

## **KU seminar, 2.11.2019 kl. 9.30-16**

### **Dagsorden**

Formiddag: 9.30-12.30

- 1) Beretning v. Morten Espersen (KU)
- 2) Oplæg om rekruttering v. Anna Karina Ggravad (DFfR)
- 3) Indkomne forslag til behandling v. Morten Espersen (KU)

Frokost: 12.30-13.30

Eftermiddag: 13.30-16:00

- 4) Info fra DRC v. Finn Trærup (DRC)
- 5) Ungdomslandsholdsstruktur v. Nils Henrik Stene og Anders Tranberg (DRC)
- 6) Udtagelseskriterier og deltagerbetalinger v. Morten Espersen/Lea Jakobsen (KU)

Ordstyrer: Ian Baden

Referent: Lea Jakobsen

### **1. KU beretning (Morten Espersen, Peter Jelsgaard (TU Cup))**

KU medlemmer 2019: Morten Espersen, Lea Jakobsen, Niels Holmquist, Johnny Bo Vikkelsøe, Anders Brems, Peter Jelsgaard, Rene Andersen, Alexander Rathenborg

2020 sæson: Rene og Peter udtræder – afsøger nyt medlem inden for dommerstanden.

Hamborg – klubberne bedes afregne med regattaen i Hamborg ved regattaen.

Ratzeburg – indmelde overnatning i god tid via tilmeld.dk – kun 60 pladser i 2020.

TU-Cup:

- CPH regatta (2 dage), Sorø (1 dag), Holstebro (1 dag), DM (1 dag). Gerne flere løb (fx Århus Open, Haderslev).
- Indsigelsesfrist for TU-Cup resultater er 1 uge!
- Sponsor Præmier: Gavekort til trikot.
- Nyt tiltag de næste 3 år – udlodning af junior 1x hvert år – endeligt set-up ikke fastsat, information kommer i løbet af vinteren. Input til udlodning af 1x til Peter Jelsgaard.

### **2. Rekruttering (Anna Karina Gravad (DFfR), Niels Henrik Stene & Anders Tranberg (DRC)– alle deltagere)**

Sessionen blev brugt til at videns-dele om udfordringer og løsninger i forhold til rekruttering (indirekte fastholdelse)

Rekruttering og fastholdelse til dansk roning er via dygtiggørelse – viden ligger hos kaproningsklubberne.

Forbundets udviklingsressourcer bør fokusere på kaproningsklubberne.

Input bliver taget op af DFFR; i strategisk arbejde og i klubudviklings tiltagene.

Alle deltagere ved KU er velkomne til at tage fat i Sekretariatet for yderligere sparring. Alle deltagene klubber har i mail modtaget dokumenter med

### **3. Indkomne forslag**

Bagsværd Roklub med diskussionsoplæg for at få flere kvinder til at stille op i FM løb. Forslag til hvordan dette kan motiveres:

- stryge inrigger (W2+inr)
- øge gebyrer og give indtægten til de kvindelige roere

Andre forslag ang. DM afledt af diskussion fra BR:

- Tage TU-Cup for junior B ud af DM (begrundelse – Junior B roere kan ro senior løb).
- Ændre løbsrækkefølgen for at fordre deltagelse af de samme roere i flere løb.

I 2016-17: oplæg fra arbejdsgruppe om tilretning af DM for at få lige antal DIF mesterskaber til DM for mænd og kvinder.

Ændring siden: FM i W4- tilføjet, mix junior 8+ tilføjet, junior mænd 8+ taget ud. HB medlem (Thomas Ebert) har haft dialog med DIF ang. mulighed for at flytte rundt på DIF mesterskaberne for at skabe mere ligelig fordeling af DIF mesterskaber mellem kvinder og mænd. Redegørelse ved KU seminar 2018: ikke nemt – man skal bevise, at der er nok deltagere.

KU seminar opfordrer KU at genoptage diskussion omkring DM – løbsrækkefølge, fordeling af mesterskaber, inrigger, DM uge – med udgangspunkt i den tidligere arbejdsgruppes arbejde.

Reminder: forslag til vedtægtsændringer til HGF på kaproningsområdet skal via KU seminar til diskussion og eventuel vedtagelse først.

Fremadrettet: Indkomne forslag skal være skriftligt dokumenteret og KU i hænde senest 3 uger før KU seminar og deltagende klubber i hænde senest 2 uger før.

### **4. Info fra DRC**

Præsenterede slides deles.

Kraftcenter København er under udvikling ved Niels Hyldager – styregruppe vil blive nedsat og information delt.

### **5. Landsholdsstruktur 2020**

Præsenterede slides deles

Revideret landsholdsstruktur for U19:

- Der skal formuleres målbare enheder for success af udviklingsstrukturen:
  - o Antal roere i bruttogruppe

- Antal roere i "toppen"

Ingen Baltic Cup camp – er der nogen, der vil

## **6. Udtagelseskriterier**

Slides præsenteret bliver delt, men rettet for fejl!

Udtagelseskriterier bliver tilgængelige på roning.dk og bliver sendt ud med materiale fra KU seminar. Følgende ændringer på baggrund af KU seminar:

- Specifikation om brugen af test regatta for sidste års juniorer
- Særlige forhold omkring JNM pga tidligere placering

Senior (uden for DRC) udtagelseskriterier bliver offentliggjort så snart de er klar inkl. deltagergebyr og om der er fuld egenbetaling.

## **7. Evt.**

Mulighed for leasing/lån af Falcon Racing både til udviklingshold – kontakt til Jens Toft Christiansen fra Hadsund for info.

# 1.0 Velkommen

Tak til klubber, klubledere, trænere, roere, KU, DRC og DFfR

Orientering og drøftelse, evaluering

Sæsonens opgaver at løfte

Dirigent og referent forslag

# 1.1 Sæsonens opgaver

- KU medlemmer: Morten, Lea, Niels, Johnny, Anders, Alexander, Rene og Peter med DRC Anders, Stene og Finn.
- Mødeaktiviteter: Budget/regnskab, repræsentation og sagsbehandling. 2 dags møde. Dommerårsmøde. KU som DRC observator.
- Regattaer: Odense, Cph, Testløb, Sorø, Holstebro, Skolekap, DM, Harbour
- lagttagelser og udtagelser
- Internationalt: JVM, Hamborg, Ratzeburg, Coupe, U23 VM, JVM, Baltic Cup & Senior VM

## 1.2 Orientering, evaluering og tiltag

- DM: HB drøftelse med DIF.
- Junior og senior for kvinder og mænd ens bortset fra eksisterende DIF mesterskaber. 3 år med fuld bane.
- Strategi dokument arbejdes der på og nyt kommissorium med ansvars & arbejdsområder/funktioner
- Ungdommens deltagelse i TU – CUP lavere & i Årgangsmesterskaber
- Begynderkaproning på Sorø aflyst
- Habourrace otter stigende og DM 1000 m ottere i mix
- Mix ottere for unge juniorer med kombinationer ønskes

# 1.3 Resultater

- JEM
- JNM
- Coupe
- U23 VM
- Senior VM
- Baltic Cup

# 1.4 Udfordringer

- Kraftcenter DK/København – seniorer og tilbud
- Studenter roning og otterløb
- Rekruttering til kaproning hos klubber; trænere og roere
- Regatta kalender ændringer og nye tiltag
- Økonomi og evt. sponsorer
- Fremadrettet ved oversøiske mesterskaber, både og årer – tidligt bundet
- Mange internationale mesterskaber, prioritering af starter:  
Baltic Cup, JNM, JEM, Coupe & JVM  
U23 EM, U23 VM evt. Wcup start





# Rekruttering af unge

DFR |

**DRC**

**U23 landshold**

**U19 landshold**

**Andre  
ungdomslandshold**

**Kraftcentre**

**Klubber**

**Fast track til  
OL**



**D F *f* R**



Har dansk roning et problem?

Hvilke tegn ser I ?

---

Problemet er stort. Meget stort.



