

# Treningsstipend i Raumar orientering

## Gruppeløpere i Raumar orientering.

Vi ønsker å tilby våre løpere et best mulig opplegg rundt treningsamlinger og konkurranser gjennom hele sesongen. Som naturlig er, vil det i junior/senior gruppa være stor variasjon i målsetning hos den enkelte løper og hvor mye man ønsker å legge ned i treningsarbeid og konkurranser gjennom året. Treningsstipendier vurderes ut i fra nivå og deltagelse på våre aktiviteter. Se krav til nivå for hver gruppe (E1,E2 og E3) under veiledende ramme og klubbens forventninger til løperne lenger ned.

## Treningsstipend til våre eliteløpere.

Treningsstipendet skal brukes til målrettet satsning for å utvikle hver enkelt løper videre. Det betales ikke ut i form av penger til utøverne, men er en ramme for hvor mye utøverne kan få dekket av utgifter av Raumar orientering utover den generelle utgiftsdekningen.

Treningsstipend kan brukes til å dekke utgifter i forbindelse med reise/opphold på Norgescup/NM, stafetter og samlinger utover det som dekkes av Raumar orientering og eventuelt eget lokallag. Treningsstipendet kan også brukes til kjøp av klubbens offisielle løps- og overtrekkstøy.

## Opparbeiding av treningsstipend i orientering.

Grunnlag for opparbeidelse av treningsstipend er Norges-cupen's sammenlagtlister i junior- og seniorklassene det foregående året (kun norske utøvere med poeng). Denne gir et helhetlig bilde av sesongen og er lett å følge opp både når det gjelder budsjettering og beregning av opparbeidet beløp. Løperne skal sende inn skjemaet "søknad om treningsstipend" innen 1. januar. Dette danner sammen med resultater i Norges-cup grunnlag for stipend.

Treningskomiteen innstiller de aktuelle utøverne og deres utgiftsrammer, som godkjennes av styret i Raumar orientering. Resultater i Norges-cupen skal kun være retningsgivende og skjønn kan benyttes. (Eks. på skjønn kan være skadesituasjon, ujevn sesong, utøverens holdninger relatert til klubbens forventninger (se under) og utjevning mellom forholdsvis jevne utøvere. Første års juniorer plasseres i laveste trinn hvis de har hatt minst to topp-ti resultater i HL, O-idol, O-festival eller Blodslitet i løpet av de to siste årene.

## Veiledende rammer for treningsstipend i Raumar orientering.

Beløpene kan reduseres dersom styret vedtar en lavere ramme for treningsstipend	Ramme HD21	Ramme HD19-20	Ramme HD17-18	Grp
Gode internasjonale resultater, høye mål	20.000,-kr	15.000,-kr	10.000,-kr	E1
Beste 1/8 (HD21), 1/10 (HD19-20), 1/12 (HD17-18)	10.000,-kr	7.500,-kr	5.000,-kr	E1/E2
Beste 1/4 (HD21), 1/5 (HD19-20), 1/6 (HD17-18)	6.000,-kr	4.500,-kr	3.000,-kr	E2/E3
Beste 1/2 (HD21), 1/3 (HD19-20), 1/4 (HD17-18)	3.500,-kr	2.500,-kr	1.500,-kr	E3

## Opparbeiding av treningsstipend i ski-orientering

Veiledende rammer (kan reduseres noe dersom styret vedtar en lavere ramme for treningsstipend)	Ramme HD21	Ramme HD17-20
Uttatt til landslagsgruppe (LL/A/H), (LL,H)	4/2/1000 kr	2/1000 kr

Tildeling av stipend i ski-orientering skjer den skio-sesongen som pågår ved regnskapsårets begynnelse. (Eks.: Uttatt i landslagsgruppe sesongen 10/11 gir stipend for 2011)  
Ski-o stipend kan bare benyttes til ski-o relaterte aktiviteter.

### **Klubbens forventninger/krav til løpere som får utdelt treningsstipend.**

Løpere som får tildelt stipend :

- E1-løpere\*\* skal delta på alle samlinger, NM-er, Norges-cup og prioriterte stafetter \*. Målsetning om å løpe godt i internasjonale mesterskap
- E2-løpere\*\* skal delta på alle NM-er, Norges-cup og prioriterte stafetter \* og samlinger knyttet til disse. Målsetning om å løpe internasjonale mesterskap og/eller hevde seg godt i nasjonale mesterskap
- E3-løpere skal delta på NM-er, Norges-cup og prioriterte stafetter \*. Ingen krav til målsetning
- Satse målbevist på orientering. Selv eller i samarbeid med trener sette opp mål for kommende sesong og en månedlig rammeplan for fysisk og o-teknisk trening for hele året. Føre treningsdagbok for å dokumentere utført trening.
  
- Resterende løpere mottar ikke treningsstipend. De kan delta på alle aktiviteter, men det er ikke noe krav til deltagelse, resultater eller målsetning
  
- Klubbens løpere skal løpe med klubbdrakta på alle løp.
- Klubbens løpere skal bevist profilerer våre samarbeidspartnere på premieutdelingene. Enten ved hjelp av klubbens overtrekksdrakt eller andre effekter (vest). Dette skal også følges opp av foreldre, lagledere og trenere.
- Klubbens løpere skal være gode forbilder for våre yngre løpere. I størst mulig grad stille opp på treninger og klubbkvelder og etter avtale stille opp som hjelpetrener.

\* Prioriterte stafetter 2012 er Tiomila, 15-stafetten, NM-junior, Jukola og NM senior. (Kun NM-stafetter for Riu)

\*\* Reduserte krav til utenlandske løpere i Raumar (uiR). Skal være med på utvalgte treninger, samlinger og stafetter sammen med våre løpere og vil få ekstra støtte til reiseutgifter etter avtale. Raumar-løpere i utenlandske klubber (Riu) må minimum løpe NM-stafett for å få treningsstipend

### **Finansiering av treningsstipend**

Styret budsjetterer i 2012 med 75.000 til treningsstipend.

### **Utbetaling av treningsstipend.**

**Innen 15/12** hvert år skal det levers en søknad om utbetaling av treningsstipend. Det kan også leveres inn en foreløpig søknad om utbetaling **innen 15/6** hvert år. Søknaden skal inneholde bilag for utgifter som skal dekkes av deres treningsstipend. Bilagene sendes til leder i treningskomiteen som attesterer og vidresender til klubbens kasserer som betaler ut etter godkjenning fra styret.