

# **KLUB-BETA**

**TEMA:**

**Sportslig udvikling af klubbens unge & voksne  
Inspiration til hvordan klubber udvikler klatrere**

# Spørgsmål- hvad er sportslig udvikling?

- Er det noget man dyrker kontinuert med fokus på at dygtiggøre sig?
- Er det konkurrence? DM kontra stafet?
- Kræver det en træner der varetager træning?
- Kan man sætte krav til faciliteter (rutebyg) og trænere?
- Kræver det at man har en strategi?
- Hvordan vil I definere sportslig udvikling i jeres klub?



# Almen definition af ordet sport?

**Refererer normalt til en aktivitet der:**

- Indebærer fysisk bevægelse.
- Indebærer fysisk færdigheder.
- Indebærer et konkurrenceelement.



# Hvad er sportslig udvikling (Klatring Danmark)?

En sportslig retning indeholder flere mulige elementer:

- Hvad fastholder os i sport (fastholdelse en værdi)?
- Prioritere uddannelse og kompetenceudvikling af klubbens trænere og rutebyggere. Faciliet og rutebyg.
- Fokus på det gode træningsmiljø- en træningskultur
- En overordnet strategi- eks. lige muligheder for klubbens medlemmer (uanset niveau) til at udvikle sig.





# Hvad fastholder os i sport?

- Fællesskab
- At føle sig kompetent (udvikles/blive dygtigere)
- Medbestemmelse
- Konkurrenceelementet er tit en vigtig faktor for børn og unge og ikke nødvendigvis i samme grad for voksne!

*Men, det forudsættes at konkurrencen foregår i de ”**rigtige rammer med det rigtige fokus**”*



# Facilitet & rutebyg Uddannelse og kompetenceudvikling

## Facilitet & Rutebyg

- Motivation: Succes (vestlige lande) vs. progression (Japan)?
  - Voksen/Ung
  - Mulighed for kontinuerlig progression
- Densitet/tæthed af greb på væggen

## Uddannelse og kompetenceudvikling

- Uddannelse giver overskud, inspiration og nødvendig viden



# Det gode træningsmiljø- en træningskultur

**Træning er fedt for alle. Træning er ikke = elite.**

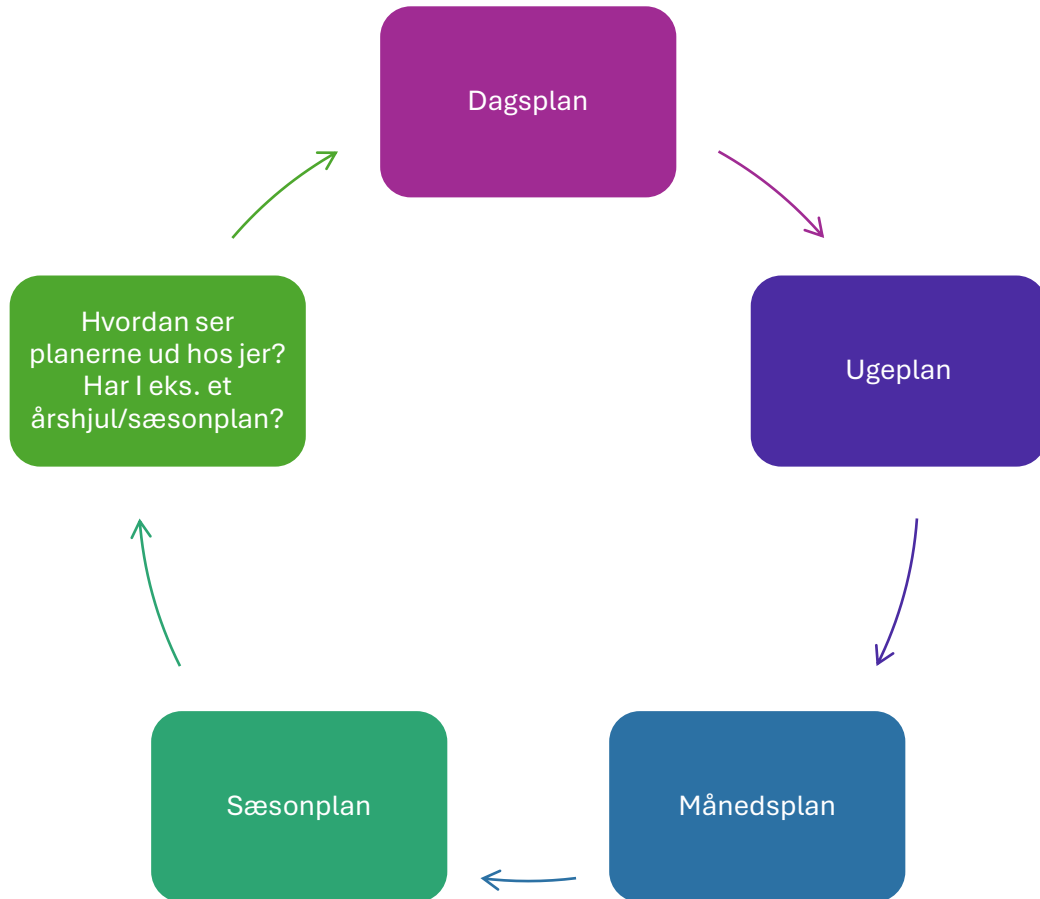
Det er fedt at kunne tilbyde strukturerede træningsmuligheder for sine medlemmer i form af ugentlige hold.

- Intro for nye medlemmer
- Hold for begyndere.
- Hold for de som har styr på det basale men som skal have hjælp til at lave kort- og langsigtede mål.
- Hold for børn (aldersinddelt)
- Hold for unge
- Talenthold for unge

# En overordnet strategi

- Værdier i klubben
- Kortsigtede og langsigtede mål for medlemmernes mulighed for at udvikle sig.
- Skabe sammenhæng (en "rød tråd") mellem børne-, unge-, og voksen trænere.
- Inddrag trænerne- medejerskab i udviklingen
- Sikre mulighederne for talentudvikling i klubben

# Aktiviteter- eksempler



Holdtilbud der giver mulighed for udvikling/progression/motivation hos den enkelte:

- Unge 15-18 år- et unge fællesskab
- Voksne (nye): lær at varme op, basis teknikker, et motiverende fællesskab (det er aldrig for sent at starte)
- Voksne (har styr på basis): Få struktur på din træning, sæt mål

# Opfølgning

- Simpelt kursus for nye rutebyggere uden den store erfaring (Sussie Sønderborg).
- Lave en Pixi-udgave af hvordan man bygger fundamentet til en ”nutidig” klub som bygger på bæredygtige principper (kompetente trænere, rutebyggere, facilitet og aflønning).
- Være bedre til at reklamere for vores Beta-aftener.
- Fedt med videndeling mellem klubber til en Beta-aften.
- Et meget kort oplæg er godt, men diskussioner bagefter er vigtist. Folk er meget stille ved oplæg og har ikke billede på (virker underligt).