



# NORGES BOWLINGFORBUND

Sportsplan 2014/15 – 2015/16



# Innhold

1. Innledning .....	4
2. Hvordan har vi det? .....	6
Kort situasjonsbeskrivelse .....	6
SWOT-analyse.....	6
Styrker: .....	6
Svakheter:.....	6
Muligheter:.....	7
Trusler:.....	7
Rammebetingelser: .....	7
NBFs sportslige visjon og målsetning: .....	7
Menneskelige ressurser: .....	7
Økonomiske rammer/ budsjettmidler: .....	8
3. Hvordan vil vi ha det? .....	9
Visjon:.....	9
Misjon:.....	9
Elitesatsingen .....	9
Spilleregler.....	9
Utfordrere til team/ landslag .....	10
Invitasjonsgrunnlag .....	10
Invitasjonsfrister .....	10
Sesongevaluering .....	10
Faktadelen skal inneholde:.....	10
Vurderingsdelen skal inneholde:.....	10
Evaluering av utøvere:.....	11
Evaluering av trenere: .....	11
Invitasjoner/ uttak til representasjonslag: .....	11
Ansvarlige for uttak: .....	12
Sportslige minimumskrav for å være kvalifisert til landslagsspill: .....	12
Frister for utsendelse av invitasjoner til representasjonslag: .....	12
4. Hva skal til for å nå våre mål?.....	12
Overordnede prioriteringer og valg, basert på rammebetingelsene:.....	12
Kravspesifikasjoner.....	13

Bowlerens oppgaver:.....	13
NBFs oppgaver:.....	14
Trenerutvikling .....	14

# 1. Innledning

I handlingsplanen for perioden 2013-15 er det i hovedmål 2 – Sportslig utvikling, gitt noen føringer for planleggingen av den sportslige aktiviteten:

*NBF skal ha en organisasjon med fokus på utvikling og resultater, hvor gjensidig respekt for bredde- og eliteidrett ligger til grunn for alle aktiviteter.*

## **Toppidrett – Elitesatsing:**

*NBF skal jobbe målbevisst for å høyne nivået på våre beste utøvere fra junior til ungdom og senior, slik at vi kan opprettholde landslag med realistiske mål om plasseringer blant topp 6 i internasjonale konkurranser.*

## **Støtteapparat:**

*NBF skal ha et faglig godt opplegg og de nødvendige ressurser for å lykkes med å videreutvikle vårt tilbud til talenter som velger å satse på bowling som toppidrett.*

## **Mål:**

- *Opprettholde landslag som presterer i henhold til det ypperste på internasjonalt nivå gjennom god forberedelse og tilrettelegging av trening- og treningsfasiliteter for spillere, trenere og øvrige støtteapparat.*
- *Utarbeide og forankre en helhetlig sportsplan*
- *Å etablere støtteapparat bestående av minimum; sportssjef, coach. Fysioterapeut og materialforvalter på sikt.*
- *Videreutvikle samarbeidet med OLT og Toppidrettssentret med sikte på økt bruk av deres kompetanse.*
- *Være topp 6 i alle internasjonale mesterskap vi deltar i.*
- *Oppnå medalje i VM Herrer, og topp 6 i VM Damer.*
- *Medalje i junior EM.*
- *Stille med fulle lag i alle internasjonale mesterskap.*

## **Ambisjon:**

Sportsplanen er utviklet for å gi rettledning i styring av toppsatsingen samt informere interessenter om hvordan uttak m.m. gjøres hos NBF. I en satsing som er under utvikling og på mange måter ny, vil en være nødt til og kontinuerlig gjøre forandringer i planen, om dette er til det bedre. Mye er avhengig av de fremtidige økonomiske ressursene som blir bevilget av FS/Tinget.

Ambisjonen med denne planen er å etablere en felles forståelse for hvor NBF står rent sportslig, og hvilke veivalg som kan gjøres; basert på eksisterende rammebetingelser.

Målsetningen blir følgelig å skissere disse veivalgene, inkl. prioritering der hvor det fremstår som nødvendig.

