

Elitekoncept 2016

AGF Atletik

1. INDLEDNING	3
2. FORMÅL	3
2.1. ORGANISATORISK OPBYGNING	3
2.2. FORDELING AF ELITEMIDLER I AGF	3
3. GENERELLE KRAV, FORVENTNINGER SAMT TILBUD	4
4. STØTTEGRUPPER	5
4.1. TALENT OG UNGDOMSUDØVER (TIL OG MED 17ÅR)	5
4.2. BOBLER TIL NATIONAL ELITE (KUN SENIOR)	5
4.3. NATIONAL ELITE (JUN(18-19ÅR), U23 OG SENIOR)	5
4.4. NORDISK ELITE (U23 OG SENIOR)	5
4.5. INTERNATIONAL SUBELITE (JUN(18-19ÅR), U23 OG SENIOR)	6
5. STØTTEBELØB	7
6. AGF ELITEKALENDER	8
7. KRAVTIDER	9
7.1. SENIORER (23ÅR OG ÆLDRE)	9
7.2. U23 (20-22ÅR)	10
7.3. JUNIOR (18-19ÅR)	11

1. Indledning

Dette dokument beskriver elitekonceptet i AGF Atletik, herunder organisation, hvordan de aktive kan kvalificere sig til at blive en del af teamet, samt hvad de kan opnå ved det, og hvad der forventes af dem.

Konceptet er kun gældende for atleter som har klaret en kravtid som giver dem rettighed til at være en del af gruppen, og som herefter har udfyldt tilstrækkelig ansøgning og er blevet godkendt.

For øvrige medlemmer henvises til klubbens generelle støttekoncept, som kan findes på hjemmesiden.

2. Formål

Formålet med elitekonceptet og elitegruppen i AGF Atletik er at opbygge og vedligeholde et af Danmarks bedste træningsmiljøer for eliteløbere på alle distancer og dermed give hver enkelt atlet mulighed for at udvikle sig til det bedste vedkommende kan i forhold til sit talent og sine muligheder.

Der fokuseres i AGF på træningsmiljøet og gruppen med henblik på at skabe et rum, som atleterne ønsker at opholde sig i, og dermed skabe personlig og fysisk udvikling hos den enkelte atlet.

Målet er at udvikle og tiltrække seniorløbere i alderen 23-30år, som kan begå sig internationalt og som har mulighed for fleksibilitet i enten arbejde eller studie til at træne, og vilje til at sætte træningen højest.

Elitekonceptet strækker sig dog også ned gennem alderstrinene og den eliteansvarlige træner i klubben sikrer en rød tråd i træningen fra ungdomsgruppen, gennem teengruppen og videre til ungsenior og seniorgrupperne.

Den røde tråd sikres gennem udarbejdet "Aldersrelateret Træningskoncept for AGF" (pt. Under udarbejdelse) – herunder deltager den eliteansvarlige træner 1 gang pr. måned i hver af AGF Atletiks træningsgrupper (ungdom, teen og sprint) som hjælpetræner, under den ansvarlige træner. På denne måde sikres det at atleterne allerede i en tidlig alder bliver tryk ved seniortrænere og senioratleter, og ungdoms- og teenræner kan blive tryk ved at overlevere atleter når de pga. alder og niveau skal rykkes videre.

Ved elite forstås atleter som kan klare kravtider, og som er villige til at sætte sporten i første række i en periode for at opnå resultater internationalt set, på sigt.

2.1. Organisatorisk opbygning

Elitekonceptet administreres og drives i det daglige af klubbens Eliteudvalg, som refererer direkte til bestyrelsen. Udvalget består til enhver tid af 3-4 medlemmer, hvoraf 1 er bestyrelsesrepræsentant., samt 1 er klubbens eliteansvarlige træner. Herudover tilstræbes det at have en tidligere eliteløber i udvalget.

