



# Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Postboks 5000, 0840 OSLO

Besøksadresse: Sognsveien 73, Tlf. 21 02 90 00 www.gymogturn.no

Bankgiro: 5134.06.05.075 Bankgiro lisenser: 1503 33 50799 Org.nr.: 970 232 796

---

Ullevål 23. november 2018

## **Uttakskriterier Landslag RG 2019**

Landslagsledelsen i RG tar ut nytt landslag i senior og junior 23. november 2018 for perioden 01.12.2018 til 01.10.2019. Følgende bestemmelser er lagt til grunn i uttaksprosessen:

### **Mål:**

Uttak av de gymnaster som er best forberedt for mulig representasjon for Norge i internasjonale konkurranser og mesterskap i 2019 basert på en rekke kvaliteter.

### **Uttakskriterier:**

Gymnast må være i aldersgruppen junior eller senior.

Landslagsledelsen vurderer følgende karakteristikk ved uttaket i henhold til internasjonalt nivå, CoP, strategisk plan og målsettinger i NGTF:

#### Fysiske karakteristikker:

- Fysiske forutsetninger – landslagsledelsen vurderer herunder fleksibilitet, styrke, hurtighet og koordinasjon.
- Tekniske forutsetninger – landslagsledelsen vurderer herunder koreografien til programmer, kroppsteknikk, redskapsteknikk, fremførelse, uttrykk og utførelse, kreativitet og vanskegrad sett fra internasjonalt perspektiv og CoP.

#### Mentale karakteristikker:

- Gymnastens evne til å tilpasse seg ulike situasjoner – landslagsledelsen vurderer herunder evnen til å takle ulike situasjoner som stress, motgang, medgang, overraskelser og andre situasjoner som kan påvirke gymnastens prestasjonsevne.
- Motivasjon og målsetting – Aktuelle gymnaster må være målbevisste og ønske å nå toppen internasjonalt. De må satse mot NGTFs sportslige målsettinger fra strategisk plan, samt delmålene til landslagsledelsen. De ønsker og jobber for å bli en av de som kommer til OL.
- Positive holdninger: Gymnaster på landslag er rollemodeller, lagkamerater og de er med på å bygge laget sammen med støtteapparatet rundt. Aktuelle gymnaster må til enhver tid respektere og være lojal mot landslagsarbeidet, lagkamerater, klubbtrenerne, landslagstrenerne, forbundet og andre medlemmer av støtteapparatet til landslaget.
- Hardtarbeidende og grundig – landslagsledelsen vurderer gymnastens evne til å jobbe målbevisst og dens ønske til å kontinuerlig sikte mot å bli bedre gjennom strukturert og hardt arbeid.
- Konsentrasjonsevne – landslagsledelsen vurderer gymnastens evne til å jobbe med høy konsentrasjonsevne. Toppidrett krever repetisjon av samme ting flere ganger og det er nødvendig å jobbe med høy konsentrasjon over kort og lang tid i ulike situasjoner.

### **Kontrakt og akseptere plass:**

Gymnaster og klubb som aksepterer plassen på landslaget må inngå kontrakt med NGTF. Avtalen danner grunnlag for samarbeidet mellom utøver, klubb og NGTF slik at partene kan tilrettelegge best mulig sportslige vilkår for utøveren.



**Grunnlaget legges i gym og turn!**



# Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Postboks 5000, 0840 OSLO

Besøksadresse: Sognsveien 73, Tlf. 21 02 90 00 www.gymogturn.no

Bankgiro: 5134.06.05.075 Bankgiro lisenser: 1503 33 50799 Org.nr.: 970 232 796

---

**NGTF**

## **Tilleggsopplysninger:**

### Dynamiske landslag:

Landslagene er dynamiske, som vil si at landslagsledelsen kan invitere inn gymnaster til landslagene dersom gymnasten tilfredsstillter kriteriene og det er behov for gymnastens kompetanse på laget.

Landslagsledelsen tar ut 3 gymnaster til juniorlandslaget 23. november 2018 og det er ønskelig å ta ut ytterligere 1-2 juniorgymnaster etter observasjoner i de to første Unisport Norgescup konkurransene.

### Tropp:

I 2019 er det tre mesterskap på agendaen og flere internasjonale og nasjonale konkurranser, i tillegg til landslagssamlinger, testgjennomkjøringer og møter/seminar. I henhold til strategisk plan i NGTF har RG målsetting om deltagelse i OL med én individuell utøver i 2024. Med hensyn til dette er det vedtatt at gymnaster som takker ja til tildelt plass på senior- eller juniorlandslaget ikke kan delta på tropp i løpet av landslagsperioden.

### Utviklingsgrupper:

Landslagsledelsen vil ta ut utviklingsgrupper som vil få tettere oppfølging av landslagsledelsen. Utviklingsgruppe 1 vil bestå av senior-/juniorgymnaster, denne gruppen velges ut i mars 2019 basert på observasjoner i nasjonale konkurranser og test.

Utviklingsgruppe 2 vil bestå av gymnaster i alderen 13-14 år, denne gruppen velges ut i januar 2019 basert på observasjoner og test i 2018.

### Tilbakemelding

Tidligere landslagsgymnaster og/eller de som har vært på tester og ikke kom med i landslagstroppene kan kontakte forbundet for tilbakemelding på hva de bør jobbe videre med. Henvendelse sendes fra klubbkontakt til forbundet.

### Landslagsmodell:

Landslagsledelsen, TKRG og NGTF jobber for tiden med landslagsmodellen i RG, et dokument som skal være tilgjengelig for alle på NGTFs nettsider. Dette dokumentet vil blant annet bestå av:

- Bakgrunn og tanker for modellen
- Landslagsstruktur
- Landslagsteam og støttepersoner rundt landslagsgymnastene
- Kortsiktige og langsiktige mål
- Treningsmodell
- Samlingsmodell
- Konkurransplan
- Finansiering

Med vennlig hilsen

**Norges Gymnastikk og Turnforbund**

Marianne Halberg  
Konsulent RG  
NGTF



**Grunnlaget legges i gym og turn!**