

Vejen til EM 2024



**Rammer og retningslinjer for
TeamGym-landsholdenes vej til
EM 2024 i Baku**



Indhold

Formål	3
Vision	3
Definitioner	3
Organisationen bag TeamGym-landsholdene	4
Forbundet	4
Landstrænerstab	5
Ansatte landstrænere 2023-2024	6
Landsholdene	6
Behandlerteam	7
Målsætning	7
Målsætning særligt for juniorlandsholdene	7
Målsætning særligt for seniorlandsholdene	8
Udtagelse og inddeling på de seks landshold	9
Selektion	10
Efterudtagelse	10
Træningsplan	10
Træningsplanen inddelt i 3 perioder	11
Forventninger til gymnasten	11
Aktive som TeamGym-gymnaster	11
Fysisk kapacitet og skader ved udtagelse	12
Aktiv deltagelse på landsholdene	12
Landholdsgymnasten som forbillede for TeamGym og for Danmark	12
Dokumenter og E-læring	13
Dialog og samarbejde	14
Samarbejdspartnere	14
Partnerskoler	14
Chopar	14
Økonomi	15
Egenbetaling og udgifter	15
Personlige sponsorater	16



Formål

Formålet med dette dokument er at beskrive rammerne og retningslinjerne for TeamGym-landsholdene frem mod EM i Baku i 2024

Dokumentet er udarbejdet af landsholdschef og disciplinkaptajn for TeamGym i sparring med de ledende landstrænere samt komiteen for TeamGym og vil blive afstemt med alle øvrige landstrænere, som forpligtes til at arbejde loyalt i henhold til retningslinjerne.

Vision

Visionen for TeamGym-landsholdene er at bidrage til udviklingen af Danmarks største juniortalenter og sikre topplaceringer for vores seniorelite. Dette ved at samle landets bedste talent- og elitegymnaster i et professionelt set-up med det overordnede mål at fastholde og udvikle Danmarks position i international TeamGym.

Definitioner

Følgende definitioner anvendes i dette dokument:

Landshold

- **Senior- og juniorlandshold**
Der oprettes et seniorherrelandshold, et seniordamelandshold, et seniormixlandshold, et juniordrengelandshold, et juniorpigelandshold og et juniormixlandshold
- **Seniorlandsholdsgymnast – årgang 2006 eller tidligere**
Gymnast som deltager på et landshold, som er dansk statsborger, og som er født i år 2006 eller tidligere. Det er ikke et krav at være bosat i Danmark.
- **Juniorlandsholdsgymnast – årgang 2007-2010**
Gymnast som deltager på et juniorlandshold, som er dansk statsborger, og som er årgang 2007 - 2010. Det er ikke et krav at være bosat i Danmark.

Afvigelse fra ovenstående aldersgrænser for seniorer kan alene ske med landsholdschefens og disciplinkaptajns godkendelse. Hvis det ønskes at afvige fra aldersgrænserne, skal de relevante seniorlandstrænere sammen anmode om landsholdschefens og disciplinkaptajns godkendelse heraf.



Organisationen bag TeamGym-landsholdene

Forbundet

Forbundets ansatte omkring landsholdene sætter den strategisk retning for landsholdene med mål om at sikre så professionelt et setup som muligt, jf. [Bedre Sportslig Udvikling](#) (BSU), i samarbejde med vores [Partnerskab for TeamGym](#).

Forbundets ansatte omkring landsholdene består her af følgende personer med deres primære rolle beskrevet:

- **Landsholdschef**
 - Overordnet ansvar for fællesretning for landsholdene på tværs af GymDanmarks discipliner, herunder også ansvaret for ansættelse af alle landstrænere og sundhedspersonale tilknyttet landsholdene i GymDanmark.
- **Disciplinkaptajn (koordinerende med Komiteen for TeamGym)**
 - Implementering af GymDanmarks værdier og kulturel ledelse ifm. landsholdscyklussen. Her særligt med fokus på omsætning af DIF og Team Danmarks anbefalinger ind i et TeamGym perspektiv på internationalt niveau. Disciplinkaptajnen fungerer som Head of Delegation ifm. EM.
- **Landsholdskoordinator**
 - Administration af GymDanmarks delegation til EM vedrørende transport, akkomodation mm.
- **Behandlerteam**
 - Vejleder og behandler landsholdene ifm. udtagelse, udvalgte samlinger og under selve EM.
- **Internationale dommere**
 - Løbende vejledning for landstrænere og landsholdsgymnaster før EM ved samlinger og testkonkurrence samt under EM.
- **Kommunikationskonsulent**
 - Udarbejdelse af nyheder og opslag via GymDanmark.dk og SoMe samt samarbejder med udvalgte landstrænere om kommunikation af nyheder omkring de enkelte landshold.

Landstrænerstab

Et landstrænersteam består af 3 personer, heraf 1 rytmetræner, 1 springtræner og 1 assisterende landstræner. Internt i teamet fordeles der også følgende ansvar:

- En bliver udpeget som Team-ansvarlig med ansvar for intern koordinering samt kontakt til både Forbundet og gymnaster på holdet.
- En bliver udpeget som kommunikationsansvarlig med ansvar for at styre landsholdets Instagram-profil samt kontakt til Forbundets kommunikationskonsulent.