**Avgrensning mot NBFs/FS ordinære handlingsplan:**

En sportsplan kan nødvendigvis ikke inneholde alle elementer som det er naturlig å inkludere i en fullstendig handlingsplan. Det tenkes her primært på de mer "politiske" og organisasjonsmessige elementene som naturlig inngår i en ordinær handlingsplan; for eksempel: personalutvikling, integrering, idrettspolitiske saker, anleggsutvikling, forholdet til NIF, rekruttering av barn og eldre etc.

Samtidig har NBFs nåværende handlingsplan to hovedpunkter:

- Rekruttering
- Sportslig utvikling

Begge disse punktene, men spesielt det siste, tilsier imidlertid at utarbeidelse og ikke minst forankring av en sportsplan vil være av svært avgjørende betydning for NBFs videre arbeid; til beste for bowlingsporten i Norge - kall det gjerne sportsplanens visjon og hensikt.

## 2. Hvordan har vi det?

### Kort situasjonsbeskrivelse

Norge har i de senere år oppnådd meget gode resultater på herresiden. Tidligere år var det gjerne en eller to spillere som hevdet seg, mens de senere årene har det vært flere spillere, inkl. gode resultater med 5-manns lag.

På kvinnesiden har man aldri oppnådd like gode resultater, og de senere årene har det gått ganske trått. Seneste eksempel på dette var EM 2012 hvor kvinnelaget ikke kvalifiserte seg til VM i 2013, da laget ble nr 16 i EM. Herrelaget ble til sammenligning nr 5 i samme mesterskap, og ble følgelig kvalifisert til VM 2013, resultatet var ikke bra og Tore ble beste mann på plass nr 23 i all event.

Når det gjelder U23/U21, foruten juniorspillere, er bildet noe sammensatt. I 2012 kom en juniorspiller på guttesiden hjem med 3 medaljer fra junior-EM. Samme år, 2012, vant en juniorspiller NM for senior i dameklassen. I U23-NM 2012 var det 7 spillere i dameklassen.

Trenersiden og arbeidet med trenerutvikling fremstår ikke som optimalt; det er for få skolerte norske trenere. Dessuten synes det som en del klubber ikke ønsker nye impulser, verken i form av yngre spillere eller skolerte trenere. "The old boys network" fremstår som sterkt i mange miljøer. Her er imidlertid NBF i gang med NIF's nye trenerløype.

### Oppsummert:

NBF har et godt herrelag så lenge de nåværende herrespillerne er motiverte og treningsvillige. På kvinnesiden er nivået tynt, både innen topp og bredde.

Rekrutteringen/tilveksten under seniornivå er bekymringsfull, spesielt på damesiden.

Samtidig har man noen åpenbare talenter som kan ta steget opp - gitt at de får den rette støtte og veiledning; i tillegg til å nedlegge det nødvendige arbeidet selv. NBF er på kort sikt sårbare rent resultatmessig om de beste herrene skulle forsvinne etter VM 2013.

Bowlingfamilien er generelt liten og sårbar på de fleste områder, også på trenersiden.

### SWOT-analyse

En enkel analyse, med fokus på rent sportslige forhold:

#### Styrker:

- Vinnerkultur, vet hva som behøves for å nå opp
- Den norske idrettsmodellen, inkludert Olympiatoppen, sikrer god sportslig kompetanse og støtte til toppidrett

#### Svakheter:

- Dårlig ettervekst
- Begrensede trenerressurser, på kort sikt avhengig av utenlandsk kompetanse

## **Muligheter:**

- Større gjennomslag hos myndighetene/NIF med tanke på anlegg i offentlig regi
- Fokuserer på mangfold; behov/mulighet for å tilby idrett som ikke nødvendigvis krever bare kondisjon og fysisk styrke, men også presisjon og nøyaktighet

## **Trusler:**

- Miljøet er lite og sårbart; spillere, trenere, ledere, støttespillere etc. -kan nesten bli radert ut som idrett på toppnivå om mange personer forsvinner samtidig
- De store idrettene tar omtrent all oppmerksomhet, og dermed også talentene og midlene - "selvoppfyllende profeti" = en negativ spiral

## **Rammebetingelser:**

### **NBFs sportslige visjon og målsetning:**

I tidligere og nåværende handlingsplaner for NBF fremgår det helt klart at Bowlingforbundet har høye sportslige ambisjoner, i hvert fall på seniornivå, og dessuten har forbundet som målsetning å delta i alle internasjonale mesterskap, inkl. juniormesterskap. Dette betyr ikke at man nødvendigvis skal stille med fulle lag i alle mesterskap, men NBF ønsker å delta i de tilfeller hvor Norge er kvalifisert eller det er fri påmelding. Dette står i kontrast til hva for eksempel Danmark har gjort i de senere år, foruten hva også Sverige gjorde for noen år siden på kvinnesiden.