# Hvornår starter man til kaproning?

---

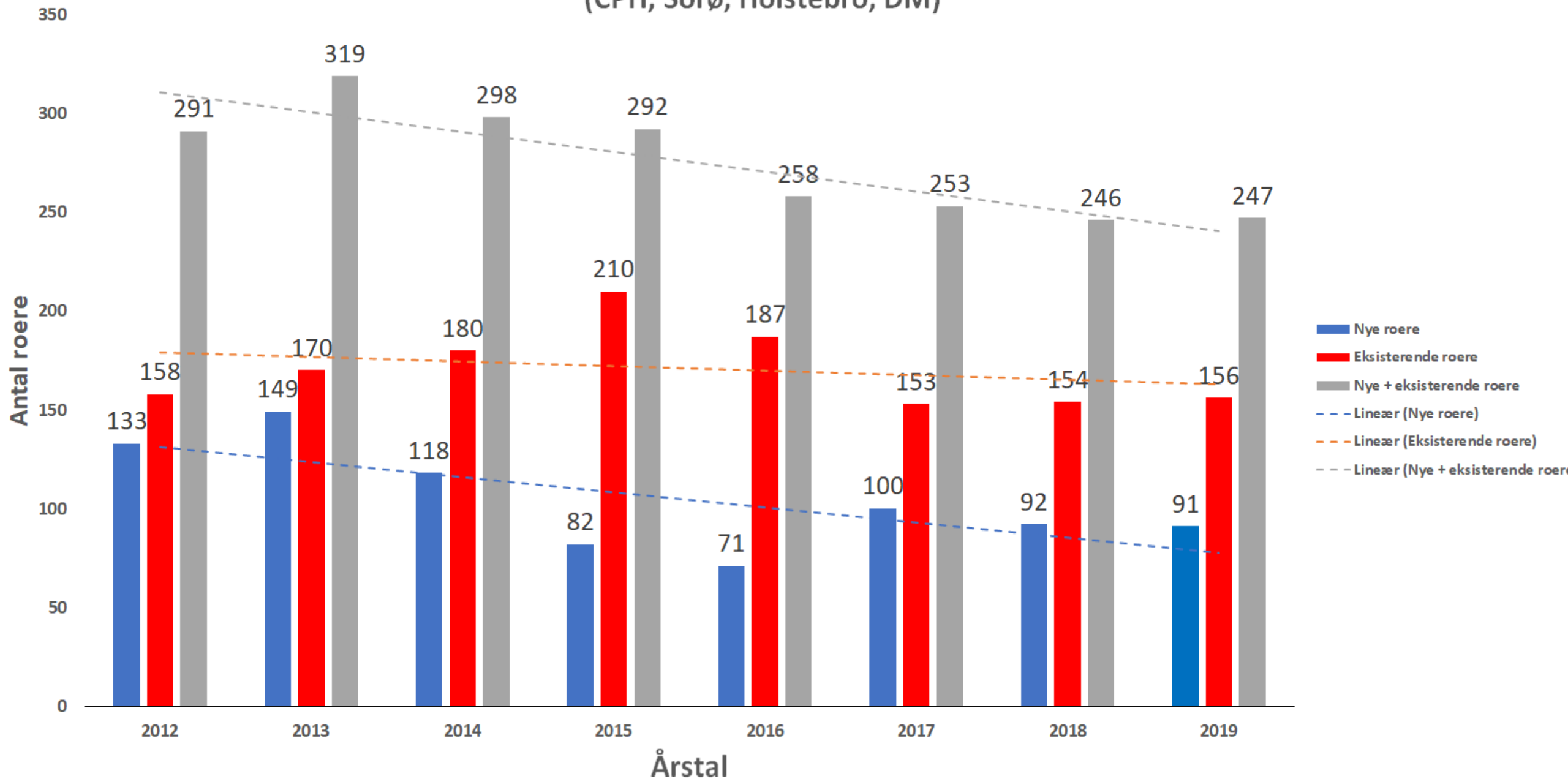
Regattahæftet giver værdifuld viden

## Statistik

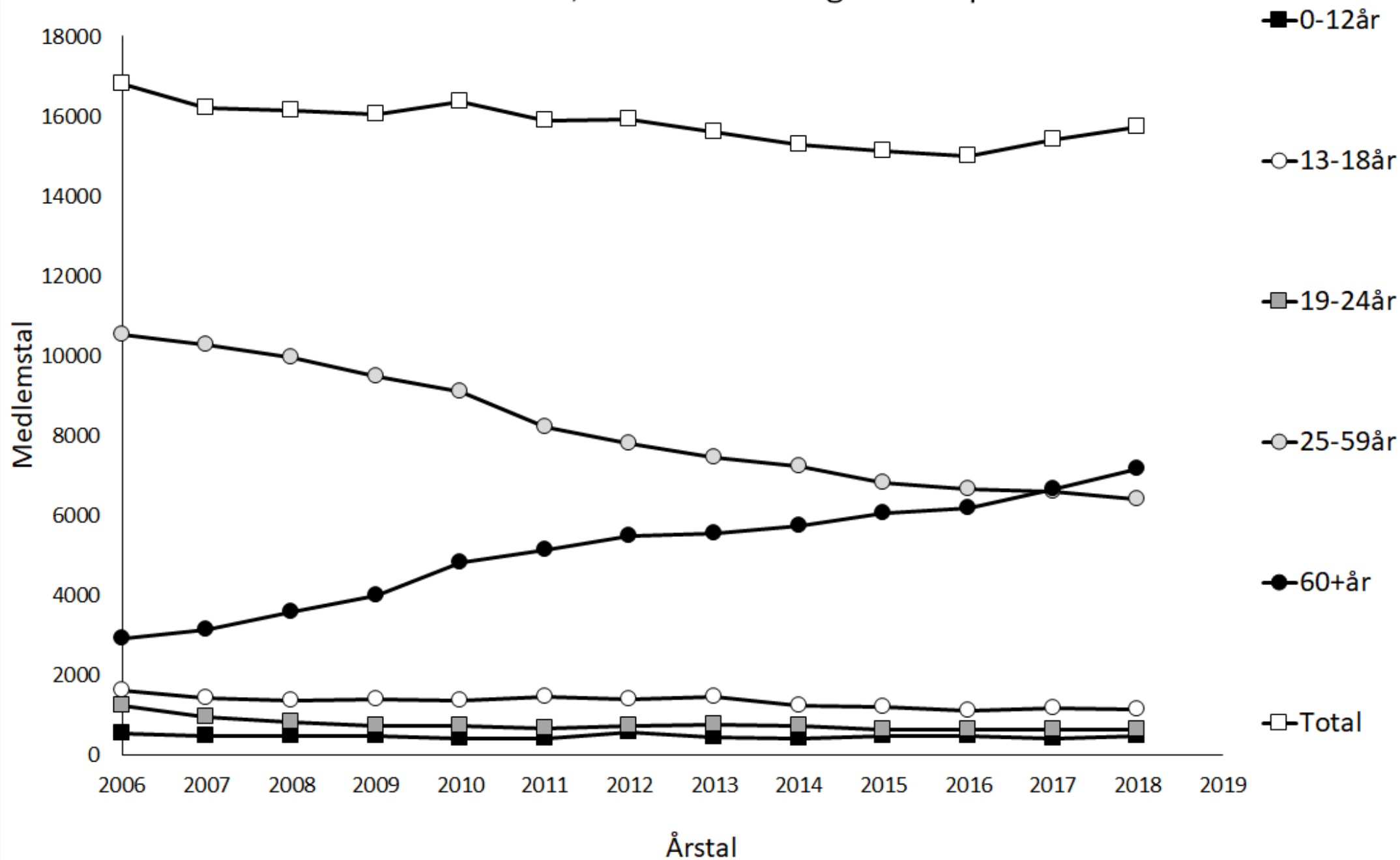
Hvordan ser antallet af deltagere ud til de danske regattaer?

Hvordan ser fordelingen af nye roere og eksisterende roere ud?

# Udvikling i roerdeltagelse ved danske regattaer 2012-2019 (U10-U19) (CPH, Sorø, Holstebro, DM)



# Medlemstal, Dansk Forening for Rosport



# Tendenserne er alarmerende

Fremtidsudsigterne er dystre

1

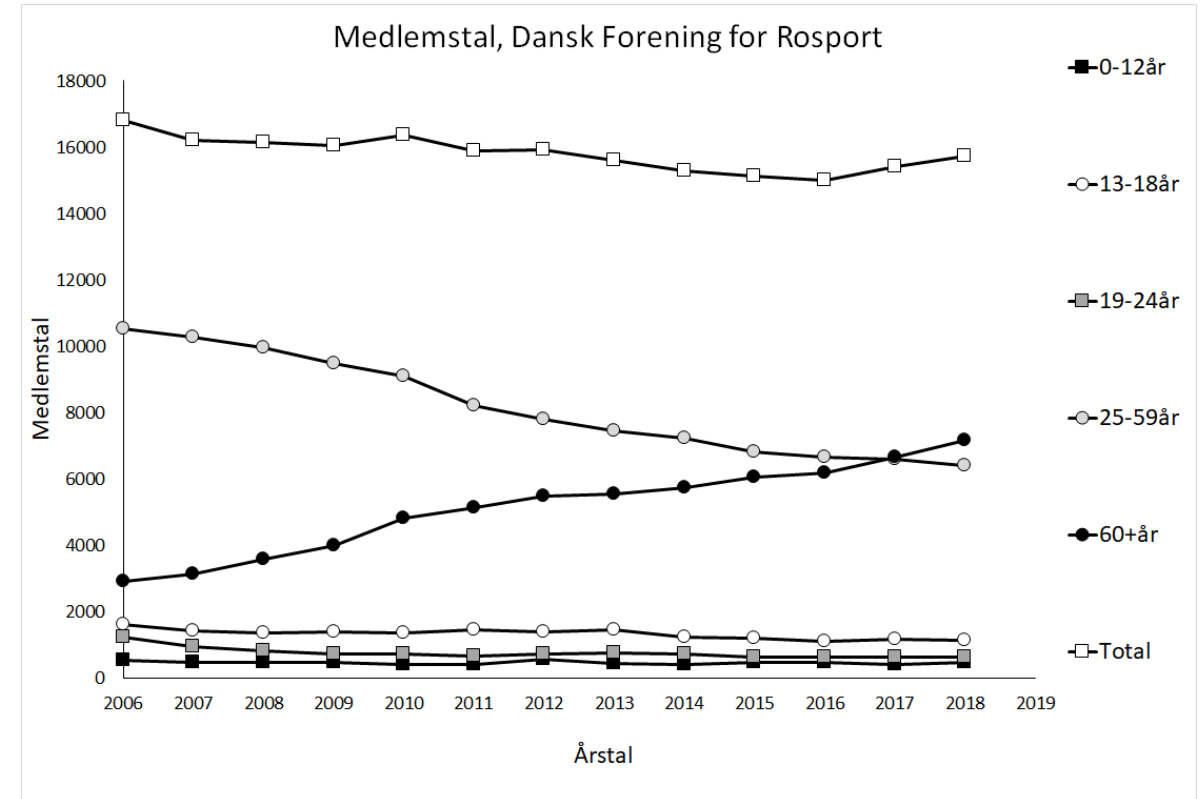
Færre roere – højere alder

2

Rekrutterer vi ikke unge =  
får vi en negativ effekt på lang sigt

3

Ungdomskaproning kommer til at lide  
Og dermed forvente fald i niveau



Hvis vi fortsætter med "plejer" er dansk roning ilde stedt!