AGF's eliteudvalg består i 2016 af:

- Søren Jørgensen (Bestyrelsesrepræsentant)
- Dan Olesen (eliteansvarlig træner)
- Jasper Nielsen (træner, seniorgruppen mellem/lang)
- Johan Damkjær (tidligere eliteaktiv)

Klubbens eliteudvalg har en budgetramme, indenfor hvilken de kan råde, med reference til klubbens kasserer. Forbrug udover individuel elitestøtte til atleter skal vedtages med flertal i eliteudvalget.

2.2. Fordeling af elitemidler i AGF

- ~80% går til individuel elitestøtte (støttebeløb fastsættes af eliteudvalg, udfra Budget og antal aktive)
- ~20% går til fælles eliteaktiviteter (tr.lejr i udland, tr.weekend i DK, indkøb udstyr, adgang til Team DK styrke osv.)

3. Generelle krav, forventninger samt tilbud

For at komme i betragtning og blive en del af elitegruppen kræves det at atleten klarer en kravtid (kap. 7) og sender en motiveret ansøgning til eliteudvalget indeholdende sæsonplan, langsigtet plan/drøm(hvad har du opnået når du er 30 år) samt kort beskrivelse af hvorfor du ønsker at indgå i AGF's elitekoncept. Ansøgning bør fylde ½-1 A4 side + en A4side med sæsonplan. Eliteudvalget hjælper gerne med udfærdigelse af ansøgning.

Det er en forudsætning for indgåelse af kontrakt at begge parter de kommende 2 år kan overholde de medfølgende forpligtigelse, alternativt ventes til denne forudsætning er opnået med indgåelse af kontrakt.

Der er følgende krav som er obligatorisk for alle atleter med elitekontrakt at leve op til:

- Være medvirkende til at skabe et godt træningsmiljø ved at være til stede til træningen min. 2 gange pr. uge. (kan fraviges efter aftale med træner, ved stævneaktivitet, træningslejr og skade).
- Være et forbillede i klubben, og ikke udtale sig negativt omkring klubben klubbens sponsorer.
- Deltage i aktiviteter på klubbens elitekalender (Alle aktiviteter som ligger fast ved underskrivelse af kontrakt er obligatoriske)
- I muligt omfang at hjælpe AGF/Aarhus motion med at arrangere løb. Det forventes at de eliteaktive bruger 15-25timer på dette årligt. Timerne aflønnes efter normal aftale med Aarhus motion (pt. 85kr. pr. time)
- Være trænet af én af klubbens seniortrænere (pt. Dan Olesen, Jasper Nielsen og Stefan Schmidt) eller have personlig træner som er villig til 2 gange årligt at mødes med eliteudvalget, og som løbende tilpasser atletens træning til i videst mulig omfang at passe ind i klubtræningen.
- Aflevere en sæsonplan gældende for et helt år, én gang årligt, og løbende holde sin personlige træner informeret omkring ændringer. (det er trænerens pligt at informere eliteudvalget løbende !)
- Deltage i alle afdelinger af VT, samt deltage til Store DM og landevejsDM på primær distance. (kan selvfraviges ved skader) – men det er atletens pligt at tilrettelægge arbejde/træning og andet sådan det ikke kommer i vejen for ovenstående.
- Have en ambitiøs og seriøs indstilling til træning og konkurrencer, herunder kun indtage alkohol "med måde" ifm. træningslejre, rejser og lignende hvor udøveren repræsenterer AGF Atletik
- Stå til rådighed for klubben og klubbens sponsorer ved forskellige arrangementer, når dette er varslet 3 måneder i forvejen og ikke karamboleres med stævneaktivitet og træningslejr.

For atleter som har en anden primær sport(O-løb, triathlon/duathlon og andet) og som vurderes at kunne bidrage positivt til træningsmiljøet, kan laves en sær aftale, mellem den aktive og eliteudvalget, i forhold til ovenstående: Det er dog et ufravigeligt krav at det vurderes at den aktive bidrager positivt til miljøet.

Ved positiv dopingtest eller dom for alvorlig kriminalitet har klubben ret til med øjeblikkelig virkning at hæve kontrakter.

