

Norges Roforbund

INTERNASJONAL REPRESENTASJON OG UTTAKSKRITERIER 2018

Innledning

Formål

Norges Roforbunds uttakskriterier gir veiledende prognosetidsprosjekter og uttaksprosedyrer for de forskjellige aldersklasser og nivåer. Uttakskriteriene skal sikre forutsigbarhet for roerne ved å gi muligheter for å planlegge regattaer og kvalifiseringer til representasjon. Uttak av lag til internasjonale representasjon kan være svært vanskelig. Faktorer som varierende værforhold, flere lagkombinasjoner, varierende form til roerne etc. kan medføre utfordringer. Uttak kan derfor ikke alltid baseres kun på rene objektive målinger av fart eller kapasitet, subjektive vurderinger kan også være en del av uttaksprosessen.

Uttaksmyndighet

Toppidrettsutvalget foretar endelig uttak av roere og trenere til gruppene i NR og alle representasjonsoppgaver, unntatt internasjonale mesterskap for studenter, der Norges Studentidrettsforbund foretar det endelige uttaket. Landslagstrener innstiller kandidater til World Cup, VM og EM for seniorer. Kraftsenterutvalget innstiller kandidater til utviklingsgruppen, mesterskap for studentlag, U23EM, U23VM, U19EM, U19VM, Nordisk Mesterskap, Nordisk Juniormesterskap og Baltic Cup.

Inhabilitet

De involverte i frivillige verv kan ha flere roller i roforbundet og klubber og habilitet kan bli et tema. KSU og TIU følger NIF's lov § 2-8 for habilitetsbestemmelser.

Ansvarsfordeling

Landslagstrener og utpekte trenere har ansvar for alle forberedelser for utøvere i NRs elitegruppe. Kraftsentertrenere har i samråd med landslagstrener, assisterende landslagstrener og i samarbeid med klubbtrenerne, ansvar for roere i utviklingsgruppen og for å forberede andre roere til kvalifisering for U23VM og EM og U19VM og EM.

Klubber i samarbeid med kraftsentrene har ansvar for å forberede utøvere og lag til kvalifisering for Nordisk Juniormesterskap og Baltic Cup. Landslagstrener har ansvar for å planlegge, organisere og lede deltagelse ved representasjon for utøvere i NR's elitegruppe.

Kraftsenterutvalget i samråd med kraftsentertrenere har ansvar for å oppnevne lagledelse, planlegge og organisere deltagelse ved representasjon i U23VM og EM, U19VM og EM, Nordisk Juniormesterskap og

Baltic Cup. Klubber i samråd med studentidretten og kraftsentrene har ansvar for å forberede utøvere og lag til kvalifisering til internasjonale mesterskap for studenter. Norges Studentidrettsforbund i samarbeid med klubber og kraftsentre har ansvar for å planlegge og organisere deltagelse i internasjonale mesterskap for studenter. Studentidrettsforbundet skal organisere deltagelse og sørge for lagleder.

Reise og opphold til regattaer, mesterskap og samlinger som organiseres av Norges Roforbunds grupper bestilles av ansvarlig i NR. Dersom roere eller trenere ønsker annen reise eller annet opphold må dette bestilles selv og ekstra kostnad må dekkes av den enkelt roer/trener.

Roere som sikter på å representere Norge i internasjonale mesterskap, med unntak av Nordisk Mesterskap og Baltic Cup, er selv ansvarlige for å gjennomføre de to nedenforstående punktene innen 1.april 2018:

- 1) gjennomføre FISA's pre-competition-health-screening innenfor de frister som gjelder hvert år.

<http://www.worldrowing.com/athletes/medical-and-antidoping/fisa-pre-competition-health-screening>

- 2) gjennomføre antidoping Norges e-læringsprogram «Ren utøver»:

<http://www.antidoping.no/ren-idrett/ren-utover/>

Dette må sendes som sertifikat på mail til KS-trenerne innen 1.april 2018.

