



Landslaget 2018





Landslaget 2018

Svensk orientering har som målsättning att ha världens bästa landslag över tid. Vi vill vara bästa nation på VM. Vi vill också skapa förutsättningar för våra landslag att vara världens bästa under kommande år. Vi ska nå målet tillsammans – med individer, föreningar och elitmiljöer som vill följa med på resan. Vi vill se att landslagsverksamheten är något som pågår 365 dagar om året – inte bara under de dagar som Svenska Orienteringsförbundet (SOFT) bedriver läger- och tävlingsaktivitet.

Landslagsledningen vill ha en dialog med alla som brinner för svensk elitorientering och vi vill informera och kommunicera hur vi tänker på ett öppet och tydligt sätt. Delaktighet och inspiration till varandra är avgörande. Det handlar om att känna glädje, gemenskap och trygghet i satsningen mot att bli bäst i världen. Det handlar om att hitta flytet tillsammans!

Detta dokument är tänkt att beskriva det som väntar under 2018 och hur vi vill skapa världens bästa landslag både på kort och på lång sikt. Tveka inte att höra av dig om du har goda idéer, frågor eller funderingar!

/Landslagsledningen 2018

Vill du ha senaste informationen kring landslaget?
Hör av dig till hakan.carlsson@orientering.se så får du regelbundna mailutskick från landslagsorganisationen.



Målsättning 2018

Att sätta konkreta mål både gällande välmående, utveckling och prestation är en viktig del av vår verksamhet. Vi kommer kontinuerligt att följa upp och utvärdera dessa mål.

Som övergripande mål vill vi skapa en positiv och prestationsfrämjande miljö för alla där vi bland annat vill uppleva:

- Glädje och inspiration
- Trygghet och gemenskap

Gällande prestation och utveckling har vi delat in våra mål i:

PROCESSMÅL
PRESTATIONSMÅL
RESULTATMÅL



Vårt **PROCESSMÅL** för landslaget är att alla löpare utvecklas och blir bättre. Alla har utvecklingspotential inom olika områden - det kan vara teknik, fysik, mentalt eller inom återhämtning. En metafor för detta arbete är att varje individ i landslaget ska springa 5 sekunder snabbare per kilometer till 2018. Varje individ har sin egen utvecklingsplan eller utvecklingsstrategi som styr dagliga träningar och som ger utveckling.

PRESTATIONSMÅL är att varje individ ska få ut maximal prestation på de tävlingar som är högst prioriterade under säsongen. Dit kommer vi väl förberedda och litar på våra förberedelser och det vi ska göra.

RESULTATMÅL är:

- VM: Bästa nation.
- EM : Bästa nation.
- Världscupen: Pallplaceringar både på herr- och damsidan i den totala världscupen och på enskilda världscupdeltävlingar.
- JVM: Bästa nation på lagtävlingen

Juniorverksamhet och övrig seniorverksamhet handlar om att samla mästerskapsereferenser till VM, EM och världscup på seniornivå.





Grundtankar/riktlinjer landslaget 2018

- Vi vill möta varje individ där den befinner sig. För individen handlar det om att bygga sig en egen miljö med de kompetenspersoner just den behöver för att utvecklas och skapa en berikande miljö runt omkring sig för att nå sin fulla potential. Landslagsledningen hjälper till i denna process.
- Hel och frisk är en nyckelfaktor för att lyckas. Vi fortsätter arbetet inom detta område både runt landslaget och i löparnas hemmiljö.
- Utifrån 2017 års resultat har vi tagit ut tre landslagsgrupper. A-landslaget består av löpare med medaljpotential på VM 2018. Utvecklingslandslaget består av löpare som har potential och ambition att utvecklas till medaljörer på VM på några års sikt. Juniorlandslaget består av löpare vi tror mycket på inför framtiden.
- Landslagsverksamheten sker i nära samarbete mellan junior-, utvecklings- och A-landslaget med några gemensamma aktiviteter.
- Vi uppdaterar vårt värdegrundsarbete varje år. Varje ledare och aktiv som deltar i landslagsaktiviteter är aktiv i detta arbete och lever efter vår gemensamma överenskommelse.
- Vi strävar efter högsta möjliga kvalitet på våra landslagsaktiviteter.