Eliteaktive atleter tilbydes:

- Træningsmiljø med gode sparringspartnere og kompetente trænere
- Personlig træner, med højt niveau uden beregning
- Fri adgang til Team DK styrketræningscenter
- Klubtøjspakke uden beregning én gang årligt (Tøjspakken består typisk af 4 dele, herunder jakke, T-shirt med korte eller lange ærmer, samt korte og lange bukser)
- Individuel støtte til behandling mv. Beløb og hvad støtten kan bruges til er differentieret mellem grupperne og fremgår herunder, fælles for alle grupper er dog at støtten kun kan bruges til ting som vurderes at bidrage til at atleten udvikler sig inden for sit støtteområde. (hhv. national, nordisk og international subelite)
- Billig deltagelse i årlig træningslejr sydpå
- Billigere deltagelse i klubarrangementer
- Gratis deltagelse i Aarhus Motion's løb

4. Støttegrupper

4.1. Talent og ungdomsudøver (til og med 17år)

Aleter i denne aldersgruppe indgår ikke direkte i klubbens elitekoncept da skolen bør komme i første række, og sporten gerne skal være drevet 100% af lyst.

Dog kan eliteudvalget i særlige tilfælde hvor en atlet udviser særligt stort talent eller potentiale vælge at støtte atleten i begrænset omfang. Det kan være som tilskud til træningslejr eller andet.

Dette skal vedtages enstemmigt i eliteudvalget, og herefter skal muligheden præsenteres for atleten og dennes værge, samt træner.

4.2. Bobler til National elite (kun senior)

En atlet kan maksimalt indgå i denne gruppe 2 gange, og ikke 2 på hinanden følgende perioder, dvs. at der skal være et mellemliggende år, hvor atleten ikke klarer boblerkravet før en ny kontrakt kan indgås.

Hvis en atlet tidligere har indgået i elitekoncept på højere niveau, kan atleten ikke igen indgå på boblerniveau, eneste undtagelse herfra er længerevarende skadesperiode (>2år) hvorefter eliteudvalg vurderer at det kan være gavnligt for klubbens træningsmiljø og atleten at lade denne indgå i elitekonceptet.

Der ydes individuel økonomisk støtte(jf. kap. 5) som kan bruges til følgende:

- Behandling (herunder mentaltræner)
- Fysisk Screening og test
- Ernæringsvejledning
- Alternativ træning i forbindelse med skade (fitness, svømmehal og lign.)
- Stævneaktivitet i DK som ikke er dækket af klubbens generelle støtteordning og som kan bidrage positivt til atletens udvikling mod national eliteudøver (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Træningsaktivitet i DK (Maks. 50% og skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

4.3. National Elite (jun(18-19år), U23 og senior)

Der ydes individuel økonomisk støtte(jf. kap. 5) som kan bruges til følgende:

- Behandling (herunder mentaltræner)
- Fysisk Screening og test
- Ernæringsvejledning
- Alternativ træning i forbindelse med skade (fitness, svømmehal og lign.)
- Studiemateriale (kun junior og U23)
- Stævneaktivitet i DK som ikke er dækket af klubbens generelle støtteordning og som kan bidrage positivt til atletens udvikling mod nordisk eliteudøver (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Stævneaktivitet i udland, dog maks 2stævner pr. år.
- Træningsaktivitet i DK (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Træningsaktivitet i udland (dog maks 50% af støttebeløb skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

4.4. Nordisk Elite (U23 og senior)

Der ydes individuel økonomisk støtte(jf. kap. 5) som kan bruges til følgende:

- Behandling (herunder mentaltræner)
- Fysisk Screening og test
- Ernæringsvejledning
- Alternativ træning i forbindelse med skade (fitness, svømmehal og lign.)
- Kurser/seminarer (hvis det vurderes at kunne bidrage til atletens udvikling)
- Stævneaktivitet i DK som ikke er dækket af klubbens generelle støtteordning og som kan bidrage positivt til atletens udvikling mod international subeliteudøver (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Stævneaktivitet i udland, dog maks 4stævner pr. år.
- Træningsaktivitet i DK (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

