



Til: Aktuelle utøvere og klubber

Oslo, 13.12.24

## Uttak til Team Eleiko 2025 VM i Førde

Norges vektløfterforbund har tatt ut følgende utøvere til satsingsgruppen Team Eleiko 2025 VM i Førde:

Konstituert  
generalsekretær  
**Emelie Nilsen**  
emelie.nilsen@vektlofting.no

Navn	Klubb
<b>Kvinner</b>	
Solfrid Koanda	Larvik AK
Ine Andersson	Tambarskjelvar IL
Sol Anette Waaler	Trondheim AK
Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK
Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL
Tinna Henriette Ringsaker	Spydeberg Atletene
Ronja Lenvik	Hitra VK
Lea Berle Horne	Tromsø AK
Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL
Tine Rognaldsen Pedersen	Tambarskjelvar IL
Mia Mundal	Tønsberg-Kameratene
<b>Menn</b>	
Ragnar G. Holme	Tambarskjelvar IL
Håkon E. Bekkevold	Elverum AK
Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg-Kameratene
Adrian Henneli	AK Bjørgvin
Stefan Rønnevik	Tysvær VK
Remy Heggvik Aune	Hitra VK
Alvolai Myrvang Røyseth	Tambarskjelvar IL
Sindre K. Nesheim	AK Bjørgvin
Julius Ellertsson	Spydeberg Atletene

NVF har som målsetting å søke prosjektmidler fra Olympiatoppen til å finansiere deler av kostnadene knyttet til satsingsgruppen Team Eleiko 2025 VM i Førde. Etersom søknadsfristene på de ulike aktuelle prosjektmidler ikke er utløpt, vil samlingsplanen for Team Eleiko være todelt. Første del skal gjennomføres uavhengig av eventuelle tildelte prosjektmidler, mens omfanget av andre del vil være avhengig av finansiering fra Olympiatoppen.



Konstituert  
generalsekretær  
**Emelie Nilsen**  
emelie.nilsen@vektlofting.no

## Samlingsplan

Periode	Sted	Tiltent ansvarlig trener
<b>Første del</b>		
02.01.2025 – 05.01.2025	Olympiatoppen, Oslo	Natalia Priscepa
06.02.2025 – 09.02.2025	Førde	Natalia Priscepa/ Eduards Andrushkevich
02.03.2025 – 05.03.2025	Bergen	Natalia Priscepa
05.04.2025 – 11.04.2025	Olympiatoppen, Oslo	Natalia Priscepa
30.04.2025 – 04.05.2025	Olympiatoppen, Oslo	Natalia Priscepa/ Eduards Andrushkevich
05.06.2025 – 09.06.2025	Førde	Natalia Priscepa/ Eduards Andrushkevich
<b>Andre del</b>		
06.07.2025 – 13.07.2025		
10.08.2025 – 17.08.2025		
31.08.2025 – 07.09.2025		
21.09.2025 – 30.09.2025		

Utøverne som ønsker å delta i Team Eleiko 2025 må forplikte seg til å delta på minst fem av de seks samlingene som er planlagt i første del av prosjektet. Egenandelene for de seks samlingene som utgjør første del av samlingsplanen vil være kroner 20.000 for hver utøver. Dette må betales inn etter første samling.

Den tredje samlingen gjennomføres direkte etter NM senior i Bergen, hvor utøverne selv betaler egne reiseutgifter. Utøvere som ikke deltar på to av samlingene på første del av prosjektet mister automatisk sin plass i prosjektet (gjelder ikke utøvere med stipend fra Olympiatoppen). Innbetalte egenandeler vil ikke bli refundert.

Forutsatt at NVF får finansiering fra Olympiatoppen, vil egenandelene for andre del av prosjektet vil bli på kroner 10.000 for hver utøver. For å delta på andre del av samlingsplanen må utøverne forplikte seg til å delta på tre av de fire samlingene. Utøvere som ikke deltar på to av samlingene mister automatisk sin plass i prosjektet (gjelder ikke utøvere med stipend fra Olympiatoppen). Innbetalte egenandeler vil ikke blir refundert.



Konstituert  
generalsekretær  
**Emelie Nilsen**  
emelie.nilsen@vektlofting.no

## Kompetanseheving

I forbindelse med samlingene vil utøvere som takker ja til tilbudet få en kompetanseheving. På samling nr. 2 og 3 vil teorien tilknyttet trener 1 blir gjennomgått. På samling nr. 5 og 6 vil teorien knyttet til trener 2 blir gjennomgått.

I tillegg til ansvarlig trener på hver samling vil 6–8 av trenerne til utøverne som takker ja til tilbudet, få mulighet til å gjennomføre Trener 3 i tilknytning til de seks samlingene i første halvår av 2025

Følgende vilkår ligger til grunn å bli tatt ut som trener:

- Forplikte seg til delta på minst fem av de seks treningssamlingene første halvår 2025.
- Aktuelle trenere har tidligere gjennomført trener 2 eller tilsvarende utdanning gjennomført av NVF.
- Innbetaling av en egenandel på kroner 2 000 etter første samling.

Trener 3-kurset består av totalt 90 timer teori (å 45 minutter) og gjennomføres etter prinsippene for erfaringsbasert utdanning. Dette innebærer at deltakerne selv bidrar aktivt til læringsprosessen ved å holde forelesninger og presentere faglig innhold for de andre deltakerne. Hver trener kan bli tildelt oppgaven med å stå for inntil fire timer med forelesninger og innhold.

NVF anser denne parallelle satsingen på trener 3 som en svært viktig og strategisk kompetanseheving for fremtiden. Hvis det er mer enn åtte trenere som oppfyller vilkårene, vil man prioritere ut fra følgende kriterier; en trener fra hver av klubbene, kvinnelige trenere går foran mannlige trenere, yngre trenere går foran eldre trenere.



Konstituert  
generalsekretær  
**Emelie Nilsen**  
emelie.nilsen@vektlofting.no

## Svar på uttak

Klubbene til de uttatte utøvere bes om å sende følgende informasjon ved svar på uttaket:

- Hvilke utøvere som takker ja til tilbudet.
- Hvem som er hovedtrener for utøvere som takker ja til tilbudet.
  - Hvilken formell kompetanse har hovedtreneren?
  - Er hovedtreneren villig til å forplikte seg til å delta på samlingene og gjennomføre Trener 3-kurset?

### Svarfrist

Fristen for å sende svar på uttaket er **fredag 20. desember, kl. 13:00**.

Svar sendes til [vektlofterforbundet@idrettsmail.no](mailto:vektlofterforbundet@idrettsmail.no).

NVF understreker at deltakelse i satsingsgruppen Team Eleiko 2025 ikke er et krav for å kunne kvalifisere seg til VM i Førde.

Spørsmål rundt uttaket kan rettes til Emelie Nilsen på [emelie.nilsen@vektlofting.no](mailto:emelie.nilsen@vektlofting.no), eller [vektlofterforbundet@idrettsmail.no](mailto:vektlofterforbundet@idrettsmail.no).

Vi ser frem til å motta deres tilbakemelding!

Vennlig hilsen  
**NORGES VEKTLØFTERFORBUND**

Kopi: Forbundsstyret  
LUK