

REGION TRØNDELAG

HØST 2023

Regionslaget er en trygg og utviklende arena for utøvere i region Trøndelag som ønsker å satse på konkurranse. Det er et tilbud om ekstra trening og oppfølging for alle som er interesserte i å konkurrere, både på nasjonalt og/eller internasjonalt nivå.

Regionslagssamlinger blir holdt i Trondheim Taekwon-Do Klubb sine lokaler, i Haakon VII's gate 2, 7041 Trondheim, utvalgte søndager kl. 17-20.

For å delta i lagøvelser på NM/LM, må man være en del av regionslaget. Uttak til lag på NM/LM blir gjort på første regionslagssamling på høsten.

Krav for å delta på regionslaget:

- Grad: minimum rødt belte
- Alder: må fylle 13 år i løpet av 2023.
- Regionslaget er åpent for alle klubbene i Trøndelag

Påmelding og semesteravgift:

Semesteravgift for høsten 2023 er kr. 500,-. Semesteravgiften betales på Vipps til #86565 *Trondheim TKD arrangement*, merk betalingen med «Regionslag + ditt navn».

(Landslagsutøvere som deltar på VM i Finland, får dekket semesteravgiften for regionslaget)

Når du har betalt semesteravgiften, må du også registrere deg i påmeldingsskjemaet [HER](#).

TERMINLISTE HØST 2023

	DATO	HVA	STED
September	17. september 30. september - 1. oktober	Regionslagssamling Solovey sparringsseminar*	Lade Sportsarena, Trondheim Lade Sportsarena, Trondheim
Oktober	15. oktober 22. oktober	Regionslagssamling Midt-Norsk mesterskap	Lade Sportsarena, Trondheim Rosenborghallen, Trondheim
November	3.-5. november 19. november	NM/LM Regionslagssamling	Stavanger Lade Sportsarena, Trondheim

*Merk: sparringsseminaret er kun for sortbelter, og man må melde seg på arrangementet separat.

Formålet med regionslaget er:

- Være en arena for kompetanseutvikling som skal komme hele regionen til gode.
- Være et tilbud om ekstra trening og oppfølging til alle som har lyst til å konkurrere, fra og med 2. gup det året man fyller 13 år.
- Representere Region Trøndelag i lagkonkurranser i ITF Taekwon-Do NM/LM.
- Skape en positiv idrettskultur med solid forankring i NTN's verdigrunnlag, med utøvere som tar ansvar for felles trivsel, og er positive bidragsytere til utvikle et åpent og inkluderende miljø med glede, vennskap og godt samhold. Både ledere, trenere, foreldre og utøvere skal fremstå som gode rollemodeller i innad sine klubber og utad i forhold til samfunnet for øvrig.
- Tilpasse trening og opplegg rundt regionslaget innenfor det som er forsvarlig for den enkelte utøvers totalbelastning både helsemessig, utdanning/jobb og muligheten til å ha et normalt sosialt liv utenfor idretten.
- Være bindeleddet mellom region og landslag.

Regionslaget plikter å:

- Om mulig, sørge for at alle klubbene i regionen er representert på laget, for å kunne bidra til kompetanseutvikling i alle klubbene.
- Ha fokus på idrettsglede, innsatsvilje og godt samhold.
- Utvikle utøvere som er gode rollemodeller og som har sunne holdninger i forhold til trening, helse, kosthold, skole, fritid m.m.
- Ta ut lag som skal representere Region Trøndelag i lagøvelser på NM/LM.
- Kvalitetssikre utøvere til nasjonal og internasjonal deltagelse.
- Utarbeide terminliste med dato, tid og sted.

Som en del av regionslaget forplikter jeg meg til:

- Ukentlig deltagelse på egne klubbtreninger.
- Fast oppmøte på regionslagssamlinger.
- Å hjelpe til med rigging av Midt-Norsk mesterskap, samt å hjelpe til på mesterskap for barn.
- Å overholde frister gitt av regionslaget ved påmeldinger til mesterskap o.lig.

Regionslagsklær

Regionslaget har en egen kleskolleksjon fra Trimtex. Det vil snart åpne et bestillingsvindu for regionslagsklærne, som produseres og leveres før NM/LM i november. Mer informasjon kommer til de som blir med på regionslaget.

Kontakt

Dersom du har noen spørsmål, kan du ta kontakt med regionslagets trenere;

Roy Løvtangen

roy.lovtangen@gmail.com

94487464

Lise Grønnesby

lise@ntkd.no

95488696