Elitegruppen

Elitegruppen skal bestå av seniorroere som over tid viser en høy internasjonal standard og har potensiale til å oppnå OL-kvalifisering i de nærmeste Olympiske Leker. Roere i elitegruppen må være bosatt slik at de jevnlig kan følge elitegruppens fellestrening, samlinger og andre tiltak hele året. Etter sesongevaluering og senest i uke 4 2018 innstiller landslagsledelsen utøvere til elitegruppen. Endelig uttak til elitegruppen gjøres av Toppidrettsutvalget (TIU). Uttaket gjelder til neste sesongevaluering. Terskelen for å komme inn i elitegruppen skal være høy, men *en* dårlig sesong betyr ikke nødvendigvis at man mister sin plass i gruppen. Unnlattelse av å følge landslagsledelsens instruksjoner kan bety at en kan miste plassen sin til tross for gode resultater. Utøveravtalen regulerer dette. Se også eget skriv fra landslagssjef på NR hjemmeside.

Utviklingsgruppen

Utviklingsgruppen skal bestå av seniorroere med ambisjoner om og potensiale til å kvalifisere seg til elitegruppen. Roere i utviklingsgruppen må kunne følge felles tiltak i gruppens årsplan, som samlinger og andre tiltak. Samtlige roere har mulighet til å følge utviklingsgruppens ukentlige fellestreninger i kraftsenter vest eller kraftsenter øst, det er derfor en fordel å være bosatt i Bergens eller Oslo regionen, men ikke et krav.

Roere får mulighet til å bli i utviklingsgruppen i opp til 24 måneder avhengig av alder, (se vedlegg 3) fra den datoen de ble tatt opp. Utøvere kan bli tatt opp igjen, etter perioden, men må da vise tilstrekkelig utvikling og klare samtlige krav. Utøvere kan velge å avslutte sin satsing når som helst, men har plikt til å informere kraftsentertrenerne.

Uttak til representasjon

Lag som tar sikte på representasjon til Nordisk Juniormesterskap og Baltic Cup skal som hovedregel bestå av roere fra samme kraftsenter. Endelig sammensetning av lag bestemmes av klubber i samråd med kraftsentrene. For representasjon i VM U19, EM U19, VM U23 og EM U23 skal lag settes sammen gjennom en åpen uttaksprosess på tvers av klubb- og kraftsentergrenser. Endelig sammensetning av lag på dette nivå bestemmes av Toppidrettsutvalget etter innstilling fra kraftsenterutvalget i samråd med kraftsentertrenerne. Uttak til EM, VM og World Cup gjøres av TiU etter innstilling fra landslagsledelsen.

Kvalifisering til internasjonale mesterskap og deltagelse i internasjonale regattaer skal så langt det er praktisk mulig ikke gå ut over deltagelse i ordinære norske regattaer. Toppidrettsutvalget forventer at utøvere med ambisjoner om representasjonsoppgaver gjennomfører NRs testrunder slik at NR, utøveren og treneren kan danne seg et bilde av utøverens fysiske kapasitet og utvikling.

Kriterier for uttak

Ved uttak til alle mesterskap vil NRs prognosetidstabell for 2018 bli benyttet i vurderingsgrunnlaget. Det er ikke gitt at ved å oppnå en prognosetidsprosent at laget er kvalifisert for mesterskapet. Lagene forventes å vise høy kvalitet over flere løp. Rosjefer, roere som studerer i utlandet og roere som trener utenom NR's grupper bør melde interesse for kvalifisering til Toppidrettsutvalget senest 1.4. 2018. Dette for at utvalgene og kraftsentertrenerne skal kunne ha en bedre oversikt over aktuelle utøvere til representasjon. Følgende prognosetidsprosenter vil bli benyttet i vurderingsgrunnlaget ved uttak:

VM	96 %
EM	93 %
VM PARA	90 %
VM U23	96 %
EM U23	93%
VM U19	96 %
EM U19	93 %
BALTIC CUP	88 %
STUDENTMESTERSKAP	93 % AV U23-TABELL

Kvalifisering til representasjon junior

Nordisk Juniormesterskap, Sorø, Danmark, 7. og 8. juli 2018

Kandidater må være født i 2000, 2001, 2002 eller 2003. Aktuelle båttyper: Junior kvinner: 1x, 2x, 2-, 4x. Junior menn: 1x, 2x, 2-, 4x, 8+. Kvalifiseringsregattaer: Forsommerkapproingen, Stokkavannsregattaen og Østlandsregattaen 2018 (se oversikt nedenfor).