I landslaget tror vi på:

Att **alla gör sitt bästa** och har en **positiv inställning**

Att när **individen** blir bättre blir **laget** bättre

En **öppen atmosfär** där alla **delar med sig**

Att vi kan **lära av varandra**

Att **våga prova** nytt

Fair play



Landslaget 2018

A-landslaget

Tove Alexandersson, Stora Tuna OK
Helena Bergman, OK Ravinen
Sara Hagström, IFK Göteborg
Karolin Ohlsson, Järla Orientering
Lisa Risby, OK Kåre
Lina Strand, Göteborg-Majorna OK
Josefin Tjernlund, OK Tisaren

Rasmus Andersson, OK Linné
Fredrik Bakkman, IFK Göteborg
Gustav Bergman, OK Ravinen
Jonas Leandersson, SNO
William Lind, Malungs OK
Jerker Lysell, Rehns BK
Martin Regborn, Hagaby Golf
Albin Ridefelt, OK Linné
Johan Runesson, Tamperen Pyrintö
Oskar Sjöberg, OK Linné
Emil Svensk, Stora Tuna OK

Juniorlandslaget

Isa Envall, IK Hakarpspojkarne
Sanna Fast, Eksjö SOK
Hanna Hugosson, Sundsvalls OK
Lisa Jonsson-Nordin, Skåneslättens
Stina Nordin, Sundsvalls OK
Vilma von Krusenstierna, OK Kåre

Axel Granqvist, OK Ravinen
Simon Imark, Tullinge SK
Henrik Johannesson, Stora Tuna OK
Jesper Svensk, Stora Tuna OK
Viktor Svensk, Stora Tuna OK
Isac von Krusenstierna, OK Kåre

Utvecklingslandslaget

Emma Bjessmo, IFK Lidingö SOK
Linnéa Golsäter, Eksjö SOK
Alva Olsson, Linköpings OK
Johanna Öberg, OK Linné

Max-Peter Beijmer, IFK Göteborg
Simon Hector, Snättringe SK
Anton Johansson, OK Orion

Landslagsledning

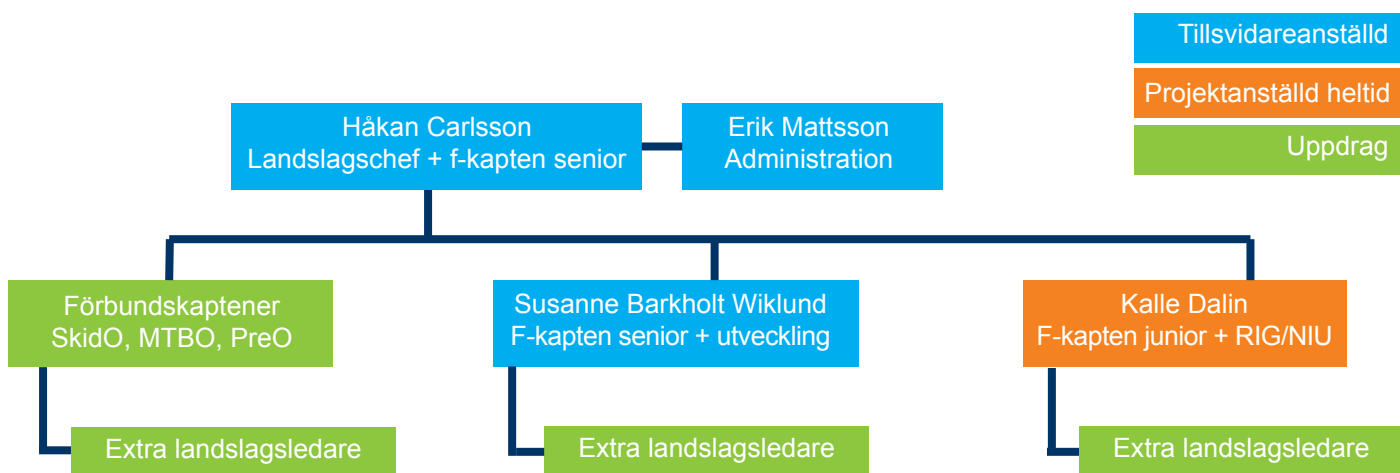
Håkan Carlsson, förbundskapten seniorer och landslagschef
Susanne Barkholt Wiklund, f-kapten senior- och u-landslag

Thierry Gueorgiou, ass. f-kapten, ansvar orienteringsteknik
Kalle Dalin, f-kapten juniorlandslaget, RIG- och NIU-ansvar
Erik Mattsson, landslagskoordinator

Övriga resurspersoner

Henrik Berg, kock
Fredrik Bredberg, sjukgymnast
Martin Holth, medicinsk koordinator
Filip Larsen, huvudansvarig fysiologi
Lina Nilsson, juniorlandslagsledare

Hanna Palm, sjukgymnast
Björn Salomonson, läkare
Mats Troeng, juniorlandslagsledare
Harri Viinamäki, fysträning och träningsplanering
Maria von Schmalensee, sjukgymnast
Göran Winblad, sjukgymnast och kontrollutsättning
Cecilia Åkesdotter, huvudansvar idrottspsykologi
Johanna Öberg, sjukgymnast
Peter Öberg, projekt



Resursteam orienteringslöpning

Thierry Gueorgiou
Ass. FK, O-teknik

Martin Holth
Medicin

Filip Larsen
Fysiologi

Cecilia Åkesdotter
Idrottspsykologi

Resurspersoner

Resurspersoner

Resurspersoner

Resurspersoner

Landslagets program 2018

10-24/1 **Teknikträningläger, Alicante, Spanien**
Landslagstrupper
SOFT-finansierat.