# Hvad er billedet i MIN klub?

Læs og analyser

---

1

Hvad er tendensen i MIN klub?

2

Små grupper + få datapunkter = Statistisk usikkerhed.  
Tendenserne er det væsentlige.

3

Påstand: dansk ungdomskaproning er under pres  
Generelt falder antallet af ungdomsroere

---

Vi har alle brug for at hjælpe hinanden



# Identificer problemet udfra forskellige perspektiver

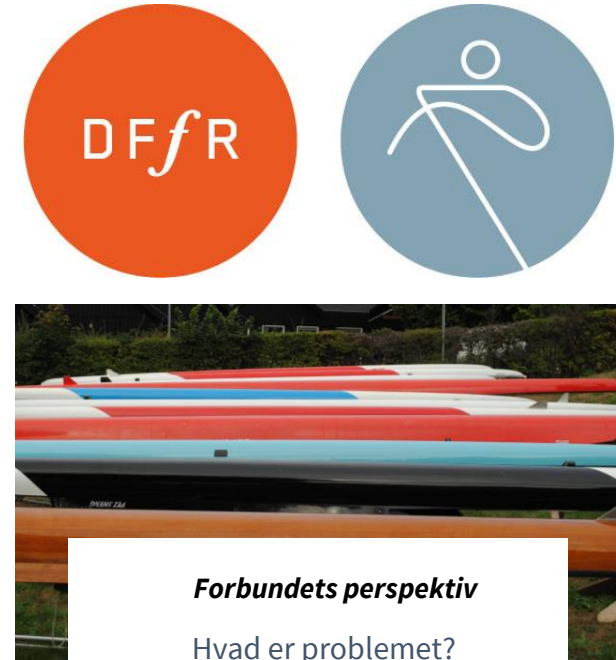
30 minutters gruppearbejde: 5 grupper med 6 personer



Unge



Klub



Forbund

15 min gruppearbejde. 3 min fremlæggelse pr. gruppe

# Er Holstebro-modellen vejen frem?

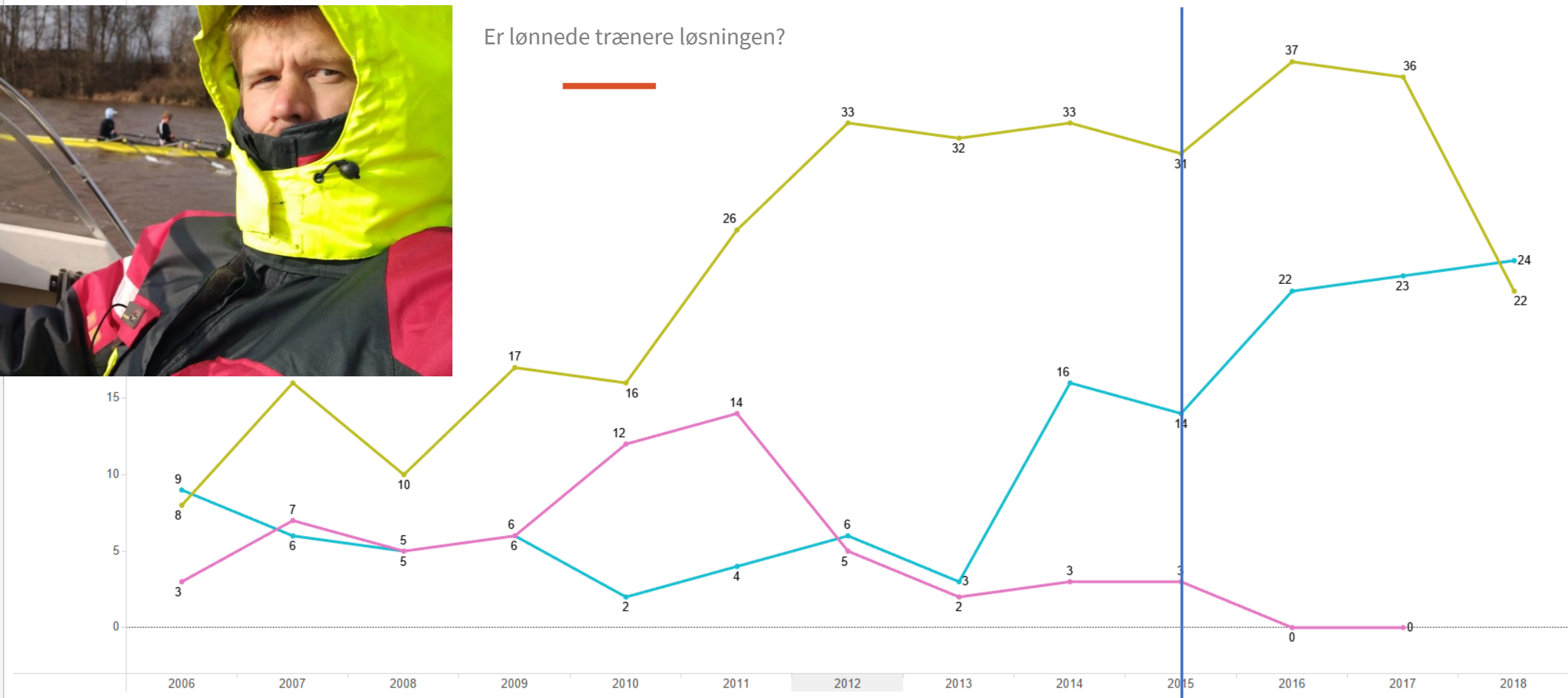


Aldersgruppering

Aldersgruppering

- 0-12
- 7-12
- 13-18
- 19-24

Er lønnede trænere løsningen?