- Træningsaktivitet i udland (dog maks 60% af støttebeløb)
- Udstyr (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

4.5. International Subelite (jun(18-19år), U23 og senior)

Der ydes individuel økonomisk støtte(jf. kap. 5) som kan bruges til følgende:

- Behandling (herunder mentaltræner)
- Fysisk Screening og test
- Ernæringsvejledning
- Alternativ træning i forbindelse med skade (fitness, svømmehal og lign.)
- Kurser/seminarer (som vurderes at kunne bidrage til atletens udvikling)
- Studiemateriale (herunder hjælp til ekstra undervisning hvis nødvendigt)
- Stævneaktivitet i DK som ikke er dækket af klubbens generelle støtteordning og som kan bidrage positivt til atletens udvikling (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)
- Stævneaktivitet i udland,
- Træningsaktivitet i DK
- Træningsaktivitet i udland
- Udstyr (skal godkendes af eliteudvalg før udgift haves)

5. Støttebeløb

Max støttebeløb for 2016 sæsonen			
	Junior	U/23	Senior
Bobler	-	-	4.000
National eliteudøver	4.000	8.000	8.000
Nordisk eliteudøver	-	15.000	19.000
International sub-eliteudøver	12.000	19.000	27.000

Støtten tildeles i forhold til udøverens aktuelle alder i året hvor et kvalifikationskrav opnås. Dette kan skitseres således:

Sidsteårs-U/23 som klarer U/23-krav:		Sidsteårs-junior som klarer junior-krav:		Sidsteårs-U/18 som klarer junior-krav:	
I året	Året efter (første år som senior)	I året	Året efter (første år som U/23)	I året	Året efter (første år som junior)
Støtte som U/23	Støtte efter U/23-tariffer, dvs. ingen ekstra støtte uanset indplacering jf. seniorkravene indtil evt. seniorkrav der udløser mere støtte er indfriet	Støtte som junior	Støtte efter junior-tariffer, dvs. ingen ekstra støtte uanset indplacering jf. U/23-kravene indtil evt. U/23-krav der udløser mere støtte er indfriet	Som angivet under Særlige noter for Talent- og ungdomsudøvere (til og med 17 år)	Støtte efter U/18-tariffer, dvs. ingen ekstra støtte uanset indplacering jf. junior-kravene indtil evt. junior-krav der udløser mere støtte er indfriet

Støttebeløbene vil i året hvor udøveren opnår kvalifikationskrav fordeles som følger:

Krav opnået i perioden 1/1-31/5: 100% af max. støttebeløb.

Krav opnået i perioden 1/6-31/8: 50% af max. støttebeløb.

Krav opnået i perioden 1/9-31/12 : 20% af max. støttebeløb.

En atlet som har opfyldt krav og indgået kontrakt er altid sikret et tilbud om kontrakt og støtte i året hvor kravet opnås samt det efterfølgende kalenderår. Dette for at sikre fastholdelse af atleter ved skader og andre forhindringer i forhold til at opnå elitekrav 2 på hinanden følgende år..

6. AGF Elitekalender 2016

Januar

Februar

Primo Der afholdes træningslejr sydpå (enten eksklusivt for elitehold eller sammen med resten af klubben) (maks egenbetaling: 2.500kr. pr. atlet + lommepenge). Liggens i forhold til Vinterturnering

Marts

April

Maj

Primo Fællestur til Baneløb i udlandet.
15-31 Der afholdes individuelle midtvejsevalueringer med atleter som er på kontrakt

Juni

Juli

August

September

Oktober

Der afholdes træningsweekend i DK med hele klubben (obligatorisk for elite) – beskeden egenbetaling (<400kr.)