Rent sportslig ønsker man også å gjøre det best mulig ved enhver anledning, og det har hittil vært lite fokusert på muligheten for å ta en "time-out" deltagelsesmessig, eventuelt sende utøvere som primært vil akkumulere erfaring der og da, og følgelig ikke levere gode resultater på kort sikt. Samtidig er det avgjørende å etablere en felles forståelse hva "best mulig sportslige resultater" innebærer, inkludert prioritering av ressurser og timing av tiltak for de ulike gruppene/spillerne.

Best mulige sportslige resultater er selvsagt både en legitim og naturlig ambisjon og målsetning for ethvert særforbund, og vil langt på vei legges til grunn for arbeidet med denne sportsplan. Samtidig vil det åpenbart være naturlig at disse målsetningene kan utfordres i enkelte sammenhenger, ikke minst på kvinnesiden - mer om dette senere.

### **Menneskelige ressurser:**

NBF sentralt består av 2,4 årsverk. Erik Garder er ansatt som sportssjef i 20 % stilling, og har det sportslige ansvaret. I FS er det utpekt en sportslig ansvarlig. I tillegg så bidrar GS på det administrative plan, foruten å inneha personalansvar.

Andy Penny er ny herre og U23 trener, og Peppe Engstrøm for Damer og Junior. Kompetansen er bra på disse to trenerne, men det er åpenbart en svakhet at de begge oppholder seg i Sverige og England i det daglige. Dette er en utfordring, både praktisk og kostnadmessig. Spennende med ny trener på herresiden.

Det er en målsetning å kunne engasjere norske landslagstrenerne, men dette er trolig ikke realistisk på kort sikt, grunnet manglende alternativer. Dette er et åpenbart tankekors, og belyser også det faktum at trenerutdanningen innen norsk bowling trolig har et stykke igjen før den fungerer optimalt. Se også eget punkt vedr trenerutvikling.

### **Økonomiske rammer/ budsjettmidler:**

Med utgangspunkt i den totale økonomiske situasjonen til NBF er det ingen tvil om at de økonomiske rammene de nærmeste årene, i første omgang 2013-14, vil bli utfordrende. NBF må gjennomgående redusere kostnadsnivået, primært som følge av reduserte sponsor/barter inntekter og i hvert fall ingen økning i ligaspillpåmeldinger, lisensinntekter etc. ( Samme nivå er trolig "best case".)

Situasjonen er ikke dramatisk, og man snakker om marginale reduksjoner når man ser hele budsjettet under ett. Samtidig er det en rekke kostnader som er å betrakte som "faste": lønn til administrasjon, husleie, IT, telefon etc. Dette betyr at "sportslig" er den delen av budsjettet som det er mulig å påvirke = redusere. Samtidig ønsker man selvsagt å skjerme sportslig satsing mest mulig - så her er det åpenbart ønskelig å ha to tanker i hodet samtidig.



## 3. Hvordan vil vi ha det?

### Visjon:

De norske landslagene i bowling skal være et av de mest ettertraktede landslagene å være en del av. Det skal inneha et optimalt tilpasset treningsopplegg sommer som vinter, som produserer bærekraftige vinnere.

### Misjon:

Landslaget er til for å støtte opp om de som "ofrer alt" for å bli best i bowling. Med kontinuerlig tilpasning av aktiviteter i samråd med utøvere samt andre interessenter, skal landslaget utvikle utøvere til å bli best i verden samt øke markedsverdien til landslaget, utøverne individuelt og sporten generelt i Norge og resten av verden.