JA, men der skal gøres et stykke arbejde først hjemme i klubben først

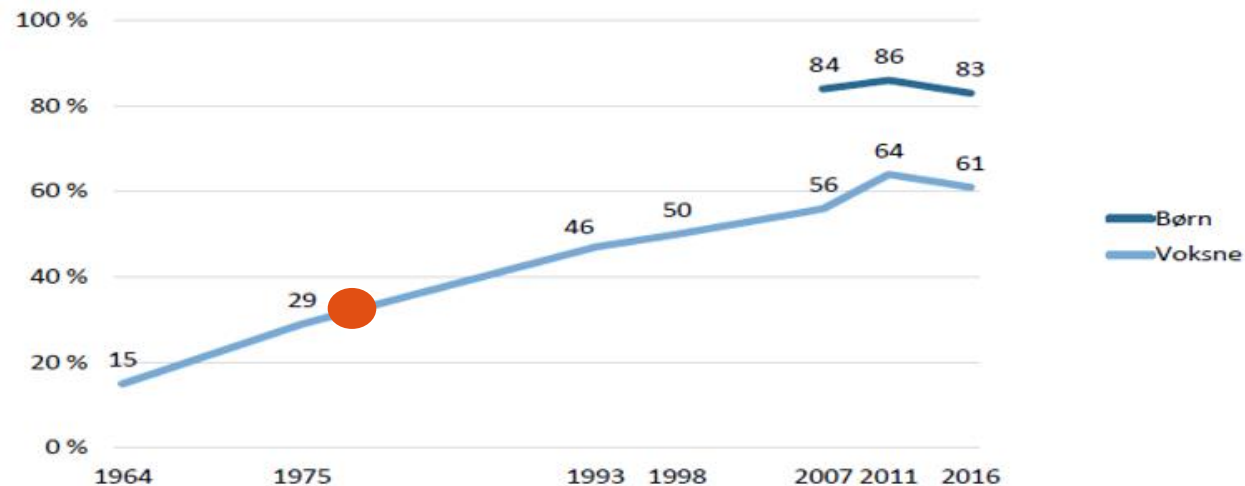
# Idrættens Analyse Institut

Voksen = +16 år



## Danskernes motions- og sportsvaner 2016 EN VÆKSTHISTORIE GENNEM ET HALVT ÅRHUNDREDE

- Voksenidræt vinder frem



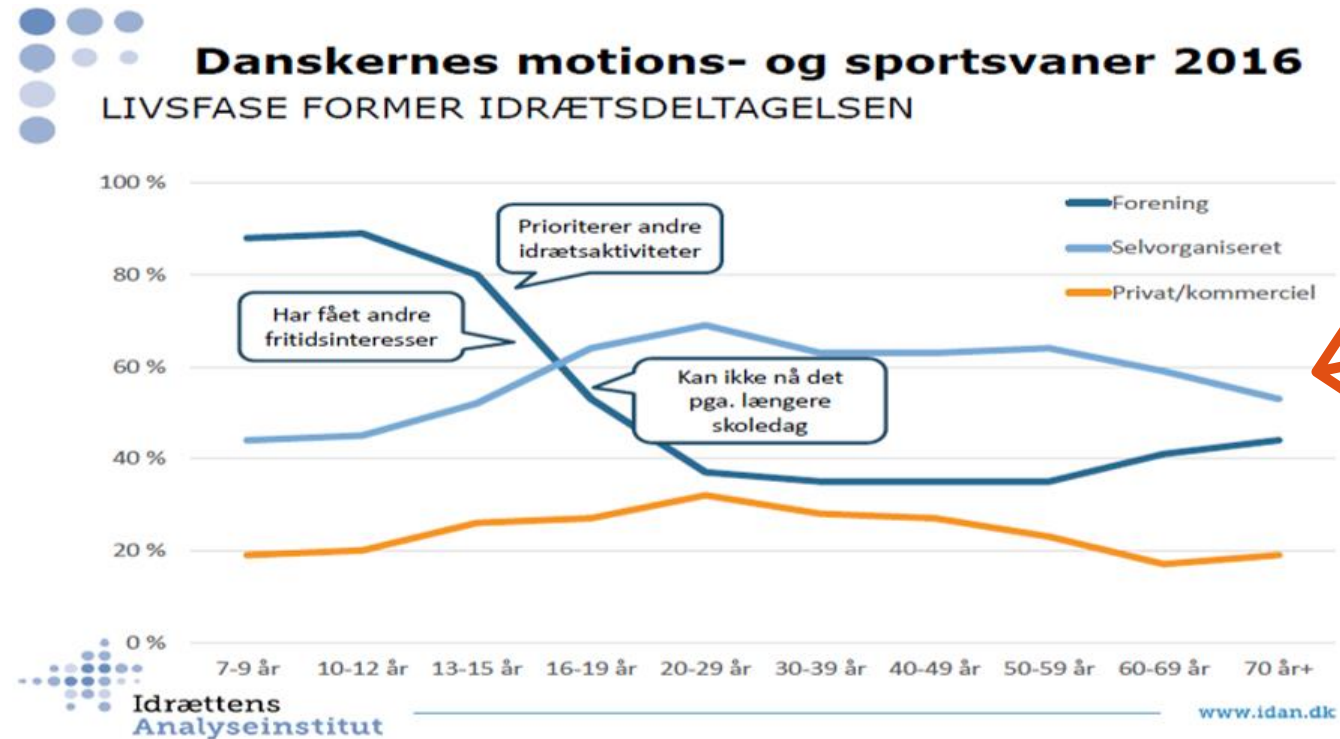
Idrættens

[www.idan.dk](http://www.idan.dk)

Dem I ønsker at satse på, er blevet mere idrætsaktive

# Fleksibilitet frem for alt

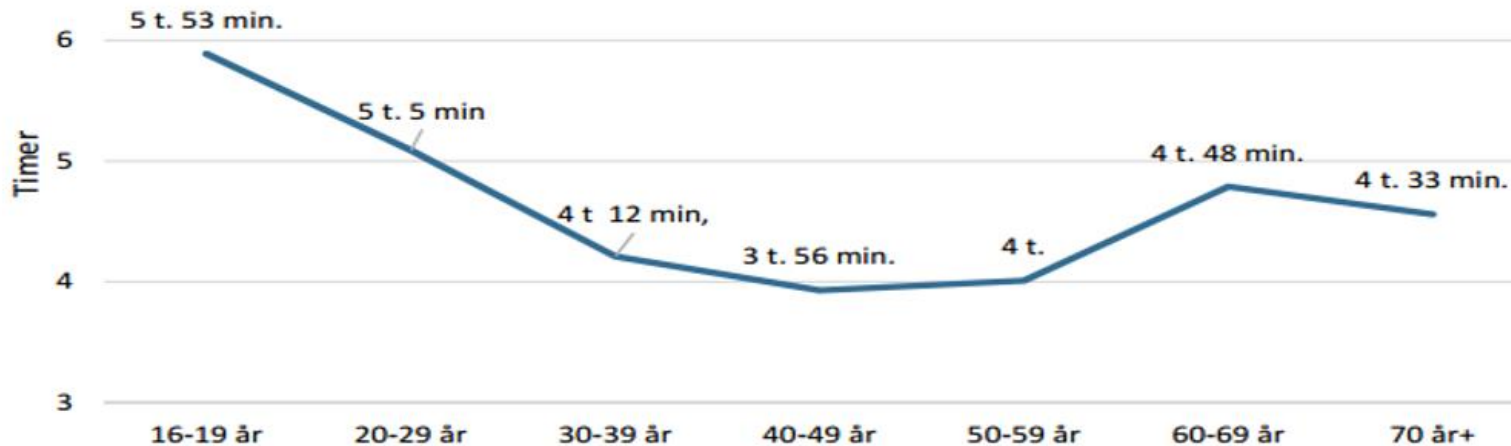
Hvad viser undersøgelserne på området?



De voksne dyrker primært idræt selv

# Tiden er begrænset

Hvad viser undersøgelserne på området?



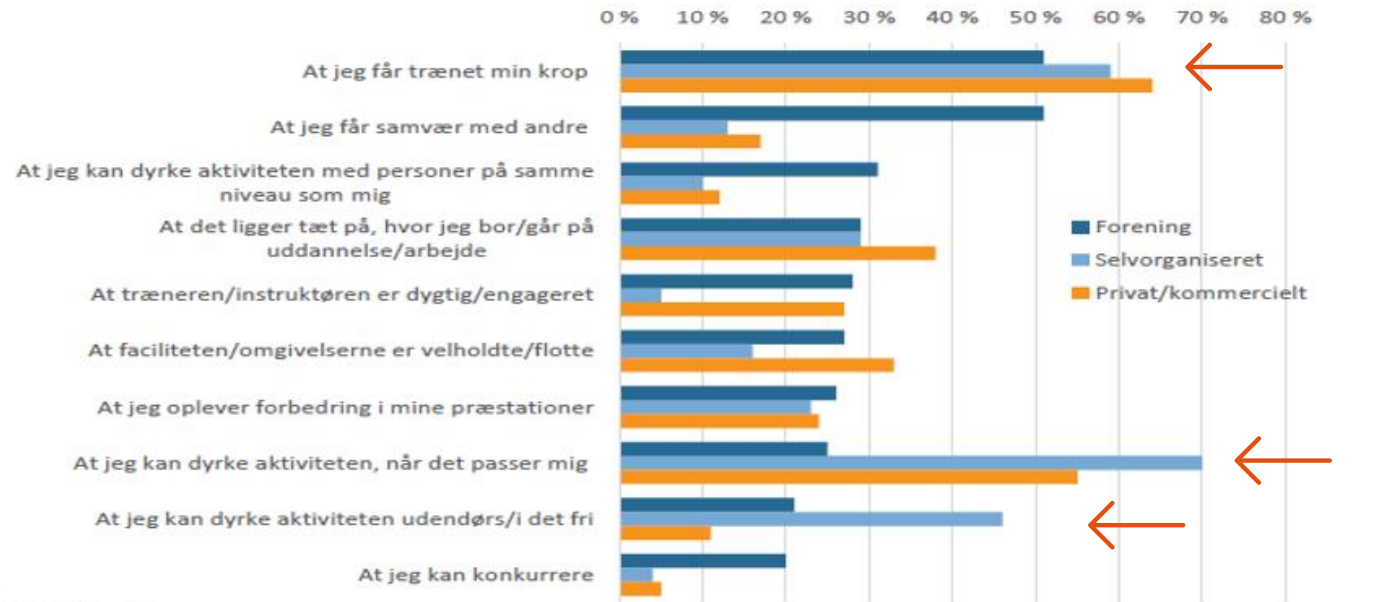
Voksne bruger i snit 4 t./ugen på idræt.  
Selvorganiseret idræt = 2-4 løbeture om ugen.  
Roning = 1 rotur om ugen.

# Voksen = 16år



## Danskernes motions- og sportsvaner 2016

FORENINGSAKTIVE VOKSNE VÆGTER EFFEKTIV TRÆNING OG FÆLLESSKAB HØJT



Idrættens  
Analyseinstitut

www.idan.dk

# TWEEN og ungdomslivet er i forandring



01. **Ingen mobiltelefoner. Intet Internet**  
Vi voksede op med dem her....



