

Young Star Innlandet 2018

Kort sammendrag.

Young Star Innlandet er et regionalt samarbeid mellom skiskytterkretsene Hedmark, Nord-Østerdal og Oppland.

Sesongen 2017 ble det gjennomført 3 samlinger:

1. 22. – 24. juni på Lillehammer (19 deltakere)
2. 14. – 16. september i Trysil (18 deltakere)
3. 9. – 11. november på Dombås (26 deltakere)

Samlingene ble gjennomført fra fredag til søndag. Av trening var det en økt fredag kveld, to på lørdag og en på søndag morgen. Samlingene avsluttet etter felles lunsj søndag. Fredagskveldene og lørdagskveldene ble fylt med sosiale innslag og ulike foredrag (kosthold, skadeforebygging, rennforberedelser, treningsprinsipper mm.).

Egenandel for både utøvere og kursdeltagere var på 1500 kr per samling, og dekker kost og losji, samt mye moro fredag til søndag!

Tilbakemeldingene fra klubbene, utøvere og foreldre har vært gode. Koordinator har vært Syver Berg-Domås.



Samlingene.

Det ble gjennomført tre samlinger i løpet av 2018. Vi satte oss 5 mål vi ønsket å jobbe med på samlingene:

- Øke skyteferdighet på liggende og stående
- Systematisere treningen
- Lære av hverandre
- Skape et større miljø spesielt for jenter
- Det viktigste av alt, å ha det sosialt og moro for alle sammen!

Vi ønsket også å måle om vi oppnår noe av målene ved å gjennomføre skytetester samt sammenligne skyteresultatene fra årets hovedlandsrenn.

Samling 1 – Lillehammer.

22. – 24. juni ble første samling gjennomført til Lillehammer. Denne samlingen ble lagt nærmere to måneder tidligere enn tidligere år. Vi ser at deltagerantallet var en del lavere enn tidligere. og mener dette skyldes tidspunktet. Vi kommer derfor til å flytte samlingen tilbake til august, slik som tidligere år. Totalt møtte 19 utøvere, fordelt på 9 gutter og 10 jenter. Vi bodde oppe på Birkebeineren Skistadion, et rimelig og greit tilbud. Det er kun sengeplasser til 32, som gjør at det ligger i grenseland i forhold til antall deltakere vi tidligere har hatt på denne samlingen. Kjøkkenet er ikke bra, og fellesområdene noe enkle. Men det fungerer, og veldig fint å bo så nære treningsanlegget. Prisen her er lav.

På første samlingen har vi vanligvis hatt et sterkt fokus på å justere geværet og jobbe med stilling. Vi fikk ikke den samme tiden til dette i år. Dette er noe vi ønsker å komme tilbake til neste år. Vi fikk mange gode økter fra skiskytterforbundet, men ønske er at flere av disse øktene heller kan gjennomføres på senere samlinger.

På denne samlingen hadde vi også ekstra fokus på å systematisere treningen for å komme i gang tidlig i sesongen. Vi snakket litt om treningsdagbok, der det ble nevnt flere av fordelene med å gjøre dette. Vi kunne helt sikkert vært enda flinkere til å anbefale dette, både her og på senere samlinger. Det ble anbefalt (ikke krav) at utøverne begynte å føre treningsdagbok.

Kveldene ble avsluttet med sosialt og moro, div konkurranser med premiering. Vi som trenere kunne se stor forskjell på hvordan utøverne forandret seg fra første måltid der noen ble sittende ganske alene, til siste måltid der alle virket inkludert. Mitt inntrykk er at gjengen fungerte veldig fint sammen fra første samling.

Samling 2 – Trysil.

Andre samling ble lagt til Lillehammer 14. - 16. september. Totalt 18 utøvere, fordelt på 10 gutter og 8 jenter. Vi bodde ved Høydehuset (Vesleskogen), et velegnet sted for denne type samling og antall deltakere (god plass til flere også). Gode kjøkkenmuligheter, mange og fine rom, flotte fellesarealer men noe høyere pris.

Vi fortsatte denne samlingen i samme spor som den første. Vi kunne som skrevet tidligere vært flinkere til å følge opp bruk av treningsdagbok, det tar vi med til neste år. Vi jobbet også med å bevisstgjøre arbeidsoppgaver og mål, spesielt på skytebanen.

På skytebanen gikk vi et steg videre fra forrige samling, og jobbet med det som kalles "kontrollpunkter" og "fasit". Et godt avtrekk var sentralt på denne samlingen, både på skytebanen og på fellesmøter inne.

Vi prøvde å lære av hverandre, ved at ulike grupper gikk sammen for å presentere sine "beste økter". Her kom det frem mye gode ideer som både utøvere og trenere kunne ta med videre. Noen av disse øktene ble også gjennomført senere, for at utøverne også skulle føle de fikk være med å planlegge noe av treningen.