Vi ønsker at det skal være konkurranse om å komme på teamet fra spillere som allerede har nådd et nasjonalt høy nivå.

Spillerne må ha ambisjoner, strukturert trening og inneha nødvendig teknisk kompetanse for å være aktuelle på teamet.

Teamet skal legge til rette for videre individuell utvikling og være med å justere og veilede videre trening, kompetanse og teknikk.

### Elitesatsingen

Skal bestå av de utøverne som har meritter på internasjonalt toppnivå og som sammen med OLT sees på som medaljekandidater til Europacup, World Cup, World Games, EM og VM.

Økonomien til satsningen må gi grunnlag for størrelsen på de respektive team/lag. Størrelsen må reguleres etter bevilgede ressurser, slik at den sportslige kvaliteten for teamet's utøvere er på det høyeste mulige kvalitative nivå.

### Spilleregler

- Følge oppsatte aktiviteter med mindre annet er avtalt.
- Følge utdelte treningsplaner fra Olympiatoppen og føre treningsdagbok på <http://www.olt-dagbok.net>
- Er en lagspiller og er med på å spille andre lagmedlemmer gode.
- Aktivt kommuniserer med landslagssjef. (leser og svarer på mails, tlf, andre kanaler)
- Setter seg inn i og følger bestemmelsene til Antidoping Norge ([antidoping.no](http://antidoping.no))
- Opptre som gode rollemodeller ovenfor andre utøvere av sporten.

## **Utfordrere til team/ landslag**

Pr invitasjon vil andre utøvere kunne få muligheten til å delta på teamaktiviteter. Invitasjoner som blir gitt til de utøvere som sees å ha potensialet til én dag å bli en del av A-Laget, dvs. de utøvere som antas og i fremtiden være på toppnivå internasjonalt.

En oversikt over landets fremste utøvere oppunder landslaget opprettes årlig av sportssjef og landslagstrenerne, basert på resultater og etter ranking.

Oversikten må kontinuerlig oppdateres med utøvernes fremgang, samt rapporteres inn fra kontaktperson i kretsene til NBFs landslagsledelse. Formålet er å ha oversikt over kandidater som kan inviteres med på landslagets aktiviteter, samt kan være kandidater til representasjonslaget i WC, VM.

### **Invitasjonsgrunnlag**

Utøvere som inviteres med på landslagsaktiviteter skal gjennom følgende grunnlag, ha vist seg å være på et nivå som ligger rett opp under landslagsutøverne:

- Prestasjoner i nasjonale konkurranser
- Prestasjoner på Jr. nivå i internasjonale konkurranser
- Prestasjoner på Sr. nivå i internasjonale konkurranser
- Treningsvilje sommer som vinter

Utøver skal også inneha de kvaliteter og verdier som NBF og OLT anser som viktige for å bli en utøver i internasjonal klasse, herunder følge A-lagets spilleregler. Utøvere som er tildelt Utviklingsstipend fra OLT prioriteres fremfor andre utøvere.

### **Invitasjonsfrister**

Utøvere utenfor teamene som inviteres med på landslagsaktivitet, skal motta invitasjon til aktuelle samling senest én uke i forveien, optimalt 2 uker i forkant av første dag for samling. Dette må det legges info om på nettet.

## **Sesongevaluering**

En slik evaluering bør gjøres i slutten av hver sesong, og bør inneholde en "faktadel" og en "vurderingsdel"

### **Faktadelen skal inneholde:**

- Deltagelse på antall samlinger
- Resultater i løpet av sesongen
- Antall individuelle samtaler i løpet av sesongen mellom trener og utøver.

### **Vurderingsdelen skal inneholde:**

- Kort evaluering av spilleren

- Evaluering av treneren
- Evaluering av støtteapparat
- Evaluering av målsettinger
- Hva bør vektlegges kommende sesong
- Utarbeide et akseptert treningsrammeverk

### **Evaluering av utøvere:**

Trenere på samling hvor inviterte utøvere utenfor teamene deltar bes gi en skriftlig vurdering på utøver(es) innsats og kvalitet gjennom samlingen. Gjelder også teamspillere. Dette legges så til i den kontinuerlige vurderingen av utøver(e) som de utvalgte trenere/ledere har ansvar for. Dette har som formål å gi grunnlag for eventuelt videre deltakelse eller hva utøver og trener må fokusere mer på. Sportslig ansvarlig i styret bør også være med i dette arbeidet.