02. **Det perfekte liv er idealet**  
Nye billeder at spejle sig i:  
Den perfekte krop optræder  
over alt på SoMe

## BØRN: hvad er vigtigst når I går til idræt

1. Have det sjovt (87,9)
2. Blive bedre (77,9)
3. Være sammen med venner (74,2)
4. At have det godt med undervisere (73,7)
5. Have det godt med andre børn (72,8)
6. Være en del af et fællesskab (71,4)
7. Dygtige undervisere (68,1)
8. At træne eller øve meget (58,6)
9. Holde mig i form (57,1)
10. Få nye venner (47,6)
11. At mine forældre er interesserede (42,7)
12. At det er tæt på hvor jeg bor (23,7)
13. Vinde (17,3)

## FORÆLDRE: hvad er vigtigst for børn når de går til idræt?

1. Have det sjovt (95,4)
2. Have det godt med andre (92,5)
3. At have det godt med undervisere / trænere (87,6)
4. Være del af fællesskab (86,1)
5. Være sammen med venner (85,1)
6. At forældre er interesserede (77,6)
7. Blive bedre (68,8)
8. At trænere / undervisere er dygtige (64,4)
9. Få nye venner (47,5)
10. Holde sig i form (44,1)
11. Tæt på hvor han/hun bor (39,8)
12. Træner eller øver meget (25,1)
13. At vinde (19)





## BØRN: hvad er vigtigst når I går til idræt

1. Have det sjovt (87,9)
2. Blive bedre (77,9)
3. Være sammen med venner (74,2)
4. At have det godt med undervisere (73,7)
5. Have det godt med andre børn (72,8)
6. Være en del af et fællesskab (71,4)
7. Dygtige undervisere (68,1)
8. At træne eller øve meget (58,6)
9. Holde mig i form (57,1)
10. Få nye venner (47,6)
11. At mine forældre er interesserede (42,7)
12. At det er tæt på hvor jeg bor (23,7)
13. Vinde (17,3)

## FORÆLDRE: hvad er vigtigst for børn når de går til idræt?

1. Have det sjovt (95,4)
2. Have det godt med andre (92,5)
3. At have det godt med undervisere / trænere (87,6)
4. Være del af fællesskab (86,1)
5. Være sammen med venner (85,1)
6. At forældre er interesserede (77,6)
7. Blive bedre (68,8)
8. At trænere / undervisere er dygtige (64,4)
9. Få nye venner (47,5)
10. Holde sig i form (44,1)
11. Tæt på hvor han/hun bor (39,8)
12. Træner eller øver meget (25,1)
13. At vinde (19)



# Frafald blandt 13-18 årige handler om:

Stort set aldrig om aktiviteten eller faciliteterne, men i stedet om:



Manglende tid  
Skole. Familie. Venner.  
Fritidsarbejde



Manglende progression  
Det tager for lang tid at  
blive god



Fællesskaber der smuldrer  
Skilsmisse.  
Dem jeg ror sammen  
med stopper



Trænere/ledere mangler viden om  
”Kulturchokket” fra folkeskole til  
ungdomsuddannelse



Erhvervesarbejde  
Er ikke til forhandling

# Idebank til løsninger

30 minutters gruppearbejde: 5 grupper med 6 personer



***Unge*** **perspektiv**

Forslag til løsning

Unge



***Klubbens*** **perspektiv**

Forslag til løsning

Klub



***Forbundets*** **perspektiv**

Forslag til løsning

Forbund

15 min gruppearbejde. 3 min fremlæggelse pr. gruppe

# Næste skridt?



1

Sig til, vi er her for jer

2

Sekretariatet kommer gerne i DIN klub og diskuterer udfordringerne sammen med bestyrelsen

3

Ejerskabet for at ændre på plejer er *jeres*



Attention GO!



DANSK FORENING FOR ROSPORT  
DANMARKS ROCENTER

# DRC PLAN 2020

KU-seminar 2019

# EVALUERING AF VM 2019

Hold	Mesterskab	Tidspunkt	Målsætning	Acceptabelt	Opnået
LM2x	VM	September	Top 7 (OL kval. = Top 7)	Top 9	Nr. 17, acceptabelt ikke opnået
LW2x	VM	September	Top 7 (OL kval. = Top 7)	Top 9	Satsning ikke gennemført
W2-	VM	September	Medalje	A-finale (OL kval. = Top 11)	Nr. 17 ændret satsning, acceptabelt ikke opnået
W1x	VM	September	Medalje	Top 9 (OL kval. = Top 9)	Nr. 10, acceptabelt ikke opnået
M4-	VM	September	Top 8 (OL kval. = Top 8)	Top 12	Nr. 16, acceptabelt ikke opnået
M1x	VM	September	A-finale	Top 9 (OL kval. = Top 9)	Sølv, målsætning opnået
W4-	VM	September	Top 8 (OL kval. = Top 8)	Top 12	Bronze, målsætning opnået

## EVALUERING AF VM 2019

### Sportsligt ledelsesteam:

- To af de tre højest prioriterede OL satsningsbåde præsterede flot og leverede to medaljer til Danmark og et grundlag for medaljeperspektiv ved OL i 2020.
- Den tredje båd præsterede lidt under forventninger og missede knapt kvalifikationen ved VM.
- Den øvrige del af OL-satsningen har ikke været i stand til at hæve niveauet i samme grad, som andre nationer har formået og opnår placeringer under forhåbninger.
- Vi bemærker, vi har et højt medaljeperspektiv med vores bedste både, og at vi ikke er stærke i bredden af landsholdstruppen. Vi har relativt lettere ved at holde kvalifikationsniveau i den åbne dameklasse, fordi der kvalificerede roere til rådighed, hvis en enkelt skulle falde fra.
- Vi er bekymret for vores afstand fra top til bund i elitegruppen.

# KVALIFIKATION TIL DRC BRUTTOGRUPPE

## DRC Testregatta:

- Nr. 1 i bådklasser, hvor en båd er kvalificeret til OL
- Nr. 1 og 2 i bådklasser, hvor der ikke er en båd kvalificeret til OL

## Ergometertider:

- Kravtider opnået
  - Letvægt herre: 6:12,0 eller derunder
  - Tung herre: 5:54,0 eller derunder
  - Let dame: 7:08,0 eller derunder
  - Tung dame: 6:51,0 eller derunder

## Få wild cards

- For at afklare topniveau
- For at afklare udviklingspotentiale





## DRC Bruttogruppe 2020

Nr	Navn	Født	M/K	Kat.	Klub
1	Emil Hjorth Espensen	1991	M	LM	DSR
2	Fredrik Leicht	1994	M	LM	København
3	Alexander Modest	1995	M	LM	Lyngby
4	Oscar Petersen		M	LM	Bagsværd
5	Trine Toft Andersen	1994	K	LW	Hadsund
6	Mathilde Stougård Persson	1996	K	LW	Bagsværd
7	Line Katrine Olsen	1997	K	LW	Odense
8	Marie Mørch-Pedersen	1997	K	LW	Bagsværd
9	Frank Sporen Fiedler Steffensen	1988	M	M-	DSR
10	Tobias Kempf	1993	M	M-	DSR
11	Frederic Vystavel	1993	M	M-	København
12	Joachim Sutton	1995	M	M-	Roskilde
13	Sverri Sandberg Nielsen	1993	M	M1x	DSR
14	Nina Hollensen	1992	K	W-	Aarhus
15	Luise Lund Hansen	1995	K	W-	KVIK
16	Trine Dahl Pedersen	1996	K	W-	Holstebro
17	Anne H. Larsen	1998	K	W-	Odense
18	Fie Udby Erichsen	1985	K	W1x	KVIK
19	Christina Juhl Johansen	1992	K	W4-	DSR
20	Hedvig Lærke Berg Rasmussen	1993	K	W4-	DSR
21	Ida Gørtz Jacobsen	1998	K	W4-	Bagsværd
22	Frida Sanggaard Nielsen	1998	K	W4-	Bagsværd
23	Nikoline Laidlaw	1995	K	W-	DSR
24					
25					

# SATSNINGSPLAN 2020

## Sportsligt ledelsesteam:

- Satsning på Final Qualification Regatta (FQR) i Lucerne maj 2020:
  - W1x ▪ W2- ▪ M4-/ M2- ▪ LM2x
- Dame letvægtsgruppen: frem til jul løfte det fysiske niveau til et niveau, hvor vi har erfaringer med at der er basis for en fart relevant for et satsningsforløb. Beslutning om det videre forløb.
- Beslutninger vedrørende optimering af satsninger:
  - Prøve ny inspiration: Fie trænes af Thomas med udgangspunkt i Mads fysiske programmer.
  - Den åbne en-åre herregruppe trænes Jens i fortsat samarbejde med Thomas. Fokus på gruppeindsats og præstationskultur.
- Sikre gode forhold omkring OL-udøverne, muligt at træne fuldt igennem, reducere risikoen for skader, optimering ift. varme mm.
- Masteplan målsætning: 3 medaljer og 2 A-finaler
  - Acceptabelt: 1-2 medalje og 1 A-finale

# SATSNINGSPLAN 2020

- Budget for satsningsplan udarbejdet
- Drøftelser med Team Danmark:
  - Budget over mulig TD bevilling.
  - Kan satsningerne til FQR indenfor rimelig kvalifikationschance?
- Sportsligt ledelse beslutter, at fastholde satsningsstrategien.
  - Der er muligheder for kvalifikation
  - Opretholde et stimulerende træningsmiljø
  - Dyrke poolen af roere på længere sigt
  - Parathed til at nedlægge satsning, hvis relevant fart ikke opnås
- Ny budgetudarbejdelse med en opgave om at reducere omkostninger fra det oprindelige budget.
- Budgetansøgning godkendt til indstilling på TD Styregruppemøde tirsdag 29. oktober.