19-25/2 **MOC, Spanien**
Sprintläger
Kostnad: ca 5000:-. Tillkommer flygresa samt mat.
Uttagning: Sker 12 december.
Baseras på internationella samt nationella sprintresultat 2016-2017.
Anmälan senast 1 december.

9-11/3 **Helgläger, Göteborg**
Landslagsgrupper + öppna platser
Uttagning: Sker 7 februari.
Baseras på internationella värde tävlingar 2016-2017 samt Swedish League och SM 2017.
Kostnad: 2500:- för öppna platser.
Anmälan senast 31 januari.

22/3-1/4 **Teknikträningläger, Madrid, Spanien**
Seniorlandslagstrupper.
SOFT-finansierat.

4-14/5 **EM, Schweiz**
Antal platser: Max 6 herrar och 6 damer per individuell distans plus regerande europamästare. Inget maxantal i truppen.
Uttagning: Sker 18 april.
Baseras på internationella meriter 2016-2017 samt EM-tester i samband med Swedish League i Skåne i april.
SOFT-finansierat.



26-27/5 **Juniortester, Skåne**
Testtävlingar inför sommarens juniormästerskap.
Medeldistans och långdistans.

7-9/6 **VM-tester, Lettland**
Medeldistans 7 juni, Långdistans 9 juni
Inget officiellt landslagläger i samband med testerna. Relevanta träningskartor kommer att finnas att beställa genom landslaget. Klubbaktivitet där du själv bokar och bekostar resa och logi.

17-20/6 **Precamp Junior-VM, Danmark**
Förberedelser inför Junior-VM för junior-VM truppen.
Se förutsättningar under "Junior-VM" längre ner.

2-8, 20-23/7 **Precamp VM, Lettland**
Förberedelser inför VM för VM-truppen.
Se förutsättningar under "VM" längre ner.



- 27/6-1/7 **EYOC, Bulgarien**
Ungdoms-EM, 4 st D18, 4 st H18
Kostnad: ca 6000 kr.
Uttagning: Sker 5 juni.
Baseras på internationella värde­
tävlingar 2017, samt SL Skåne, juniortester och
SM-sprint 2018.
Anmälan senast 23 maj.
- 5-15/7 **Junior-VM, Ungern**
6 st D17-20, 6 st H17-20
Uttagning: Sker 5 juni.
Baseras på int. värde­
tävlingar 2016-
2017, samt SL Skåne, juniortester och
SM-sprint 2018.
SOFT-finansierat.
- 15-21/7 **Student-VM, Finland**
Uttagning: Sker 14 juni. Max 4 herrar
och 4 damer per distans. Max 6 herrar
och 6 damer i truppen.
Kostnad: ca 5000 kronor.
Baseras på internationella värde­
tävlingar 2016-2018 samt SL Skåne
VM-tester och SM sprint.
Anmälan senast 2 maj.
- 2-12/8 **VM, Lettland**
3+3 plus regerande världsmästare per
individuell distans. Inget maxantal i
truppen.
Uttagning: Sker 14 juni.
Baseras på internationella meriter
2016-2018, SL Skåne, VM-tester och
SM sprint.
SOFT-finansierat.
- 9-15/8 **Öppet JVM-läger, Danmark**
16 st tjejer och 16 st killar 16-19 år.
Kostnad: ca 5000:- + resa tur och retur
Göteborg.
Uttagning: Sker 7 juni.
Baseras på internationella värde­
tävlingar 2016-2017, samt SL Skåne,
juniortester och SM sprint 2018.
- 28/8-2/9 **Världscupen, Norge, För-VM**
Uttagning: Sker 14 juni.
Baseras på internationella meriter
2016-2018 och VM-tester.
SOFT-finansierat.
- 27-30/9 **Lidingöloppet.**
Träning och utvecklingshelg i
Stockholm i samband med Lidingö-
loppet. Mer information kommer i
nyhetsbrev och på hemsidan.
- 2-7/10 **Världscupen, Tjeckien**
Uttagning: Sker 19 september.
Baseras på internationella meriter
2016-2018, VM-tester, SM sprint
samt SM lång och SM medel.
SOFT-finansierat.
- 3-7/10 **JEC, Schweiz**
Junior European Cup, 6 st D18,
6 st H18, 6 st D20, 6 st H20.
Kostnad: ca 6000 kr.
Uttagning: Sker 18 september.
Baseras på int. värde­
tävlingar
2017-2018, samt SL Skåne, junior-
tester och SM sprint, SM lång och
SM medel 2018.
Anmälan senast 10 september.
- 4-11/11 **VM-läger, Norge + Höstsamling**
VM-läger i Östfold inför VM2019.
Lägre­
t avslutas med höstsamlingen
VM-lägre­
t är för seniorlandslags-
trupperna 2019 samt eventuellt öppna
platser.
SOFT-finansierat.



Vi stödjer orienteringslandslaget

**TEAM
CONDITIA®**



Folksam