### **Evaluering av trenere:**

Det skal for hver sesong gjennomføres en skriftlig evaluering av trenerne på alle team. Dette for å utvikle hver enkelt trener, men også for å kvalitetssikre det tilbudet vi til enhver tid skal gi våre spillere. Evalueringsskjema utarbeides av sportssjef og skal benyttes hvor alle teamdeltagere skal delta.

Evalueringen skal vurderes opp mot de vedtatte årsplaner som er utarbeidet av sportssjef og trenere. I utarbeidelse av årsplaner og i gjennomgang av evalueringsskjemaer skal også sportslig ansvarlig i trekkes inn.

### **Invitasjoner/ uttak til representasjonslag:**

For uttak til konkurranser i EM og VM veier summen av resultater tyngst. I en sport som ikke har de "naturlige trappetrinnene" slik de mer etablerte og tradisjonsrike idretter har, må en bruke uttaksmetoder som er tilfredsstillende. Slik sporten har pågått gjennom årene er det en klar konsensus om at nivået og derav konkurransen er størst i type konkurranser som følger:

- WTBA turneringer
- ETBF turneringer
- Nordiske nasjonale turneringer
- Nasjonale mesterskap
- Nasjonale turneringer

Det er gjennom en samlet vurdering på bakgrunn av prestasjoner i de konkrete oppsatte konkurransene, formkurve før aktuelle konkurranse, samt andre historiske prestasjoner, det gjøres unntak.

## Ansvarlige for uttak:

Endelig uttak til EM og VM gjøres av NBFs landslagsledelse. (sportssjef og landslagstrenerne)

## Sportslige minimumskrav for å være kvalifisert til landslagsspill:

- Spille NM sgl/dbl, NM lag og NO.
- Delta på klubbens beste lag i divisjonsspillet, og da helst Umbroligaen.
- Spille min 3 turneringer på EBT Touren/World Touren hver sesong
- Stille opp på samlinger som NBF arrangerer.
- Vise rette holdninger, dvs lojalitet og oppførsel.
- Være i tilfredsstillende fysisk form

## Frister for utsendelse av invitasjoner til representasjonslag:

En uke før endelige påmeldingsfrist til arrangør skal utøvere som er tatt ut til representasjonslaget være informert om dette. Svarfristen på dette vil bli 5 dager. Om uttatte utøver takker nei, vil NBF rekke å gjennomføre uttak av ny spiller.

## 4. Hva skal til for å nå våre mål?

### Overordnede prioriteringer og valg, basert på rammebetingelsene:

Med noe begrensede ressurser er det åpenbart at NBF må prioritere meget hardt. I den sammenheng fremstår følgende områder som aktuelle å prioritere imellom:

- Herrelaget
- Damelaget
- U23, begge kjønn
- Junior, begge kjønn
- Senior, begge kjønn
- Trenerutvikling

For enkelhets skyld er det satt opp en matrise, med prioriteringsnivå: Høyt, Middels, Lavt og en kort forklaring til den aktuelle prioriteringen.

Prosjekt	Prioritet	Kommentar
Herrer	Høy	Har sportslig nivå inne. Vårt flaggskip, både internt og eksternt. Viktig mot media, sponsorer og NIF.
Damer	Middels	Trenger "time-out". Bygge nytt lag fra bunnen. Starte med rekruttering og juniorer.

U23 Begge kjønn	Lav Denne bør endres til middels	De beste herrene bør raskt tas opp til Herrelaget. Blir tildels "stuck-in-the-middle", da Junior nødvendigvis må bli prioritert ressursmessig. U23 damer bør bli Damelaget
Junior Begge kjønn	Middels	Må begynne her, spesielt på damesiden. Fortsette med gode trenere. Fokusere på gode vaner og rutiner. Søke god matching/trening, les Doha-camp og lignende
Senior Begge kjønn	Middels	Gjøre en start på disse nye mesterskapene MHT Evaluere fortløpende. Tas inn i de økonomiske prioriteringer for mesterskap Inneha sportslig nivå. Økonomisk støtte til deltagelse.
Trenerutvikling	Høy	Trenerløypa i samarbeid med NIF må utvikles/ferdigstilles. Trenere må forankres bedre lokalt. Den nødvendige utviklingen vil ta tid, viktig å ikke være for ambisiøse på kort sikt, begrensede totalressurser.