# SÆSONPLAN 2020

JANUARY 2020	FEBRUARY 2020	MARCH 2020	APRIL 2020	MAY 2020	JUNE 2020	JULY 2020	AUGUST 2020	SEPTEMBER 2020	OCTOBER 2020
1 on	1 <b>le</b>	1 <b>so</b> Samling (DRC) *	1 on	1 fr WRC 2	1 ma	1 on	1 <b>le</b>	1 ti	1 to
2 to	2 <b>so</b>	2 ma	2 to	2 <b>le</b> Varese, ITA	2 ti	2 to	2 <b>so</b>	2 on	2 fr
3 fr	3 ma	3 ti	3 fr	3 <b>so</b> (V4-Mt)	3 on	3 fr	3 ma	3 to	3 <b>le</b>
4 <b>le</b> Samling (DRC) *	4 ti	4 on Camp 2	4 <b>le</b>	4 ma	4 to	4 <b>le</b>	4 ti	4 fr	4 <b>so</b>
5 <b>so</b> Samling (DRC) *	5 on	5 to Avis, POR	5 <b>so</b>	5 ti	5 fr EM	5 <b>so</b>	5 on	5 <b>le</b>	5 ma
6 ma	6 to	6 fr (20 rooms)	6 ma	6 on	6 <b>le</b> Poznan, POL	6 ma	6 to	6 <b>so</b>	6 ti
7 ti	7 fr	7 <b>le</b>	7 ti	7 to	7 <b>so</b>	7 ti	7 fr	7 ma	7 on
8 on	8 <b>le</b> Samling (DRC) *	8 <b>so</b>	8 on	8 fr	8 ma	8 on	8 <b>le</b>	8 ti	8 to
9 to	9 <b>so</b> Samling (DRC) *	9 ma	9 to	9 <b>le</b> Samling (DRC) *	9 ti	9 to	9 <b>so</b>	9 on	9 fr
10 fr	10 ma	10 ti	10 fr WRC 1	10 <b>so</b> Samling (DRC) *	10 on Kleshnev	10 fr	10 ma	10 to	10 <b>le</b> Sæsonstart
11 <b>le</b> Samling (DRC) *	11 ti	11 on	11 <b>le</b> Sabaudia, ITA	11 ma	11 to Kleshnev	11 <b>le</b>	11 ti	11 fr	11 <b>so</b>
12 <b>so</b> Samling (DRC) *	12 on	12 to	12 <b>so</b> FGR både	12 ti	12 fr	12 <b>so</b> Fys 2 ankomst	12 on	12 to	12 ma
13 ma	13 to	13 fr	13 ma	13 on	13 <b>le</b> Samling (DRC) *	13 ma	13 to	13 <b>so</b>	13 ti
14 ti	14 fr	14 <b>le</b>	14 ti	14 to	14 <b>so</b> Samling (DRC) *	14 ti	14 fr	14 ma	14 on
15 on	15 <b>le</b> Samling (DRC) *	15 <b>so</b>	15 on	15 fr	15 ma	15 on	15 <b>le</b>	15 ti	15 to
16 to	16 <b>so</b> Samling (DRC) *	16 ma	16 to	16 <b>le</b>	16 ti	16 to	16 <b>so</b> VM Bled SLO	16 on	16 fr
17 fr	17 ma	17 ti	17 fr	17 <b>so</b> FISA Final Qualification	17 on	17 fr	17 ma Coach	17 to	17 <b>le</b>
18 <b>le</b> Samling (DRC) *	18 ti	18 on	18 <b>le</b> Samling (DRC) *	18 ma	18 to	18 <b>le</b>	18 ti Fys.:	18 fr	18 <b>so</b>
19 <b>so</b> Trænerseminar	19 on	19 to	19 <b>so</b> Samling (DRC) *	19 ti	19 fr	19 <b>so</b>	19 on	19 ma	19 ti
20 ma	20 to	20 fr	20 ma	20 on	20 <b>le</b> DRC testregatta	20 ma	20 to	20 ti	20 to
21 ti	21 fr	21 <b>le</b> Samling (DRC) *	21 ti	21 to	21 <b>so</b> Bagsværd sø	21 ti	21 fr	21 ma	21 on
22 on	22 <b>le</b> Samling (DRC) *	22 <b>so</b> Samling (DRC) *	22 on	22 fr WRC 3	22 ma	22 on	22 <b>le</b>	22 ti	22 to
23 to	23 <b>so</b> Samling (DRC) *	23 ma	23 to	23 <b>le</b> Lucerne, SUI	23 ti	23 to	23 <b>so</b>	23 on	23 fr
24 fr	24 ma	24 ti	24 fr	24 <b>so</b>	24 on OL Pre-camp	24 fr	24 ma	24 to	24 to
25 <b>le</b> [Ergometer DM]	25 ti	25 on	25 <b>le</b> Samling (DRC) *	25 ma	25 to Ogata, JPN	25 ti	25 ti	25 fr	25 <b>so</b> Samling (DRC) *
26 <b>so</b> Kleshnev	26 on	26 to	26 <b>so</b> Samling (DRC) *	26 ti	26 fr	26 on	26 on	26 ti	26 ma
27 ma	27 to	27 fr	27 ma (European)	27 on	27 <b>le</b>	27 ma	27 to	27 ti	27 ti
28 ti	28 fr	28 <b>le</b> Kleshnev	28 ti (Qualification)	28 to	28 to	28 ti	28 fr	28 ma	28 on
29 on	29 <b>le</b> Samling (DRC) *	29 <b>so</b>	29 on	29 fr	29 ma	29 on	29 ti	29 ti	29 to
30 to	30 ma	30 ti	30 to	30 <b>le</b> Samling (DRC) *	30 ti	30 to	30 <b>so</b>	30 on	30 fr
31 fr	31 ti	31 ti	31 to	31 <b>so</b> Samling (DRC) *	31 <b>so</b>	31 fr	31 ma	31 on	31 <b>le</b>

## SENIORELITE UDENFOR DRC

- Indkaldt til koordineringsmøde for seniorelite ikke i DRC bruttogrupper
  - Afholdt 21. oktober
  - Fælles træning for seniorherrer
  - Tilbud til kvindelig roer
  - Både med henblik på VM 2020 inklusiv DRC bruttogrupperoere, der ikke opnår et sæde.
- Kraftcenter København
  - Ansvarlig over for aktiviteterne for senioreliten omkring Bagsværd
  - Kraftcenteret beskrives af Niels Hyldager
  - Forhåbning om en ansøgning i 2019
- W8+ båd
  - Aktiveres ved særlige lejligheder, hvor det muligt og interessant

**SPØRGSMÅL?**

## **U19 og U23 landsholdstruktur i 2020**

Projektstrukturen har de seneste fire år haft til formål at sikre en fair, ensartet proces samt en klar linje i roernes udvikling fra U19 over U23 og frem mod et niveau, som godtgør en kvalifikation til DRC og den olympiske satsning i dansk roning.

Projektstrukturen har haft til formål at sikre en ensartet tilgang i udviklingen af roere på U19 og U23 niveau, hvor roere, uanset klubtilhørsforhold får samme muligheder for at vise sit niveau og dermed kvalificere sig til U19 eller U23 landsholdet.

Derudover har projektstrukturen skulle medføre trænerudvikling i form af sparring og dialog med relevante landstrænere. Slutteligt har formålet været, at projektstrukturen skulle stile efter et konkurrencedygtigt niveau for U19 og U23 aldersklasserne i international sammenhæng.

For sæsonen 2020, introduceres en revideret udgave af projektstrukturen, således, at U19 strukturen ændres og U23 strukturen fastholdes, som vi kender den fra de forrige år. Det er ønsket, at revisionen i højere grad tydeliggør forskellen i aldersklasserne ift. beskrivelsen i ATRO. Nedenfor gennemgås de to aldersgruppers vej til landsholdet i sæson 2020.

### **U19 - Udviklingsbåde**

#### **Formål:**

For U19 aldersgruppen er det primære formål at træne mod konkurrence samt at etablere eller fortsat udvikle de kompetencer (tekniske, fysiske og mentale færdigheder), som gør den enkelte roer i stand til at imødekomme de krav og forventninger, der kræves for at være konkurrencedygtig i aldersklassen og på længere sigt i U23- og på seniorregi.

Formålet med at etablere udviklingsbåde for U19 er at stile mod en udtagelse til U19 EM, NM, Coupe de la Jeunesse og/eller U19 VM. Udtagelse til U19 landsholdet skal ses i lyset af ovenstående rammer, så roeren får muligheden for at afprøve mestringen af færdighederne i relevant international konkurrence.

Udtagelsen skal frem for alt være en lærerig oplevelse, der giver den enkelte roer mod på at forsætte sin udvikling efterfølgende.

For at opnå udtagelse til U19 landsholdet skal roeren være tilknyttet en udviklingsbåd. Udviklingsbåde i U19 aldersklassen etableres i klubber og kraftcentre, primært med roere som er tilknyttet lokalt og regionalt, så roernes rejseaktivt begrænses mest muligt og det lokale træningsmiljø styrkes mest muligt.

#### **Redskaber:**

Udviklingsbåde, nationale regattaer, internationale regattaer, landsholdsudtagelser, start til mesterskaber, gode træningsmiljøer, fælles nationale samlinger og træningslejre, ugetest, ergometerstandarder, samarbejde / sparring mellem klub-, kraftcenter- og landstrænere på tværs.

#### **Proces:**

- Ved opstart af den nye sæson, inviteres til en åben træningssamling (november), hvor klubberne/kraftcentre medtager de roere, som de mener har potentiale til at ro internationalt i den kommende sæson. Ved samlingen ror man selvvalgte bådtyper, som sættes med udgangspunkt i de roere, som findes i regionale miljøer, som hver klub eller kraftcenter udgør. Stilles der i bådtyper, som er kombineret på tværs af klubber, kraftcenter udover det regionale, skal der indgås aftale herom med ungdomslandstræneren senest 7 dage før træningssamlingen.

