

# Team Innlandet Totenbanken



## Avtale om deltakelse i Team Innlandet Totenbanken 2020-2021

### Utøver

Navn:

Født:

Klubb:

Dato og signatur:

Foresattes signatur hvis utøver er under 18 år:

Trener m/kontaktinformasjon:

### Innlandet friidrettskrets

Kontaktperson:

E-post/mobil:

Signatur daglig leder i kretsen:

Innlandet friidrettskrets vil gratulere deg med kvalifikasjon til Team Innlandet Totenbanken.

Gjennom samarbeid mellom utøver og kretsen utøverne imellom ønsker vi å øke motivasjonen, bidra til et sosialt miljø blant de som satser friidrett i kretsen, og derigjennom øke prestasjonene. Konkret målsetting er at flest mulig fra kretsen skal kunne kvalifisere seg til internasjonale mesterskap i 2021.

Vi ønsker aktiv deltakelse fra utøverne for å styrke samholdet i distriktet vårt på tvers av klubber. Alle skal bidra til å styrke teamet, få oppmerksomhet rundt idretten vår og å skape et fellesskap.

Denne avtalen regulerer utøverens og teamets ansvar, og gjelder fra signering.

#### Utøverens ansvar:

- I tillegg til de sportslige kravene er det også et krav at alle som skal være med i Team Innlandet Friidrett skal satse 100% på sin øvelse og ha som mål å kvalifisere seg til internasjonalt mesterskap.
- Utøveren plikter å bidra positivt til å skape et godt sosialt miljø i teamet
- Utøveren deltar på samlinger og arrangementer i regi av teamet hvis mulig
- Utøverne bidrar med spesialkompetanse, fagkompetanse, treningserfaring og annet som kan bidra til å styrke teamet. Spesielt oppfordres seniorene til å bidra som mentor for de yngre

#### Teamets ansvar:

- Utøvere får team-genser eller liknende profileringsantrekk
- Vi har med fysioterapeut i nasjonale mesterskap (UM, JR NM og NM).
- Tilbud om å delta på treningsleir vinteren 2021. Forbehold om restriksjoner pga korona.
- Innlandet friidrettskrets støtter med kr 2000,- til treningsleir, arrangert av oss.
- Innlandet friidrettskrets har med trenere i øvelser der vi har utøvere.
- Samling i Innlandet.

# Team Innlandet Totenbanken



- Bistand til kontakt med idrettsfaglig ekspertise, slik som idrettspsykolog, ernæringsfysiolog, fysikalsk behandling, trenere utenfor regionen ved spesifikke ønsker/behov. Alle i Team Innlandet Friidrett kan søke om støtte på inntil kr 2000,- pr år til dette. (refunderes mot kvittering).
- Utøvere i teamet som er kastere kan få samme støtte for å delta på treningsleir til egnet sted for kast.
- Utøverne på teamet kan velge å bruke hele beløpet, kr 4000,- til treningsleiren.
- Vi må på grunn av koronasituasjonen ta forbehold om både treningsleir og størrelsen på støtte.

Velkommen til et godt samarbeid og felles innsats for resultater!