Den samlede landstrænerstab består af følgende roller med deres primære opgaver beskrevet:

- **2 ledende landstrænere for hhv. rytme og spring**
 - Implementering af de strategiske beslutninger vedr. det sportslige setup og forventninger til landstrænerteams samt landsholdsgymnaster.
 - De ledende landstrænere har mulighed for at tage generelle og specifikke sportslige beslutninger på tværs af alle hold, hvis de skønner dette som en hjælp til de øvrige landstræneres beslutninger.
 - De ledende landstrænere kan indgå i kombination med en af nedenstående landstrænerroller.
- **6 rytmetrænere**
 - Ansvar for udvikling og indlæring af den rytmiske serie på deres respektive hold.
- **6 springtrænere**
 - Ansvar for planlægning af springtræning i samarbejde med den assisterende landstræner. Springtræneren har ansvar for at der koordineres redskaber med den sportslige ansvarlige i partnerskabet forud for samling.
- **6 assisterende landstrænere**
 - Assisterer både springtræneren i planlægning og afvikling af springtræning ved samlinger og rytmetræneren ifm. momenttræning ol.

Ansatte landstrænere 2023-2024

Hold	Træner	Rolle
Jr. drenge	Birgitte Kirstine Hagelskjær*	Rytmetræner
	Kasper Mohr Christensen	Springtræner
	Christoffer Krog Scherrebeck	Assisterende træner
Jr. piger	Line Kærsgaard Knudsen*	Rytmetræner
	Tanja Venø Andersen	Springtræner
	Carsten Houlborg	Assisterende træner
Jr. mix	Mille Reinholdt Groth	Rytmetræner
	Daniel Abildskov*	Springtræner
	Mads Haslund Haubjerg	Assisterende træner
Sr. herrer	Rikke Løwe	Rytmetræner
	Lars Nørregaard**	Springtræner
	Henrik Jakobsen	Assisterende træner
Sr. damer	Lisa Seeberg Vehl*	Rytmetræner
	Mikkel Møller	Springtræner
	Philip Holck	Assisterende træner
Sr. mix	Maria Falkengren Christensen	Rytmetræner
	Alexander Pedersen*	Springtræner
	Mads V. Holm	Assisterende træner

**Team-ansvarlig **Ledende springlandstræner og team-ansvarlig
Christina Egevang er ansat som ledende rytmelandstræner,
men ikke tilknyttet noget hold*

Landsholdene

Der sættes seks landshold ved udtagelse i november 2023, hvor der for juniordrenge, juniorpiger, seniorherrer og seniordamer udtages 25 gymnaster pr. gruppe som fordeles som følger:

Juniordrenge: 16 gymnaster

Seniorherrer: 16 gymnaster

Juniorpiger: 16 gymnaster

Seniordamer: 16 gymnaster

Juniormix: 9 drenge og 9 piger

Seniormix: 9 herrer og 9 damer

Trupperne indskrænkes i løbet af cyklussen (se afsnittet "Inddeling på de seks landshold"), for at der til sidst sættes et hold på 12 gymnaster for hhv. juniordrenge, juniorpiger, juniormix, seniorherrer, seniordamer og seniormix.



Behandlerteam

I forbindelse med EM vil der være et behandlerteam tilknyttet til landsholdene, som vil være holdene behjælpelige ved deres fremmøde ved udtagelse, landsholdssamlinger og under selve Europamesterskabet i Baku.

Behandlerteamet står kun til rådighed for landsholdsgymnasterne ved de samlinger, hvor behandlerteamet er til stede samt under EM. Al anden sundhedsfaglig behandling i denne sammenhæng er et privat anliggende for gymnasten og dermed for egen regning.

Gymnaster på landsholdene sørger selv for eget forbrug af sportstape, kinesiotape og kompresbind, som bør medbringes til samtlige landsholdssamlinger i tilfælde af skader osv.

Målsætning

Målsætningen for TeamGym-landsholdene er samlet:

- At fastholde vores talent- og elitegymnaster i TeamGym gennem oplevelser, som er med til at motivere til yderligere udvikling – såvel gymnastisk som personligt.
- At bidrage til at udvikle TeamGym-talenter i et tempo, som den enkelte gymnast kan følge med i fysisk og mentalt.
- At skabe fokus på hensigtsmæssig træning med målet om dels at udvikle talentet hos den enkelte gymnast og dels at forebygge skader. Dette skal ske gennem en helhedsorienteret tilgang med fokus på en hensigtsmæssig træningsplanlægning for gymnasterne.
- At have et godt samarbejde mellem TeamGym-landsholdene og de danske gymnastikforeninger, efterskoler og højskoler til gavn for såvel gymnaster som øvrige involverede.

Målsætning særligt for juniorlandsholdene

Juniorlandsholdenes opgave er at bidrage til udviklingen af "hele" gymnaster i et hensigtsmæssigt talentudviklingsperspektiv. Udover de gymnastiske færdigheder skal landstrænerne også forholde sig til gymnastens som det hele menneske i landsholdsforløbet samt de sociale faktorer, der kommer i spil i forbindelse med holdsætning.