- Til samlingen forventes roere med et niveau, hvor udtagelse til Coupe de la Jeunesse, U19 EM og U19 VM er realistisk at deltage. Roere, for hvem Baltic Cup er målet for den kommende sæson, tiltænkes ikke at deltage i denne samling.
- Ved samlingen drøftes muligheder for dannelse af udviklingsbåde, som primært har sit afsæt og tilhørsforhold i de regionale områder, hvor de forskellige kraftcentre ligger. Udviklingsbådene skal som udgangspunkt være regionalt forankret, således at transporttiden for roerne er minimal og det lokale træningsmiljø støttes og styrkes mest muligt.
- Efter første og anden samling skal klubber/kraftcentre, som ønsker at etablere udviklingsbåde, fremsende en skriftlig tilkendegivelse af hvilke(n) udviklingsbåde, der ønskes etableret. Den skriftlige tilkendegivelse skal indeholde følgende:
  - Navn og alder på de involverede roere
  - Klubtilhørsforhold og evt. Kraftcentertilhørsforhold
  - En kort redegørelse for et sæsonmål for sommersæsonen
  - Foreløbig sæsonplan for sæsonen og udvælgelsesproces
  - Budget for sæson (såfremt roer fra flere klubber er i gruppen omkring udviklingsbåden)

Denne tilkendegivelse skal sikre, at DFfR/DRC ved, hvilke både, der træner hvor og hvilke roere de enkelte kraftcentre udvikler.

- Ungdomslandstræneren har til opgave at give sparring i forhold til indholdet i fremsendte tilkendegivelse samt at indsamle og formidle viden til klubber og kraftcentre frem mod og efter anden junior samling senest i februar. Såfremt der er i nogle tilkendegivelser lægges op til at kombinere hold på tværs af lokale og regionale klubber og kraftcentre, skal dette koordineres med ungdomslandstræneren i samarbejde mellem roere, forældre og træner. Baggrunden og formålet med evt. kombinationer på tværs af regioner bør altid være øget motivation og glæde hos roerne det drejer sig om.
- Er der flere, der ror samme udviklingsbådtype, er det ungdomslandstrænerens opgave at aftale med de involverede trænere, hvordan en eventuel holdsætningsproces forløber frem mod sommerens iagttagelser og udtagelse på baggrund af de tilkendegivelser der er indkommet.
- Til anden juniortræningssamling (januar) roes der primært i udviklingsbådtyper i henhold til fremsendte tilkendegivelser, samt i små bådtyper, som ligger placeret i klubber, kraftcentre og som har deltaget i første samling.
- Til anden juniortræningssamling inviteres roerne på baggrund af, hvad de har vist til første samling, ved ugetesten i december samt tidligere resultater og præstationer.
- Der opfordres til at søge højeste mulig fart med de roere, som er til rådighed i det regionale område således at rejsetiden begrænses for roerne såvidt muligt uden at gå på kompromis med præstationerne.
- Såfremt det ikke er muligt at finde høj fart i udviklingsbåden, udelukkende i sit lokale miljø, kan der i samarbejde med ungdomslandstræneren afsøges muligheder i andre regioner. Dette skal altid aftales med ungdomslandstræneren forud for kontakten til andre roere, klubber og kraftcentre.
- I perioden efter anden træningssamling er det kraftcentrere/trænerne / klubtrænerne, som er tilknyttet udviklingsbådene, som sætter hold med de roere, som er tilgængelige for udviklingsbåden. Dette gøres i samarbejde med ungdomslandstræneren.
- Udviklingsbådene evalueres løbende gennem sæsonen, samt i forbindelse med iagttagelsesregattaerne oplistet i udtagelseskriterierne. Evaluering foregår imellem ungdomslandstræneren og tilknyttet træner(e).
- Gennem sæsonen kan der foretages ændringer i holdsætningen i samarbejde med ungdomslandstræneren, som enten er forårsaget af skader, sygdom, manglende niveau eller andre om-



stændigheder, der gør, at andre roere skal prøves af. Såfremt udviklingsbåden udvikler sig planmæssigt, sker der ikke udskiftninger på holdet. Ved hver iagttagelsesregatta gennem sæsonen, sker der en evaluering mellem udviklingsbådens træner(e) og ungdomslandstræneren.

- Udviklingsbådene har til formål at opnå et niveau, som godtgør en udtagelse til U19 EM, Coupe de la Jeunesse eller U19 VM.
- Hvis man bliver udtaget til U19 VM, er det ikke muligt at blive udtaget til Coupe de la Jeunesse.

## **U23 – Projektstruktur**

### **Formål:**

Det primære formål for U23 aldersklassen er at træne for at vinde, og dermed sikre, at den enkelte roer i løbet af sine U23 år, eller indenfor en kort årrække efter, kan opnå et niveau, som giver adgang til DRC og den olympiske satsning i dansk roning.

De kendetegnende temaer for U23 perioden er, at fokus rettes mod at optimere allerede indlærte kompetencer både fysisk, teknisk og mentalt. Med andre ord stiller denne del af roerens udvikling særligt skarpt på at give roeren evnen til at træne målrettet mod absolut topniveau, give roeren kompetencer til at kunne indgå i selektioner med målet om at sætte de hurtigste projektbåde og samtidig være i stand til at stille skarpt på egen udvikling i en konkurrecesammenhæng.

Formålet med projektstrukturen er at stile mod udtagelse til U23 EM eller U23 VM. Udtagelse til U23 landsholdet skal ses i lyset af ovenstående rammer, så roeren får muligheden for at afprøve mestringen af færdighederne i relevant international konkurrence.

For at komme i betragtning til en udtagelse, skal roeren være en del af projektstrukturen, idet projektstrukturen skal sikre, at den enkelte roer opnår en pædagogisk og lærerig introduktion til de elitære elementer i sporten forud for sin rokarriere på seniorniveau i DRC og landsholdsroning på internationale niveau. Projektstrukturen har således til formål at modne og klargøre roerne til DRC.

### **Redskaber:**

Projekthold, selektionsproces med henblik på at finde både med højeste fart, nationale regattaer, internationale regattaer, landsholdsudtagelser, start til mesterskaber, start ved World cup, fælles træningssamling med DRC hold, gode træningsmiljøer, fælles nationale samlinger og træningslejre, ugetest, ergometerstandarder, samarbejde / sparring mellem klub-, kraftcenter- og landstrænere på tværs af forbundet, klubber og kraftcentre samt uddannelsesinstitutioner.

### **Proces:**

- Ved opstart af ny sæson inviteres U23 roere samt deres trænere til træningssamling af ungdomslandstræneren. Roere inviteres på baggrund af resultater på vandet ved Testregattaen og efterfølgende ergometertest i efteråret, samt resultater ved danske og internationale regattaer i løbet af sæsonen.
- Før samlingen har der været en ansøgningsproces blandt trænerne, hvor de har kunnet ansøge om projektbåde for den kommende sæson. Ansøgningen skal begrundes i motivationen hos træneren samt funderes i det miljø og de aktive roere, som trænerne har ansvaret for til dagligt.
- Før første U23 samlingen i efteråret, er der valgt projektræner til de forskellige grupper: LW, LM, W, M.

Ved første træningssamling sættes bådhold i samarbejde mellem ungdomslandstræneren og de tilknyttede projekttrænere. Her vil blive skiftet rundt, således at resultatpotentialer i hver gruppe tydeliggøres og det bliver lettere at træffe beslutninger ift. bådtype, som prioriteres.

- Det er som udgangspunkt de olympiske bådtyper, der prioriteres i projektbådsstrukturen. For letvægtsroning ændres dette efter 2020.
- Efter første U23 samling i efteråret, dannes der projektgrupper af roerne, som de enkelte projekttrænere bærer et ansvar for at samle og træne over vinteren. Hvis der sker ændringer i projektgruppen, orienteres ungdomslandstræneren.

I perioden mellem anden ugetest og Copenhagen regatta, sættes der hold i hver projektgruppe. Holdsætningen og evt. selektion skal gøres så objektivt som muligt gennem brug af resultater på vandet. Selektionsprocessen kan se forskellig ud afhængig af antallet af roere i gruppen og bådtypen, som skal sættes. Dog skal objektive resultater altid kunne dokumenteres skriftligt.

I tilfælde af at en roer udskiftes gennem sæsonen, er det ungdomslandstræneren og projekttrænerens ansvar at roeren orienteres om, hvad grundlaget er for udskiftningen, og at roeren orienteres om hvilke punkter denne skal udvikle. Dette gøres mundtligt og skriftligt til roeren samt dennes klubtræner.

- Ved iagttagelsesregattaerne gennem foråret foregår en evaluering af projektbådene mellem ungdomslandstræneren og den ansvarlige projekttræner. Der kan til en hver tid forekomme udskiftninger på holdet, såfremt der opstår sygdom, skader, holdet ikke præsterer forventeligt eller andre omstændigheder, som godtgør udskiftninger. En eventuel udskiftning på holdet vurderes af ungdomslandstræneren og projekttræner i samarbejde.
- I tilfælde af at en roer udskiftes, er det ungdomslandstræneren og tilknyttet projekttræners ansvar at roeren orienteres om grundlaget for udskiftningen, og at roeren orienteres om hvilke punkter denne skal udvikle. Dette gøres mundtligt og skriftligt til roeren samt dennes klubtræner.
- Projektbåde har til formål at kunne opnå et niveau, hvormed det er realistisk at ro med om resultater i top 8 ved U23 VM og U23 EM.
- I sæson 2020 tilsigtes U23 VM, roere med et niveau, som realistisk kan give adgang til top 8 resultater ved U23 VM. U23 EM tilsigtes roere med et lavere niveau og givetvis lavere alder i U23 klassen, men for hvem international erfaring findes relevant.
- Som udgangspunkt kan en roer, der er udtaget til U23 VM, ikke også at blive udtaget til U23 EM.