Det er bare mulig å kvalifisere seg i *en* båttype. Det beste laget sammenlagt i hver klasse etter tre løp, blir tatt ut til å representere Norges Roforbund i mesterskapet. 8+ for gutter må kvalifisere seg ved å ro 4-søndag i hver regatta. De to beste lag i 4- blir satt sammen til 8+. Lagbåter skal som hovedregel bestå av roere fra samme kraftsenter. Søknad om unntak fra hovedregelen skal fremmes av KS leder til KSU innen 1.mai. Etter at et lag er tatt ut, kan treneren sette inn andre utøvere ved sykdom eller for å forsterke laget. Under Nordisk Mesterskap er det kun mulig å ro den båten utøveren er kvalifisert til å ro, og den roes begge dager. Hvis en båt fra VM U19 prosjektet kvalifiserer til representasjon, vil andreplassen i aktuell båtklasse bli vurdert uttatt som B lag. Det vil si at dette laget reiser med på samlingen og blir en del av juniorlandslaget den uken. Det kan vurderes at utøvere fra VM U19 prosjektet kan ro for et KS lag i tillegg, dette må avtales med KS Vest trener innen 15.mai, for å finne den beste løsningen. Alle som tas ut til mesterskapet må være forberedt og ledig for samling fra mandag 2. juli.

Uttak skjer senest 12.juni 2018.

REGATTA	DAG OG DATO	BÅTTYPER
Forsommerkapproingen	12.05	JM1x, JW1x, JM2x, JW2x, JM2-, JW2-
Forsommerkapproingen	13.05	JM4x, JW4x, JM8+: ror 4-
Stokkavannsregatta	26.05	JM1x, JW1x, JM2x, JW2x, JM2-, JW2-
Stokkavannsregatta	27.05	JM4x, JW4x, JM8+: ror 4-
Østlandsregattaen	09.06	JM1x, JW1x, JM2x, JW2x, JM2-, JW2-
Østlandsregattaen	10.06	JM4x, JW4x, JM8+: ror 4-

EM U19, Gravelines, Frankrike, 26. og 27. mai 2018

Kandidater må være født i 2002, 2001 og 2000.

Uttak gjøres på Årungenregattaen 29.april. Søndag er kvalifisering for samtlige båtclasser. Roere som ønsker å delta i U19 må melde fra til KS Trener Vest senest 15.04.2018. Ønsker KS Trenerne å sende en eller flere båter fra VM U19-prosjektet, vil disse kunne bli innstilt i samråd med klubbene. Alle kostnader dekkes av klubbene. NR kan etter avtale med de involverte klubbene, bidra med organisering av reise, opphold og båttransport for roere og trenere.

Uttak skjer senest tirsdag 1.mai.

VM U19, Racice, Tsjekkia, 8. – 12. august 2018

Kandidater må være født i 2002, 2001, 2000.

Roere kan kvalifiseres seg i alle båttyper som mesterskapet tilbyr.

Roere som ønsker å delta i NR sitt VM U19-prosjekt med mål om kvalifisering, må følge hele det vedtatte oppsett for kvalifisering. Rosjef melder inn aktuelle kandidater og båtklasse, til KS Trener Vest innen 15.april.

Det gjennomføres timetrial i henholdsvis 1x og 2- for begge kjønn, under Årungenregattaen lørdag den 28.april. Det skal være nok tid mellom løpene til at en roer skal kunne ro begge båtclassene. Dersom et lag (1x eller 2-) er signifikant bedre enn øvrige lag, vurderes dette laget for kvalifikasjon gjennom vårsesongen.

Etter timetrial settes aktuelle båter sammen. Disse lagene vil trene sammen etter oppsatt plan og stiller i samtlige norske regattaer samt Nordisk Juniormesterskap og eventuelt EM U19. De av lagene som klarer kvalifikasjonskravene, innstilles til uttak til VM U19. Dersom noen av de sammensatte lagene blir slått, eller ikke viser tilstrekkelig utvikling, vil lagsammensetting og båtklasse vurderes frem mot Nordisk Juniormesterskap. Lagsammensetningen endres senest 26 juni om nødvendig ved bruk av searace 25 og 26 juni.

Endelig uttak senest 10.juli.