Nærmere tiltaksplaner for den enkelte gruppe må utarbeides senere. I første omgang er prioriteringsnivå med påfølgende budsjетtrammer helt avgjørende å få fastsatt.

## Kravspesifikasjoner

Utøvere som inviteres med på team/landslag skal gjennom følgende grunnlag, ha vist seg å være på et nivå som ligger på toppnivå nasjonalt.

- Prestasjoner på toppnivå nasjonalt
- Prestasjoner på juniornivå internasjonalt
- Prestasjoner på seniornivå internasjonalt
- Stor treningsiver gjennom hele året

Utøver skal også inneha de kvalifikasjoner som NBF og OLT anser som viktige for å bli en god utøver i internasjonale klasser.

## Bowlerens oppgaver:

- Ha min. 250 turneringsserier/sesong.
- Delta i minimum 3 EBT/WBT turneringer i utlandet.
- Delta i Åpne NM og NM.
- Spille/delta på klubbens beste lag/på høyeste nivå i Umbro ligaen damer/herrer.
- Vise evne til å skape/delta med lagfølelse
- Bruke de treningsmetoder som finnes for å kunne utvikle din personlige spillestil.
- Vise teknisk fremgang og stabilitet

- Stille opp på de samlinger som NBF arrangerer.
- Stille opp i de prioriterte turneringene som defineres av sportslig utvalg.
- Tilfredsstillende fysisk form
- Gjennomgå testing på TIS/OT.
- Vise rette holdninger, dvs. lojalitet, oppførsel, mv.
- Informere om turneringsplaneringen til støtteapparatet.
- Legge inn turneringsplaneringen i treningsdagboken.
- Bruke teamtrøyer i samtlige turneringer utenom teamturneringer og liga spill!

### **NBFs oppgaver:**

- Utarbeide et års hjul med aktiviteter, tidsfrister og innhold for sesongen
- Legge forholdene best mulig til rette ut fra de økonomiske midlene som stilles til disposisjon.
- Må avholde min 2 treningssamlinger i løpet av året. (Samlinger før landslagsoppdrag pre-camp er ikke med her.)
- Se til at treningsmetoder i treningsdagboken er oppdatert.
- Skaffe mentalt treningsprogram.
- Legge til rette for best mulig treningsforhold i haller.
- Se til at treningsopplegget står i forhold til turneringsprioriteringene.
- Føre en bevist og utviklende dialog med spillerne.
- Gi økonomisk støtte til spill av turneringer i utlandet når flere reiser sammen.

### **Trenerutvikling**

Utvikling og skolering av trenere er selvsagt også viktige tiltak med tanke på sportslig utvikling; men på lik linje med rekruttering er det ikke gitt at sportslig ledelse = sportsplan skal beskjefte seg for mye med dette.

Trenerutvikling er langt på vei et administrativt arbeid, som i første omgang gjøres ved at de ulike kursene holder høyt faglig nivå - både på det generelle: mental trening, generell presisjonsidrett, skadeforebygging etc. - foruten bowlingteknisk.

Dette arbeidet må gjøres i samarbeid med Kompetanseseksjonen hos NIF, og deretter forankres i klubber og kretser. I den forbindelse må NBF drive dette arbeidet fremover. Dette kan gjøres uten at sportslig ledelse blir involvert i det daglige - både av kapasitetsmessige og faglige hensyn.

For at NBF skal kunne nyttiggjøre seg denne kompetansen både på klubb og krets nivå, må vi legge om kravene. Fremover bør man innvilge økonomisk dekning av utgifter til trener - utdanningen når man har mottatt dokumentasjon fra klubb, krets på at personen har drevet trenerpraksis i de 2 seneste årene etter eksamen.