	6.000,-	6.000,-
Nordisk eliteudøver		8.000,-	10.000,-
International sub-eliteudøver	7.000,-	10.000,-	20.000,-

Støtten tildeles i forhold til udøverens aktuelle alder i året hvor et kvalifikationskrav opnås. Dette kan skitseres således:

Sidsteårs-U/23 som klarer U/23-krav:	Sidsteårs-junior som klarer junior-krav:	Sidsteårs-U/18 som klarer junior-krav:
--------------------------------------	------------------------------------------	----------------------------------------

I året	Året efter (første år som senior)	I året	Året efter (første år som U/23)	I året	Året efter (første år som junior)
Støtte som U/23	Støtte efter U/23- tariffer, dvs. ingen ekstra støtte uanset indplacering jf. seniorkravene indtil evt. seniorkrav der udløser mere støtte er indfriet	Støtte som junior	Støtte efter junior- tariffer, dvs. ingen ekstra støtte uanset indplacering jf. U/23-kravene indtil evt. U/23-krav der udløser mere støtte er indfriet	Som angivet under Særlige noter for Talent- og ungdomsudøvere (til og med 17 år)	Støtte efter U/18- tariffer, dvs. ingen ekstra støtte uanset indplacering jf. junior- kravene indtil evt. junior-krav der udløser mere støtte er indfriet

Støttebeløbene vil i året hvor udøveren opnår kvalifikationskrav fordeles som følger: Krav opnået i perioden 1/1-31/5:

100% af max. støttebeløb.

Krav opnået i perioden 1/6-31/8: 50% af max. støttebeløb.

Krav opnået i perioden 1/9-31/12: 20% af max. støttebeløb.

En atlet som har opfyldt krav og indgået kontrakt er altid sikret et tilbud om kontrakt og støtte i året hvor kravet opnås samt det efterfølgende kalenderår. Dette for at sikre fastholdelse af atleter ved skader og andre forhindringer i forhold til at opnå elitekrav 2 på hinanden følgende år..

FIF Atletik & Motion's Elitekalender 2018

Under udarbejdelse

Kravtider

Herunder fremgår kravtider for at komme i betragtning til de forskellige støttegrupper.

Seniorer (23 år og ældre)

Øvelse	Kvinder, senior				Mænd, senior			
	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
100	12.35	12.15	11.90	11.72	11.10	10.95	10.74	10.61
200	25.40	25.00	24.40	23.90	22.22	21.97	21.60	21.35
400	57.20	56.14	54.90	54.02	49.60	49.10	48.00	47.25
800	2:13.20	2:11.00	2:07.00	2:04.00	1:53.70	1:52.80	1:50.30	1:48.80
1500	4:35.25	4:30.00	4:21.60	4:14.50	3:55.90	3:53.80	3:47.30	3:43.50
5.000m/5km	17:09.10	16:54.50	16:22.00	15:53.20	14:55.00	14:40.00	14:10.00	13:53.00
10.000m/10 km	36:25.00	35:52.00	34:40.00	33:50.00	31:30.00	31:00.00	29:59.30	29:15.00
1/2 marathon	1:20.10	1:18.45	1:16.10	1:13.59	1:09.15	1:08.00	1:06.00	1:04.20
Marathon	2:55.00	2:50.00	2:44.30	2:38.58	2:31.30	2:28.00	2:22.30	2:18.50
100/110 hæk	14.87	14.60	14.08	13.70	15.40	15.10	14.50	14.18
400 hæk	63.55	62.80	60.45	58.80	55.10	54.50	52.50	51.60
3000 forh.	11:25.00	11:00.00	10:35.00	10:17.50	9:22.50	9:15.00	8:55.50	8:42.50
Højde	1.66	1.73	1.79	1.83	1.99	2.05	2.13	2.18
Stang	3.35	3.60	3.85	4.03	4.55	4.75	5.13	5.35
Længde	5.58	5.75	6.08	6.27	6.80	7.12	7.45	7.68
Trespring	11.70	12.30	12.84	13.20	14.35	14.75	15.53	15.95
Kugle	12.70	13.50	14.87	15.70	15.40	16.00	17.45	18.55
Diskos	40.00	44.00	49.70	54.10	47.25	49.00	54.60	58.20
Spyd	44.00	47.00	50.87	54.00	62.20	66.00	70.60	74.00
Hammer	47.00	51.00	56.40	61.20	56.80	59.00	66.65	71.40
10/7-kamp	4400	4700	5120	5470	6250	6700	7120	7425
Indendørs	Kvinder, senior				Mænd, senior			
Øvelse	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
60	7.75	7.64	7.55	7.47	7.08	6.97	6.91	6.83
200	25.74	25.10	24.50	23.97	22.55	22.10	21.75	21.40
400	57.90	56.35	55.20	54.00	50.44	49.50	48.55	47.70
800	2:14.60	2:12.00	2:08.00	2:06.00	1:55.30	1:53.40	1:50.90	1:49.50
1500	4:38.00	4:31.00	4:22.20	4:17.00	3:57.70	3:55.00	3:49.80	3:46.00
3000	10:00.85	9:44.55	9:25.55	9:10.00	8:39.54	8:28.00	8:10.70	8:00.00
60 hæk	9.06	8.89	8.56	8.32	8.50	8.30	8.03	7.85
7/5-kamp	n/a	3.386	3.690	n/a	n/a	4.983	5.295	n/a