### **Roer i udlandet**

Såfremt der er roere i udlandet, som er relevante for projektbådene, kan der foretages seat-races, når disse roere befinder sig i Danmark.

Roere, som opholder sig i udlandet skal selv meddele ungdomslandstræneren, at de ønsker at komme i betragtning på et projekthold.

Roere i udlandet skal selv sørge for at holde sig ajourført ved ungdomslandstræneren, om gældende krav, i henhold skrevet 'Info om testregatta'.

Hvis roere i udlandet ikke overholder disse krav, kan de ikke komme i betragtning for projektbådene.

# KU Udtagelseskriterier, regattakalender og egenbetaling Sæson 2020

KU seminar, 2. november 2019, Odense Roklub

# Regatta kalender 2020

Uge Nr.	Lør/Søn	Vedtaget
1	Jan 4.	JM Aarhus
4	Jan 18.	DM
10	Mar 7.	FM Middelfart
15	Apr 11-12-13.	WCUP I Sabaudia Ita
17	Apr 25-26.	Odense Langstræk
18	Maj 1-2-3.	WCUP II Varese Ita
20	Maj 16-17	Cph.+Nordic Master
21	Maj 17-18-19	FOQR Luzern
21	Maj 22-23-24	WCUP III Luzerne
22	Maj 30-31.	EM U19
23	Jun 6-7.	EM Senior Poznan
23	Jun 6-7.	Hamborg Junior/Ratzeburg
24	Jun 13-14.	Haderslev
24	Jun 13-14.	JNM Farsta Stockholm
25	Jun 20-21	DRC Test Regatta

Uge Nr.	Lør/Søn	Vedtaget
27	Jul 4-5.	Sorø
30/31	Jul 25-Aug 2	OL Tokyo
30	Juli 25-26.	Coupe de la Jeunesse Linz
32	Aug 8-9.	Årgangsmesterskaber Holstebro
33/34	Aug 15-23.	VM U19/U23/Senior Bled
34	AUG 22-23.	Århus Open - Baltic Cup udtagelser
35	AUG 29.	Skolekaproning
36	Sep 5-6.	EM U23 Duisburg
36	Sep 5.	Begynderkaproning
37	Sep 12-13	Masters Linz
38	Sep 19-20.	DM Bagsværd Sø
39	Sep 26-27.	Baltic Cup
41	Okt 10.	Harbour Race
48	Nov 28.	SM Næstved
50	Dec 12.	Euro Slide Open

# Overordnet format af udtagelseskriterier for U-landshold

- Forudsætninger for udtagelseskriterierne
- Rækkefølgen af mesterskaber er ikke kronologisk, men følger udviklingstrappen beskrevet i ATRO.
- For hvert mesterskab:
  - Formål
  - Målsætning og udtagelseskriterier
  - Procedure
    - Overordnede rammer
    - Obligatoriske aktivitet og iagttagelsesregattaer
    - Offentliggørelse af udtagelser

# Baltic Cup, 26.-27. september

## Trakai, Litauen

### **Formål:**

- introduktion til landsholdsroning
- lærdommen i at træne mod et fastsat internationalt sæsonmål
- oplevelsen af at rejse og konkurrere som et samlet landshold
- systematisk med en træningsmængde svarende til den opgivne i ATRO

### **Målsætning og udtagelseskriterier:**

- Fuldt hold, med niveau uden af falde sportsligt igennem.

### **Process:**

- Coupe og U19 VM deltagere kan ikke blive udtaget til BC
- Udtagelsesløb ved Århus Open d. 22. august; formiddag små både, eftermiddag storebåde; man kan tilmelde sig løb i flere bådtyper, men kun udtages i én.
- Udtagelser offentliggøres senest d. 26. august (Århus Open)

**Deltagerbetaling:** 3500 kr

# Junior Nordiske Mesterskaber, 13.-14. juni, Farsta, Sverige

## **Formål:**

- motivation og glæde til videre træning og prioritering
- tæt fællesskab med de nordiske nabolande
- træningsmængde, som svarer til det opgivne i ATRO for Junior A aldersklassen

## **Målsætning og udtagelseskriterier:**

- Fuldt hold; høj sandsynlighed for top 3 placeringer.

## **Process:**

- Man kan udtages i flere bådtyper
- Er man udtaget i én bådtype, må man ikke stille op i andre bådtyper, man ikke er udtaget i.
- Udtagelser (og evt. brutto grupper) offentliggøres senest 21. maj. (CPH regatta)

**Deltagerbetaling: 2800 kr**

# U19 EM, 30.-31. maj

## Beograd, Serbien

### **Formål:**

- international konkurrence tidligt på sæsonen
- internationalt niveau tydeliggøres
- Træningsindsatsen svarer til niveau i ATRO hvor træning mod international konkurrence er oplagt

### **Målsætning og udtagelseskriterier:**

- relativt stort hold til U19 EM
- ikke en absolut resultatforventning, men sandsynlig placering i A-finalen, første tredjedel af B-finalen eller den bedste tredjedel af feltet, dog uden at falde sportsligt igennem.

### **Process:**

- For etablerede udviklingshold.
- Små bådtyper lørdag v. Odense Langstræk og CPH regatta – søg dispensation for undtagelse.
- Udtagelser offentliggøres senest 30. april. (Odense Langstræk)

**Deltagerbetaling:** 4500 kr



# Coupe de la Jeunesse, 25.-26. juli

## Linz, Østrig

### **Formål:**

- stifte bekendtskab med det næstbedste internationale juniorniveau hos en række nationer, som vi sammenligner os med
- stimulere lysten til at dyrke konkurrenceroning på højt plan
- gode oplevelser i international konkurrence-sammenhæng.

### **Målsætning og udtagelseskriterier:**

- at give roere, der ikke udtages til U19 VM mulighed for at komme ud og sammenligne sit niveau internationalt i landsholdssammenhæng.
- Det forventes at både der udtages er konkurrencedygtige på et relativt højt niveau

### **Process:**

- For etablerede udviklingshold
- Roere udtaget til U19 VM kan ikke udtages.
- Udtagelser offentliggøres senest d. 9. juli (Sorø Regatta)

**Deltagerbetaling:** 4800 kr

# U19 VM 16.-23. august

## Bled, Slovenien

### Formål:

- at lade de bedste danske juniorroere have mulighed for at måle sit niveau mod den internationale juniorelite
- tydeliggøre, hvor i egen udvikling den enkelte roer befinder sig
- forbeholdes roere med et højt niveau sammenlignet internationalt
- Roere forventes at være på toppen af ATROs udviklingstrappe (U19), herunder at mestre størstedelen af kompetencerne, som juniorroere forventes at besidde både fysisk, teknisk og mentalt.

### Målsætning og udtagelseskriterier:

- Målsætningen er at udtage et landshold, der har *vist niveau til* at sandsynliggøre en placering i A-finalen eller bedste halvdel af b-finalen.

### Process:

- For etablerede udviklingshold – andre hold efter aftale med U-landstræneren senest 1. april.
- Udtagelser offentliggøres senest d. 9. juli.

**Deltagerbetaling:** 6300 kr - nedsat, hvis egen-transport fra VM-træningslejr!

# U23 EM, 5.- 6. september

## Duisburg, Tyskland

### **Formål:**

- at stifte bekendtskab med det næstbedste internationale U23 niveau
- fremadrettet give roerne perspektiv til en videre prioritering af rosporten
- træningsindsatsen det opgivne i ATRO for aldersgruppen - træne for at vinde

### **Målsætning og udtagelseskriterier:**

- Primært roere, som ikke er udtaget til U23 VM
- sandsynlig placering i A-finalen i ikke olympiske bådtyper, og en sandsynlig placering i den bedste tredjedel af feltet i olympiske bådtyper

### **Process:**

- Roeren/holdet indgår i projektstrukturen
- Udtagelserne offentliggøres senest 9. juli. (Sorø regatta)

**Deltagerbetaling:** 2800 kr (kør selv)

# U23 VM, 16.-23. august

## Bled, Slovenien

### **Formål:**

- give de bedste danske U23 roere mulighed for at måle sit niveau mod den internationale elite
- tydeliggøre, hvor I deres egen udvikling roerne befinder sig.
- forventes, at roerne er nået meget langt på ATROs udviklingstrappe - i en optimeringsfase
- at præstere optimalt under konkurrence, at være i en selektionsproces, at kunne håndtere modgang

### **Målsætning og udtagelseskriterier:**

- Målsætningen er at udtage et landshold, der har vist niveau til at sandsynliggøre en placering i A-finalen eller bedste halvdel af B-finalen

### **Process:**

- Roeren/holdet indgår i projektstrukturen
- Udtagelser offentliggøres senest d. 9. juli (Sorø regatta)

**Deltagerbetaling:** 6300 kr - nedsat, hvis egen-transport fra VM-træningslejr!