Baltic Cup, Kruszwica, Polen, 29. – 30.9.

Aktuelle roere må være født i 2003, 2002 eller 2001.

Lag kan kvalifisere seg i JW1X, JW2X, JW4X, JW2-, JW4-, JM1X, JM2X, JM4X, JM2-, JM4-. Det er bare mulig å kvalifisere seg i *en* båttype. JW1X, JW2-, JM1X og JM2- kan kvalifisere seg i Hortensregattaen lørdag 23. juni. Lag i andre båttyper kan kvalifisere seg i Tunevannsregattaen lørdag og søndag 18.-19. august. Lagbåter skal som hovedregel bestå av roere fra samme kraftsenter. Etter at et lag er tatt ut kan treneren sette inn andre utøvere ved sykdom eller for å forsterke laget. Søknad om unntak fra

hovedregelen skal fremmes av KS leder til KSU innen 1. juli.

Uttak til Baltic Cup gjøres senest 22.august.

YOG 2018, Buenos Aires, 6. – 18.10.

Kandidater må være født i 2001 eller 2000.

NOR har kvalifisert en kvoteplass i M1x.

M1x: Kvalifisering for kandidater til M1x er lørdag 18.august under Tunevannsregattaen. Kvalifiseringen vil benytte FISA sitt kvalifiseringssystem med førsøksløp, oppsamling, semifinaler og A-finale, og løpet vil gå over 500m. Uttak skjer senest 21.august.

W1x eller W2-: Kun en av disse båtene kan kvalifisere seg i europeisk kvalifiseringsregatta i Gravelines, Frankrike, 26. og 27. mai 2018 (samtidig med EM U19, men i egne løp). Roere som kvalifiserer seg forplikter seg å stille i YOG 2018. Kvalifiseringskrav: nr 1 i W2- eller topp 3 i W1x. Det kan ikke stille roere fra land som har kvalifisert kvoteplass i VM U19 2017. Roere / klubber som er interessert i å stille i YOG kvalifisering i W2- eller W1x må melde fra til Toppidrettsutvalget senest 1. april 2018.

Vi vil informere om at avreise blir tidlig oktober, og det blir rundt 20 dager på reise. Alle utøvere og lagledere er nødt til å følge hele opplegget til Olympiatoppen, fra samling i forkant av avreise og under hele reisen. Husk at dette krever flere uker fri fra skolen.

Kvalifisering for representasjon senior

World Cup

Lag for deltagelse i World Cup innstilles av landslagstrener i samråd med assisterende landslagstrener og kraftsentertrenere. Innstilling til deltagelse i WC skal være begrunnet med kvalifisering til VM for U23, EM eller VM. Landslagstrener kan også innstille andre lag til deltagelse i WC basert på roeres behov for internasjonal erfaring. Toppidrettsutvalget i samråd med landslagstrener vil stille krav til prestasjonsnivå i forbindelse med uttak.

Aktuelle World Cup regattaer er:

WC 1: 1. - 3. juni Beograd

WC 2: 22. - 24. juni Linz

WC 3: 13. – 15. juli Luzern

VM U23, Poznan 24. - 29. juli 2018

Aktuelle roere må være født i 1999, 1998, 1997 eller 1996. Lag kan kvalifisere seg i *alle* båttyper det arrangeres løp for i mesterskapet.

Mulige kvalifiseringsregattaer: Norske regattaer 2018 før 11. juni og Ratzeburgregattaen (2. - 3.06. 2018). Andre internasjonale regattaer, mesterskap og World Cup kan bli tatt med i vurderingsgrunnlaget. Vurderingsløp og searace for «topping» av lag kan bli aktuelt etter Ratzeburgregatta.

Satsingsbåter til U23 VM følger NR sitt ønske om å skape muligheter for at flere roere kvalifiserer seg til VM. Disse vurderes mot samme krav som andre båtklasser. Båtklassene kan bli justert.

Satsingsbåter 2018:

U23LW2x og U23LW1x

U23W2x og U23W2-

U23M4- og U23M2x

U23LM1x og U23LM2x

Uttak gjøres senest 18.juni.

EM, Glasgow Skottland 2. - 5. august 2017

Utøvere født senest i 1999 kan være aktuelle og lag kan kvalifisere seg i alle EM båttyper.

