

# DRC Testregatta og ergometertest

Testregatta afholdes 31 august. – 1. september 2024  
Ergometertest køres inden søndag d. 29. september 2024

Årets Testregatta afholdes på Bagsværd sø.

Alle danske roere, der ønsker at komme i betragtning til DRC for sæsonen efteråret 2024 til efteråret 2025, og de U23 roere, som ønsker at komme i betragtning til U23 VM og EM i 2025, skal deltage i DRC Testregattaen på Bagsværd sø d. 31. august – 1. september 2024. Derudover skal der indrapporteres en officiel ergometertest i perioden 1. august til 29. september 2024. Roere der ved OL i Paris 2024 har deltaget i de olympiske konkurrencer, er fritaget fra denne obligatoriske deltagelse i regattaen og ergometer testen.

Formålet med DRC testregatta og ergometer test er overfor de hovedansvarlige landstrænere at klarlægge det nationale niveau for eliteroerne i Danmark. Det er her man som atlet viser sin parathed til at indgå i kampen om pladserne på næste års satsningsbåde, DRC-landshold og udviklingslandsholdsprojekter. For U23'ernes vedkommende er det på samme måde her man signalerer og tilkendegiver man er landsholdsaktuel til de projekter man for den kommende sæson sammensætter.

Vi er klar over at dette års Testregatta falder sammen med de sidste forberedelser mod U23-EM. Vi opfordrer til at man bruger Testregattaen som en del af sin forberedelse. Det er ikke obligatorisk for udtagne U23-EM 2024 roere, som i 2025 ønsker at komme i betragtning til **U23-landsholdet**, at deltage ved Testregattaen. Dog er ergometer testen stadig et krav. Det er obligatorisk hvis man ønsker at komme i betragtning til senior A-landsholdet.

## Testregatta på Bagsværd Sø

Tilmelding foregår via regattasystemet og sidste frist for ordinær tilmelding er **onsdag 22. august 2024 kl. 18.00**.

Løb 101: M1x  
Løb 102: M2-  
Løb 103: W1x  
Løb 104: W2-

Det er KUN muligt at opnå udtagelse i én bådtype.  
Der udskrives ikke løb i letvægt, da der ikke længere er letvægtsroning på det olympiske program.  
Der udskrives ikke separate U23 løb. U23 roere deltager i seniorklassen.  
Der udskrives ikke separate løb for U19 roere, men U19 roere har mulighed for at deltage på lige fod med U23/Senior.

Regattaen afvikles efter DFFR's kaproningsreglement, med følgende undtagelser:

1. Der afvikles indledende, opsamling, semifinaler og finaler, i henhold til World Rowing's World Cup kvalifikationssystem. Indledende og opsamling vil foregå lørdag og semifinaler og finaler søndag. Der roes det antal finaler der passer til antallet af tilmeldte både. Dvs. både A-, B-, C-, D-finaler osv.
2. Landstrænere vil følge alle løb fra motorbåd. Dette sker med henblik på at få et indblik i roernes tekniske formåen på banen.
3. Det forventes at første start går tidligt lørdag den 31. august, men vi forbeholder os ret til at starte allerede fredag aften, hvis det viser sig nødvendigt. Det vil i givet fald blive meldt ud fredag 24. august.

Nuværende DRC-roere har mulighed for at benytte DRC's materiel i det omfang, det er muligt.

Persontransport, ophold og forplejning er for egen regning.

## Resultat og vurdering på baggrund af regattaen

- Roere der opnår placeringerne 1-3 i hver bådklasse inviteres til DRC's bruttogruppe begyndende efteråret 2024 (præcis dato udmeldes senere). Invitationen er betinget af en gennemført ergometer test.
- Ved 6 eller færre deltagere, vil det være det vægtede samlede resultat over de to dage, der afgør om man kvalificerer sig til DRC.
- Alle, der klarer ergometerkravet, inviteres til DRC's bruttogruppe begyndende i efteråret 2024.