November

Primo Der arrangeres tur til Crossløb i Be/NL
15-31 Der afholdes individuelle møder med atleter som har mulighed for elitekontrakt i det følgende år

December

7. Kravtider

Herunder fremgår kravtider for at komme i betragtning til de forskellige støttegrupper.

7.1. Seniorer (23år og ældre)

Øvelse	Kvinder, senior				Mænd, senior			
	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
100	12..35	12.15	11.90	11.72	11.10	10.95	10.74	10.61
200	25.40	25.00	24.40	23.90	22.22	21.97	21.60	21.35
400	57.20	56.14	54.90	54.02	49.60	49.10	48.00	47.25
800	2:13.20	2:11.00	2:07.00	2.04.00	1:53.70	1:52.80	1:50.30	1:48.80
1500	4:35.25	4:30.00	4:21.60	4:14.50	3:55.90	3:53.80	3:47.30	3:43.50
5.000m/5km	17:09.10	16:54.50	16:22.00	15.53.20	14:55.00	14:40.00	14.10.00	13:53.00
10.000m/10km	36:25.00	35:52.00	34:40.00	33.50.00	31:30.00	31:00.00	29:59.30	29:15.00
½ maraton	1:20.10	1:18.45	1:16.10	1:13.59	1:09.15	1:08.00	1:06.00	1:04.20
Maraton	2:55.00	2:50.00	2:44.30	2:38.58	2:31.30	2:28.00	2:22.30	2:18.50
100/110 hæk	14.87	14.60	14.08	13.70	15.40	15.10	14.50	14.18
400 hæk	63.55	62.80	60.45	58.80	55.10	54.50	52.50	51.60
3000 forh.	11:25.00	11:00.00	10:35.00	10:17.50	9:22.50	9:15.00	8:55.50	8:42.50
Højde	1.66	1.73	1.79	1.83	1.99	2.05	2.13	2.18
Stang	3.35	3.60	3.85	4.03	4.55	4.75	5.13	5.35
Længde	5.58	5.75	6.08	6.27	6.80	7.12	7.45	7.68
Trespring	11.70	12.30	12.84	13.20	14.35	14.75	15.53	15.95
Kugle	12.70	13.50	14.87	15.70	15.40	16.00	17.45	18.55
Diskos	40.00	44.00	49.70	54.10	47.25	49.00	54.60	58.20
Spyd	44.00	47.00	50.87	54.00	62.20	66.00	70.60	74.00
Hammer	47.00	51.00	56.40	61.20	56.80	59.00	66.65	71.40
10/7-kamp	4.400	4.700	5.120	5470	6250	6700	7120	7425

Indendørs	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	Boblere	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
60 m.	-	7.64	7.55	7.47	-	6.97	6.91	6.83
200 m.	-	25.10	24.50	23.97	-	22.10	21.75	21.40
400 m.	-	56.35	55.20	54.00	-	49.50	48.55	47.70
800 m.	-	2:12.00	2:08.00	2:06.00	-	1:53.40	1:50.90	1:49.50
1500 m	-	4:31.00	4:22.20	4:17.00	-	3:55.00	3:49.80	3:46.00
3000 m	-	9:44.55	9:25.55	9:10.00	-	8:28.00	8:10.70	8:00.00
60 hæk	-	8.89	8.56	8.32	-	8.30	8.03	7.85
7/5-kamp	-	3.386	3.690	-	-	4.983	5.295	-