Landslagsledelsen innstiller kandidater til EM på grunnlag av resultater i nasjonale regattaer, internasjonale regattaer og World Cup for seniorer gjennomført innen 16.7. 2018. Uttak gjøres senest 18.7.

EM U23, Brest, Hviterussland, 1. og 2. september 2018

Aktuelle roere må være født i 1999, 1998, 1997 eller 1996. Lag kan kvalifisere seg i *alle* båttyper det arrangeres løp for i mesterskapet.

Mulige kvalifiseringsregattaer: Norske regattaer 2018 før 1. juli, Ratzeburgregattaen, Sorø og VM U23. Andre internasjonale regattaer, mesterskap og World Cup kan bli tatt med i vurderingsgrunnlaget.

Utøvere som har deltatt i U23VM kan ikke ro samme båttype i U23EM hvis det er en båt som er kvalifisert, som ikke ror U23VM. Vurderingsløp og searace for «topping» av lag kan bli aktuelt frem til 1.august. Alle kostnader må dekkes av klubbene. NR kan etter avtale med de involverte klubbene, bidra med organisering av reise, opphold og båttransport for roere og trenere.

Uttak gjøres senest 10.juli, med et andre uttak 1.august.

VM, Plovdiv, Bulgaria, 09. – 16. september 2018

Landslagsledelsen innstiller kandidater til VM på grunnlag av resultater i internasjonale regattaer, mesterskap og World Cup for seniorer gjennomført innen 1.8. 2018. Uttak til VM gjøres av Toppidrettsutvalget senest 17.8. 2018.

Vedlegg 1

Kvalifisering til representasjon i internasjonale studentmesterskap

Målsetting med å gi mulighet til deltakelse i slike mesterskap er å skape gode romiljøer ved universitetene som gir bedre rammebetingelser for kombinasjonen studie-topproing. Deltakelsen skal for utøverne være et trinn i langsiktig utvikling og en stimulans til videre satsing mot internasjonalt nivå. Aktuelle roere må være født i 1999 eller tidligere og være registrert som fulltidsstudent ved et norsk eller utenlandsk universitet eller høyskole når mesterskapet avvikles, eller ha fullført en grad i 2017. Dersom et lag består av mer enn 25 % ikke-studenter (med grad fullført i 2017) skal dette begrunnes. Aktuelle mesterskap er Universitets-VM: 10.-12.august 2018 i Shanghai.

Lag kan kvalifisere i følgende båtclasser: M1X, M2X, M2-, M4-, M8+ LM1X, LM2X, LM4- W1X, W2X, W2-, W4-, LW1X, LW2X

Endelig sammensetning av lag bestemmes av de aktuelle studentklubber i samråd med studentrepresentant og kraftsentertrenere.

Regattaer & arrangement/tiltak som gjelder for vurdering av deltagelse:

Kravet til deltagelse er 93 % av U23 prognosetid. Ved vanskelige vær/vindforhold må det gjøres en skjønnsmessig vurdering ved sammenligning med lag man vet presterer på et høyt nivå. Prestasjoner i internasjonale regattaer i perioden 1. mars-1. juni kan etter søknad bli tatt med i vurderingen. Det blir satt spesielle krav til deltakelse i disse regattaene. Deltakelse i internasjonale regattaer for å oppnå kvalifisering skal ikke gå ut over deltakelse i norske regattaer. Lag som ikke har mulighet å delta på alle nevnte regattaene må stille i minst en regatta og avtale hvordan de i tillegg skal vise at de tilfredsstiller kravene.

Dato for frist	Hendelse	Ansvar
28. februar 2018	Frist for å melde interesse	Studentrepresentant
30. mai	Uttak	KSU
Juni-juli	Eventuelle seatrace dersom aktuelt	Kraftsentertrener
2. august	Siste frist for innmelding av roere	NSI/Studentrepresentant

Vedlegg 2

Henley Royal Regatta 26.juni til 1.juli 2018

Etter ønske fra HRRs regattaledelse skal påmelding til regattaen godkjennes av Norges Roforbund, og lag som ønsker å delta i denne regattaen må ha reelle muligheter til å kvalifisere seg til selve regattaen. Det er HRRs regattaledelse som tar ut lag til direkte kvalifisering etter begrunnet søknad fra laget. Søknad om deltagelse sendes til Norges Roforbund i god tid før påmeldingsfristen til regattaen.