## Informationer omkring afvikling lørdag og søndag:

- Der afholdes regattainformationsmøde lørdag kl. 08.00 og søndag kl. 08.00 hvis nødvendigt. Begge dage i "Børnehaven" i Centeret.
- I tilfælde af, at der er klasser, hvor der kun er tilmeldt 6 eller færre deltagere, vil der blive afholdt to kvalificerende løb - et løb lørdag og et løb søndag. Det er det samlede resultat, som vil ligge til grund for evt. invitation til DRC.
- Afmeldinger skal ske senest fredag d. 30. august 2024 kl. 12.00.
- Der er 6 minutter mellem løbene i indledende og i opsamlingsløbene. I sekundære finaler og semifinaler er der 8 min og i A-finaler er der 10 min. Det er World Rowing's progressionssystem der benyttes ved regattaen.

## Seedning og fairness:

Landstrænere, sportschefen og Bo Kalizan i sin funktion som DRC-bestyrelsesformand og ansvarlig for kaproningsudvalgsanliggender udgør seedningsudvalget. Det vil foretage seedning af udvalgte roere og hold i forhold til opnåede resultater i 2023/2024 samt ud fra historiske resultater.

Der nedsættes en fairness-komitee, som består af samme personer. Fairness-komiteén har til opgave at sikre en fair afvikling af testregattaen. I tilfælde af banefordel, vil fairness-komiteen vurdere, om der skal laves om på banefordelingen i forhold til tidligere opnåede resultater ved denne regatta, eller i tilfældet med indledende i forhold til seedningen. Beslutninger om dette meddeles via Whatsapp-gruppe for mandskabsledere.

## Plan for løbsafvikling:

Indledende lørdag fra 9.00 – 10.00 med forbehold for at der varsles en start allerede fredag aften.

Opsamling lørdag fra 16.30 – 18.00

Semifinaler og evt. små finaler søndag fra 9.00 – 10.00

A-finaler og resterende små finaler søndag fra 14.00 – 15.00

*Der forbeholdes ret til at ændre tidsrummene. Dette vil meddeles via den til regattaen oprettede WhatsApp gruppe.*

## Ergometertest

Ergometertesten kan køres i perioden fra 1. august til torsdag 29. september 2024. Det er ikke nødvendigt at tilmelde sig ergometertesten.

Det er tilladt at gennemføre testen flere gange i den periode, men det er kun tilladt at indsende ét resultat. Vi opfordrer til, at ergometertesten køres flere gange, såfremt der er en mulighed for forbedring af resultatet, uagtet af om man ligger tæt på eller længere fra kravet.

Man inviteres til DRC's bruttogruppe, hvis man opfylder følgende fysiske krav på 2000 m i stationært Concept 2 ergometer og samtidigt har deltaget/deltager ved testregattaen:

- Åben klasse herre: 5:57,0 eller derunder
- Åben klasse dame: 6:54,0 eller derunder

Opstår der særlige omstændigheder, så det ikke er muligt at køre ergometertesten før tidsfristens udløb 29. september pga. et uheldigt sammenfald af sæsonplan i kombination med skade eller sygdom, skal man inden sidste mulige testdag (29. september) kontakte Sportschefen ([tjk@ronng.dk](mailto:tjk@ronng.dk)) for at lave en separat aftale om en gældende test.

Distancen der skal roes er 2000 m. Det er tilladt at have egen træner til stede, som også gerne må heppe. Evt. transport til test sker for egen regning.

Testen må kun gennemføres på et ergometer med en alder på **maksimalt 5 år**.

Som dokumentation for gennemført test skal følgende indsendes:

- Billede af monitor med sluttid
- Dato for kørt test
- Stedet testen er kørt
- Navn på observatør (skal være en træner, leder eller DRC ansat)
- Ovenstående info sendes per mail til Thor Juul Kristensen ([tjk@roning.dk](mailto:tjk@roning.dk)) **senest torsdag 29. september kl. 18:00**.

## Samlet vurdering i forhold til DRC og U23

En roer, der ønsker en invitation til DRC, skal deltage ved testregattaen og indsende resultatet af en gennemført ergometertest. En placering som nr. 1-3 (se beskrivelse ovenfor) ved testregattaen og/eller et resultat fra ergometer testen indenfor kravet for den pågældende gruppe udløser en direkte invitation til DRC.