U23 (20-22 år)

	Kvinder, U/23			Mænd, U23		
Øvelse	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
100	12.35	12.15	11.90	11.10	10.95	10.74
200	25.40	25.00	24.40	22.22	21.97	21.60
400	57.20	56.14	54.90	49.60	49.10	48.00
800	2:13.20	2:11.00	2:07.00	1:53.70	1:52.80	1:50.30
1500	4:35.25	4:30.00	4:21.60	3:55.90	3:53.80	3:47.30
5.000m/5km	17:09.10	16:54.50	16:22.00	14:55.00	14:40.00	14.10.00
10.000m/10 km	36:25.00	35:52.00	34:40.00	31:30.00	31:00.00	29:59.30
1/2 marathon	1:20.10	1:18.45	1:16.10	1:09.15	1:08.00	1:06.00
Marathon	n/a	n/a	2:44.30	n/a	n/a	n/a
100/110 hæk	14.87	14.60	14.08	15.40	15.10	14.50
400 hæk	63.55	62.80	60.45	55.10	54.50	52.50
3000 forh.	11:25.00	11:00.00	10:35.00	9:22.50	9:15.00	8:55.50
Højde	1,66	1,73	1,79	1,99	2,05	2,13
Stang	3,35	3,60	3,85	4,55	4,75	5,13
Længde	5,58	5,75	6,08	6,80	7,12	7,45
Trespring	11,70	12,30	12,84	14,35	14,75	15,53
Kugle	12,70	13,50	14,87	15,40	16,00	17,45
Diskos	40,00	44,00	49,70	47,25	49,00	54,60
Spyd	44,00	47,00	50,87	62,20	66,00	70,60
Hammer	47,00	51,00	56,40	56,80	59,00	66,65
10/7-kamp	4400	4700	5120	6250	6700	7120
Indendørs	Kvinder, U/23		Mænd, U23			
Øvelse	National Elite	Internat. Sub-elite	National Elite	Internat. Sub-elite		
60	7.75	7.50	7.08	6.87		
200	25.74	24.05	22.55	21.55		
400	57.90	54.80	50.44	47.98		
800	2:14.60	2:10.20	1:55.30	1:51.05		
1500	4:38.00	4:26.00	3:57.70	3:48.80		
3000	10:00.85	9:37.40	8:39.54	8:18.76		
60 hæk	9.06	8.40	8.50	7.85		
7/5-kamp	3278	n/a	4723	n/a		

Junior (18-19 år)

	Piger, junior		Dreng, junior	
Øvelse	National Elite	Internat. Sub-elite	National Elite	Internat. Sub-elite
100	12.85	12.12	11.35	10.88
200	26.40	24.77	22.85	21.91
400	59.30	55.92	51.00	48.92
800	2:15.50	2:09.30	1:56.50	1:52.48
1500	4:42.00	4:27.60	3:59.50	3:52.10
5.000m/5km	17:50.00	17:09.00	15:15.00	14:42.11
10.000m/10 km	38:00.00	36.40.00	32:00.00	31:33.56
1/2 marathon	n/a	n/a	n/a	n/a
Marathon	n/a	n/a	n/a	n/a
100/110 hæk	15.35	14.40	14.80 (juniorhæk)	14.95 (Seniorhæk)
400 hæk	65.50	61.72	56.75	54.30
3000 forh.	11:30.00	11:00.00	9:38.00	9:15.00
Højde	1,66	1,76	1,97	2,10
Stang	3,40	3,65	4,50	4,92
Længde	5,55	5,95	6,80	7,30
Trespring	11,75	12,61	14,10	15,01
Kugle	12,25	13,94	14,00 (7.26 kg) 14,75 (6kg)	15,78 (7.26 kg) 17,25 (6 kg)
Diskos	40,50	46,00	45,50 (1.75 kg)	52,00 (1.75 kg)
Spyd	43,00	47,95	62,50	64,30
Hammer	44,00	53,87	54,50 (6 kg)	62,90 (6 kg)
10/7-kamp	4425	5010	6200 (senior)	6680 (senior)
Indendørs	Piger, junior		Dreng, junior	
Øvelse	National Elite	Internat. Sub-elite	National Elite	Internat. Sub-elite
60	7.95	7.60	7.22	6.95
200	26.45	24.83	23.00	21.96
400	59.50	55.96	51.60	49.30
800	2:16.35	2:10.80	1:57.15	1:53.15
1500	4:43.00	4:31.00	4:00.00	3:54.65
3000	10:16.42	9:54.14	8:48.20	8:29.21
60 hæk	9.31	8.74	8.55 (juniorhæk)	8.30 (seniorhæk)
7/5-kamp	n/a	n/a	n/a	n/a

Godkendt på bestyrelsesmøde den 8. august 2018