7.2. U23 (20-22år)

Øvelse	Kvinder, U/23			Mænd, U23		
	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
100	12.35	12.15	11.90	11.10	10.95	10.74
200	25.40	25.00	24.40	22.22	21.97	21.60
400	57.20	56.14	54.90	49.60	49.10	48.00
800	2:13.20	2:11.00	2:07.00	1:53.70	1:52.80	1:50.30
1500	4:35.25	4:30.00	4:21.60	3:55.90	3:53.80	3:47.30
5.000m/5km	17:09.10	16:54.50	16:22.00	14:55.00	14:40.00	14:10.00
10.000m/10km	36:25.00	35:52.00	34:40.00	31:30.00	31:00.00	29:59.30
½ maraton	1:20.10	1:18.45	1:16.10	1:09.15	1:08.00	1:06.00
Maraton	-	-	2:44.30	-	-	-
100/110 hæk	14.87	14.60	14.08	15.40	15.10	14.50
400 hæk	63.55	62.80	60.45	55.10	54.50	52.50
3000 forh.	11:25.00	11:00.00	10:35.00	9:22.50	9:15.00	8:55.50
Højde	1.66	1.73	1.79	1.99	2.05	2.13
Stang	3.35	3.60	3.85	4.55	4.75	5.13
Længde	5.58	5.75	6.08	6.80	7.12	7.45
Trespring	11.70	12.30	12.84	14.35	14.75	15.53
Kugle	12.70	13.50	14.87	15.40	16.00	17.45
Diskos	40.00	44.00	49.70	47.25	49.00	54.60
Spyd	44.00	47.00	50.87	62.20	66.00	70.60
Hammer	47.00	51.00	56.40	56.80	59.00	66.65
10/7-kamp	4400	4700	5.120	6250	6700	7120

Indendørs	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite	National Elite	Nordisk Elite	Internat. Sub-elite
60 m.	7.75	-	7.50	7.08	-	6.87
200 m.	25.74	-	24.05	22.55	-	21.55
400 m.	57.90	-	54.80	50.44	-	47.98
800 m.	2:14.60	-	2:10.20	1:55.30	-	1:51.05
1500 m	4:38.00	-	4:26.00	3:57.70	-	3:48.80
3000 m	10:00.85	-	9:37.40	8:39.54	-	8:18.76
60 hæk	8.89	-	8.40	8.50	-	7.85
7/5-kamp	3278	-	-	4723	-	-

7.3. Junior (18-19år)

Øvelse	Piger, junior		Drenge, junior	
	National Elite	International Sub-elite	National Elite	International Sub-elite
100	12.85	12.12	11.35	10.88
200	26.40	24.77	22.85	21.91
400	59.30	55.92	51.00	48.92
800	2:15.50	2:09.30	1:56.50	1:52.48
1500	4:42.00	4:27.60	3:59.50	3:52.10
5.000m/5km	17:50.00	17:09.00	15:15.00	14:42.11
10.000m/10km	38:00.00	36.40.00	32:00.00	31:33.56
½ maraton	-	-	-	-
Maraton	-	-	-	-
100/110 hæk	15.35	14.40	14.80 (juniorhæk)	14.95 (Seniorhæk)
400 hæk	65.50	61.72	56.75	54.30
3000 forh.	11:30.00	7:00.00	9:38.00	9:15.00
Højde	1.66	1.76	1.97	2.10
Stang	3.40	3.65	4.50	4.92
Længde	5.55	5.95	6.80	7.30
Trespring	11.75	12.61	14.10	15.01
Kugle	12.25	13.94	14.00 (7.26 kg) 14.75 (6kg)	15.78 (7.26 kg) 17.25 (6 kg)
Diskos	40.50	46.00	45.50 (1.75 kg)	52.00 (1.75 kg)
Spyd	43.00	47.95	62.50	64.30
Hammer	44.00	53.87	54.50 (6 kg)	62.90 (6 kg)
10/7-kamp	4425	5010	6200 (senior)	6680 (senior)

<u>Indendørs</u>	National Elite	International Sub-elite	National Elite	International Sub-elite
60 m.	7.95	7.60	7.22	6.95
200 m.	26.45	24.83	23.00	21.96
400 m.	59.50	55.96	51.60	49.30
800 m.	2:16.35	2:10.80	1:57.15	1:53.15
1500 m	4:43.00	4:31.00	4:00.00	3:54.65
3000 m	10:16.42	9:54.14	8:48.20	8:29.21
60 hæk	9.31	8.74	8.55 (juniorhæk)	8.30 (seniorhæk)
7/5-kamp	-	-	-	-