Samling 3 – Dombås.

Snøsamlingen ble lagt til Dombås 9. – 11. november. 26 utøvere, fordelt på 11 gutter og 15 jenter ble med denne gang. Vi bodde på vandrerrhjemmet på Trolltun, rett nedenfor skistadion. Her er det god plass, fine rom, det negative her er kjøkkenet. Prisen er rimelig, og treningsforholdene på Dombås er svært gode på denne tiden da vi får en topp arena nesten helt for oss selv.

Fokus på samlingen ble mer konkurranseforberedelser, og samlingen avsluttet med testløp.

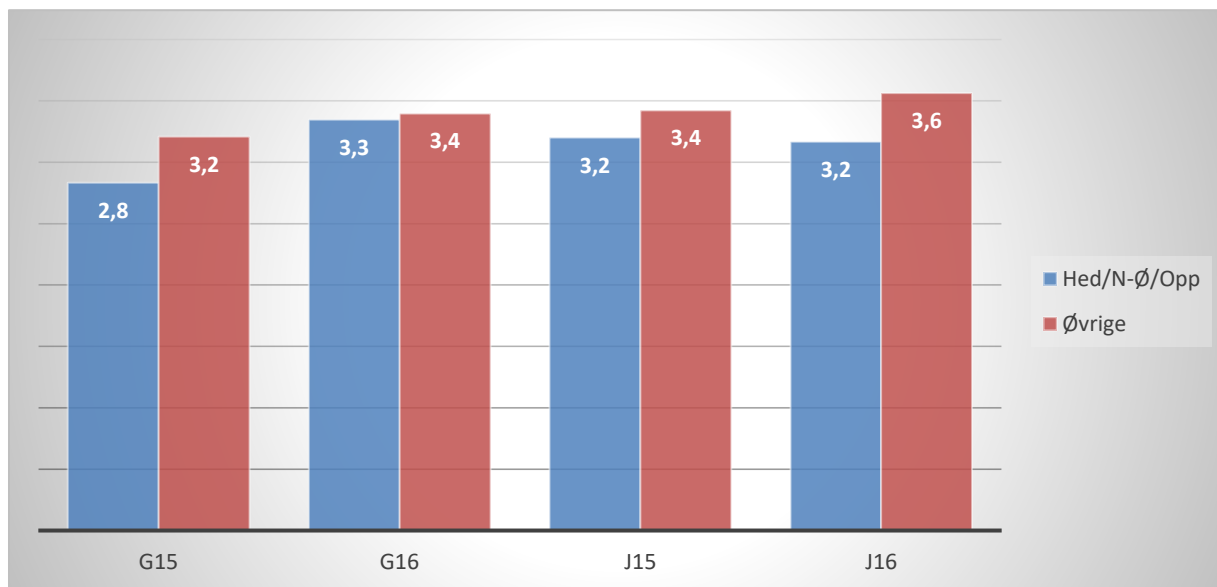
Resultater

Et av hovedmålene var å forbedre skyteferdigheten. For å måle dette har vi tidligere gjennomført en enkel skytetest, denne ble dessverre ikke gjennomført som tidligere på grunn av ønske om egen skytetest i regi skiskytterforbundet. Men vi har tidligere sett på resultater på normalprogrammet i hovedlandsrennet, der vi sammenligner våre løpere med lander forøvrig.



Hovedlandsrennet 2019 – sammenligning med de andre kretsene

For å få et bilde av hvordan resultatene i våre kretser er, har vi sett på resultatene fra årets hovedlandsrenn. Av øvelsene ble normalprogrammet valgt ut, som er den øvelsen der skyteresultater har mest si. Resultatene viser at vi i år har vært under resten av landet i antall treff. Fordelt på klassene ser resultatet slik ut:

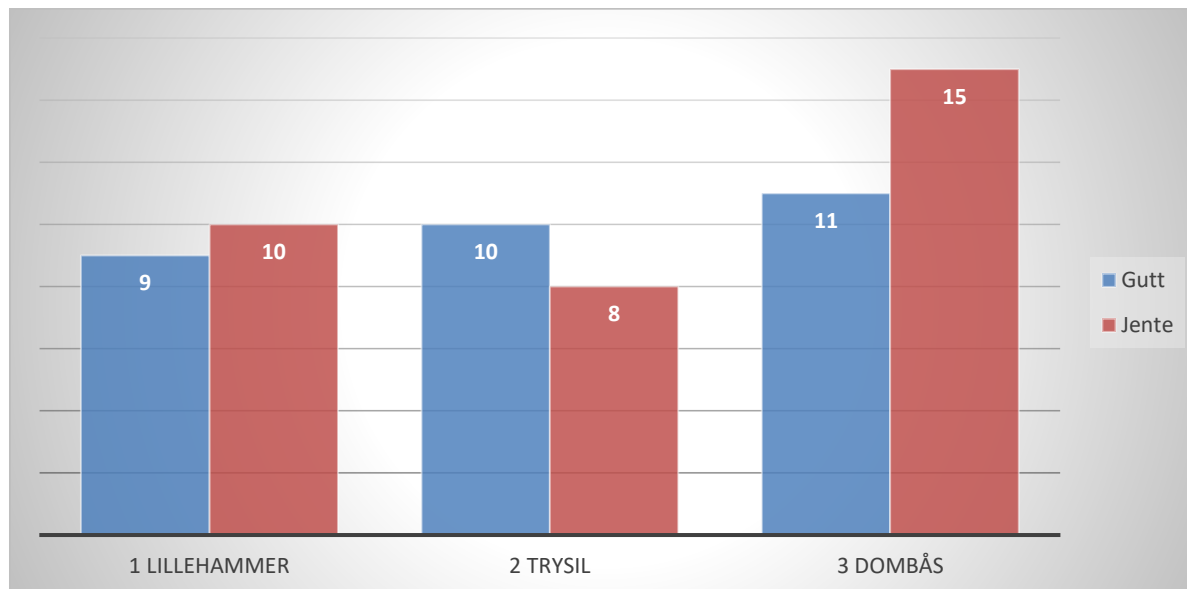


Figuren viser gjennomsnittlig antall treff per serie for de ulike klassene i HL, fordelt på løpere fra våre kretser og landet forøvrig. Siden vi begynte å ta ut statistikk er dette første året vi ligger under gjennomsnittet, det må vi snu til neste år. :-)

Jeg vil gratulere alle utøvere og klubber med gode prestasjoner.

Jentesatsing

Det er ønskelig at antallet jenter holder seg høyt i kretsene. Ved å samle tre kretsene får man en større gruppe jenter som forhåpentligvis gjør at det er mer moro å være med, og en lavere terskel for å melde seg på. Under vises en fremstilling av antall jenter og gutter på samlingene.



Prosentvis er det 52,4 % jenter på samlingene som er gjennomført i 2018. Dette er et tall vi er svært fornøyd med, og viser at det jobbes bra i klubbene og kretsene på dette punktet. For å få en sammenligning med resten av landet, var 38,1 % av de som deltok på HL jenter.

Under er noen tall fra samlingene fordelt per krets.

Antall	Kjønn		
Krets/samling	Gutt	Jente	Totalt
Hedmark			
1 Lillehammer	2	3	5
2 Trysil	3	2	5
3 Dombås	1	2	3
Nord-Østerdal			
1 Lillehammer	4	6	10
2 Trysil	4	4	8
3 Dombås	7	9	16
Oppland			
1 Lillehammer	3	1	4
2 Trysil	3	2	5
3 Dombås	3	4	7
Totalsum	30	33	63

Økonomi

Regnskap

Konto	Sum
Inntekt	136 791,00
Kretskontingent	45 000,00
Deltakeravgift	91 500,00
Renteinntekter	291,00
Utgift	-169 978,51
Honorar Trener	-36 000,00
Mat	-20 357,66
Overnatting	-90 809,15
Reise Trener	-8 153,20
Admin/Div	-14 658,50
Totalsum	-33 187,51

Regnskapet er revidert og lever til Hedmark Skiskytterkrets

Kommentarer

Vi har mistet midlene vi tidligere fikk fra skiskytterforbundet og idrettsforbundet (kr. 200.000,-), noe som selvfølgelig gjør at vi har måtte redusere kostnadene. Vi har gjennomført tiltak for å få et regnskap mot ballanse:

- Redusere antall samlinger fra fire til tre
- Lage mat selv under samlingene, få redusert overnattingskostnad
- Avslutte honorar til koordinator
- Redusere antall trenere/trenerkostnader

Det som er større endringer fra 2017 er:

- Kretskontingenten er redusert med 15.000 (redusert fra 20.000 til 15.000 for hver krets). Denne reduksjonen kommer på grunn av god økonomi og overskudd i prosjektet tidligere.
- Økt trenerkostnad. I 2017 ble samlingene gjennomført med en trener, det ble for mye ansvar og oppgaver for en person. Vi gikk derfor tilbake til to trenere i 2018.
- Redusert deltakeravgift, på grunn av lavere antall deltakere. Vi mener dette skyldes den tidlige samlingen i fjor, og regner med at antallet kommer til å komme opp på tidligere nivå i år.

Syver Berg-Domås, koordinator YSI.