HRRs regattaledelse bemerker også at samtlige utøvere som skal ro for samme klubb, må være medlem av den respektive klubben minst to måneder før påmeldingsfristen.

Aktuelle lag pålegges å sette seg inn i og følge reglene til HRR Qualification Rules. Merk at noen løp er dedikert for studenter, ikke klubbroere, og omvendt.

(<https://www.hrr.co.uk/sites/henleyregatta/files/HRR%202017%20Constitution%20and%20Rules.pdf>).

Regattaer og arrangement hvor lag må vise tilstrekkelig nivå er:

Forsommerkapproingen og/eller Østlandsregattaen for klubb lag.

Studentmesterskapet og/eller Østlandsregattaen for universitetslag.

Vedlegg 3

UTTAKSKRITERIER TIL UTVIKLINGSGRUPPEN

Uttak til utviklingsgruppen gjøres på følgende måte:

Utøvere som har vist solid utvikling gjennom sesongen, og har oppnådd fysiske testkrav i uke 44, kan få et tilbud om deltagelse i utviklingsgruppen. Utgangspunktet for å få et tilbud om å være med i gruppen er å oppnå watt per kilo i tabellen, eller bedre, på både 2000m og 5000m, og det skal gjennomføres på Concept2 romaskin. Unntaksvis vil roere som har prestert spesielt gode resultater i løpet av sesongen vurderes utover krav på romaskin. Første uttak er uke 46 hvert år, etter det er det fortløpende opptak etter testturer, samlinger og regatta på vannet.

	Ref. Vekt	2k tid	Watt	Watt /kg	5k tid	Watt	Watt /kg
U23 Kvinner	70	7'13"	275	3,93	19'04"	234	3,34
U23 Herrer	90	6'18"	413	4,59	16'39"	351	3,9
U23 Kvinner Lettvekt	61,5	7'33"	241	3,92	19'57"	204	3,32
U23 Herrer Lettvekt	75	6'27"	386	4,91	17'18"	313	4,17
Senior Kvinner	70	7'03"	295	4,21	18'42"	247	3,52
Senior Herrer	90	6'11"	440	4,89	16'18"	373	4,14
Senior Kvinner Lettvekt	61,5	7'23"	257	4,18	19'31"	218	3,55
Senior Herrer Lettvekt	75	6'25"	391	5,21	16'58"	332	4,43

Watt pr kilo legges til eller trekkes fra i forhold til referansevekt. Du finner din watt per kilo ved å ta snittwatt fra testen og dele på antall kilo.

Utøvere som blir tatt opp i gruppen, får være der i et gitt antall måneder fra uttaksdato. Det vil si at en utøver må prestere underveis og følge opplegget til Utviklingsgruppen, men det er først ved endte antall måneder, at det blir tatt en tverrfaglig vurdering om nytt uttak er aktuelt. Hvis utøveren ikke følger reglene i gruppen eller på annen måte viser lav interesse og imøtekommenhet, vil utøveren kunne falle ut av gruppen uavhengig av antall måneder.

Alder ved uttak	Antall måneder før eventuelt nytt uttak
18 – 21 år	24 måneder
22 – 23 år	18 måneder
24 – 26 år	12 måneder

Utøverne i utviklingsgruppen må følge oppsatt treningsprogram og benytte seg av Olympiatoppens treningsdagbok, gjennomføre alle testrundene og delta på samlinger og aktiviteter som er organisert av NR for utviklingsgruppen.

Sesongplan 2018:

24.-26.11.17: Samling for utviklingsgruppen

15.-20.01.18: Skisamling i Skeikampen

16.-26.02.18: Samling Sevilla

23.-29.03.18: Vårsamling i Oslo/Bergen

Oktober – juni: Organiserte fellestreninger i Bergen og Oslo

Tilbud til utøverne i gruppen:

Treningsprogram og treningsoppfølging med laktatprofil

Treneroppfølging av NR trener samt OLT sin treningsdagbok

Mental oppfølging ved behov

Ernæringsoppfølging og lettvektsoppfølging