Enkelte roere kan i specielle tilfælde opnå invitation til DRC uden at have opnået det krævede resultat eller ergometerkrav. Det sker på baggrund af en faglig subjektiv bedømmelse af den hovedansvarlige landstræner samt sportschefen. Heri indgår landstrænerens vurdering af en roers historik og forventet udviklingspotentiale. Med historik menes tidligere dokumenteret fysik, resultater fra indeværende og forudgående sæsoner samt andre relevante forhold. Udviklingspotentialet skal forstås som landstrænerens vurdering af roerens aktuelle niveau og kompetencer samt muligheder for udvikling under de rette omstændigheder.

Det kun 1, 2 og 3 ved DRC-testregattaen, som kvalificerer sig direkte til DRC's bruttogruppe.

Placeringen som nummer 4 i Testregattaen bliver i alle tilfælde også vurderet med henblik på optagelse. Det sker ud fra en sammenligning med præstationsniveauet for placeringerne 1, 2 og 3 samt vurdering af historik og udviklingspotentiale som skitseret ovenfor.

Den enkelte roers præstation og egen dedikation til træning er vigtigt for at opnå et godt forløb i DRC eller i U23-regi. Resultater fra testregattaen og ergometer testen indgår således i en samlet vurdering af, om en roer kan opnå udtagelse til DRC's projekter eller til U23 bruttgruppen.

Uagtet om man kvalificerer sig i den åbne klasse til DRC's bruttogruppe i 2- eller 1x indgår man på lige fod i den samlede bruttogruppe, og roeren skal derfor være indstillet på at blive prøvet af med både 1 og 2 årer i DRC.

DRCs satsning frem mod OL 2028 fastlægges i forhandlinger med Team Danmark om støtteperioden 2025-2028 i oktober/november 2024.

### Specielt for roere i bosat i udlandet

For roere bosat i udlandet, som ønsker at komme i betragtning for en udtagelse til DRC både eller U23-bruttgruppen, men som ikke har mulighed for at deltage i DRC testregatta, gælder følgende:

- Roeren skal senest **29. september 2024** meddele Sportschefen/Landstræneren, at man ønsker at indgå i udtagelse til DRC-både og/eller U23-holdet og samtidigt oplyse, hvor man træner og give kontaktoplysninger på træneren/ ansvarlig kontaktperson.
- Roeren holder herefter en løbende kontakt med de relevante trænere i DRC for at orientere om sin situation, træning og form.
- For at indgå i et selektionsforløb omkring en senior A-båd i maj/juni skal roeren **senest 1. februar 2025** indlevere et 2000 meter ergometer testresultat, hvor de ovenfor angivne kravtider er opfyldt under de ovenfor beskrevne testforhold.

### Nærhedsprincippet

Roere, der ikke er bosat omkring Bagsværd sø (defineret som muligheden for at have Danmarks Rocenter som en fast daglig træningsbase) gennem sæsonen, startende fra 1. januar 2025, vil ikke blive taget i betragtning til DRC bruttgruppen.

### Specielt for U23

Det er obligatorisk for U23-roere at deltage i testregattaen, da testregattaen indgår i det udtagelsesforløb, som løber frem mod U23 VM 2025. Resultaterne fra testregattaen indgår i vurderingen af hvilke roere, som inviteres til den første U23-samling, som forventes, afholdt november 2024.

Der dystes også i år om pladser i PIPELINE-konceptet. PIPELINE skal forstås som en større økonomisk og sportslig opbakning af de dygtigste U23-roere og det er hensigten at inspirere disse roere til at ro de bådtyper som er satsningsbåde i DRC (W2-, W4-, M2-, M4-). De bedste to roere i singlesculler og de bedste fire roere i toere udtages til PIPELINE-gruppen for sæson 2025. Det skal understreges at man som PIPELINE-roer ikke er forhåndsudtaget til mesterskaber året efter, men at man opnår støtte gennem en række aktiviteter til at dygtiggøre sig, og derved højne chancen for at blive udtaget som en del af U23-landsholdet.

Såfremt en U23 roer umiddelbart kvalificerer sig til en invitation til DRC gennem testregattaen og/eller ergometer testen, vil der først være en dialog mellem klubben og DRC inden en eventuel invitation til roeren.

Roere på studieophold i udlandet skal tage kontakt til Sportschefen/Landstræneren for at afklare og planlægge forløbet for den kommende sæson.