Deltagelse i konkurrencer skal ses som et middel til udvikling af gymnasten med målet om senere at lykkes i internationale seniorkonkurrencer. Dette forudsætter, at landstrænerne for juniorlandsholdene først og fremmest arbejder for langsigtede og ikke kortsigtede resultater, hvor landstrænerne skal være klar på at træffe beslutninger om spring og momenter både i optakten til og under EM, som kommer gymnasten og holdet til gode.

For juniorlandsholdene lægges der særligt vægt på et godt landsholdsforløb, hvor gymnastisk og personlig udvikling er i højsædet. For så vidt angår den gymnastiske udvikling er formålet at arbejde med rytmisk træning, herunder momenter, bevægelser og udtryk, samt spring i et for gymnasten hensigtsmæssigt tempo og over en længere periode. For så vidt angår



juniorgymnasternes personlige udvikling ønsker vi at lære gymnasterne eller styrke deres evne til at træne og konkurrere som elite-/landsholdsgymnaster på længere sigt. Juniorlandsholdene skal således fungere som forberedelse til seniorlandsholdene.

Der er ikke en resultatmæssig målsætning sat af GymDanmark. Det forventes, at landstrænerne giver gymnasterne indsigt og forståelse for, hvilke parametre der er i spil for at opnå bedste pointmæssige resultat i internationalt regi. Der er altså tale om, at gymnasterne i praksis oplever, hvilke oplagte taktiske valg og justeringer man som hold gør sig løbende, for at forbedre sine chancer for bedst resultatmæssig placering. Disse justeringer må dog aldrig være i strid med de ledende landstræneres retningslinjer for spring og rytme eller i strid med GymDanmarks værdier og [Etiske Kodeks](#).

Ved oprettelsen af juniorlandsholdene tilstræbes udtagelse af "hele gymnaster" samt oprettelse af tre hold, hvor der tages højde for både det mentale, sociale og fysiske, og hvor sammensætningen ikke kun er baseret på gymnastiske færdigheder. Her kigges også ind i perspektiver på den lange bane for juniorgymnasten med en juniorlandsholdsdeltagelse som et skridt på vejen mod fremtidig deltagelse i konkurrencegymnastik i senioralderen.

Målsætning særligt for seniorlandsholdene

Seniorlandsholdenes opgave er at sammensætte de hold, som fungerer som den internationale elite, der deltager i og skaber gode resultater på højeste niveau ved internationale seniormesterskaber.

Med vores seniortrupper er vi ambitiøse og sætter resultatmål for det enkelte hold. Resultatmålene må aldrig være på bekostning af gymnasterne mentale og fysiske helbred og generel trivsel for den individuelle gymnast skal altid vægtes højere end holdets præstationer og resultat.

For seniorlandsholdene er den resultatmæssige målsætning at kæmpe om medaljer i alle rækker, hvor holdene sammensættes strategisk med mål om at opnå højeste medaljekategori.

Ved oprettelsen af seniorlandsholdene tilstræbes så vidt muligt udtagelse af "hele gymnaster" samt oprettelse af tre hold, hvor der tages højde for både det mentale, sociale og fysiske, og hvor sammensætningen ikke kun er baseret på gymnastiske færdigheder.

Udtagelse og inddeling på de seks landshold

Ultimo november 2023 udtages de gymnaster, som vurderes at kunne indgå på et af de seks endelige EM-hold, der herefter fortsætter træningen frem mod EM 2024.

Skulle en gymnast af ekstraordinære årsager være forhindret i at deltage ved udtagelsen, kan denne gymnast søge tilladelse til at komme i betragtning ved udtagelse på anden vis forud for den planlagte udtagelsesweekend. Denne tilladelse søges hos de ledende landstrænere som indstiller dette til GymDanmark. Udtagelse på anden vis sker kun efter godkendelse af landsholdschef og disciplinkaptajn for TeamGym.

Godkendes gymnaster til udtagelse på anden vis, skal landstrænerne informere de øvrige gymnaster om dette ved udtagelsen.

Ved fordelingen af gymnaster på de seks landshold lægges der vægt på, at de udtagede gymnaster besidder de ønskede kvaliteter inden for spring og rytme, der gør det muligt for den enkelte at komme i konkurrence ved EM.

Nedenstående oversigt angiver, hvor mange gymnaster der indgår i hver trup på det givne tidspunkt:

Fordeling af gymnaster								
Tidspunkt	Piger/damer				Dreng/herrer			
	Seniordamer		Juniorpiger		Seniorherrer		Juniordreng	
Første selektion og oprettelse af hold ultimo november 2023. Der udtages i alt 100 gymnaster.	16 senior- damer	9 seniormix- damer	16 junior- piger	9 juniormix- piger	16 senior- herrer	9 seniormix- herrer	16 junior- dreng	9 juniormix - dreng
Anden selektion ultimo august 2024. 12 gymnaster udgår af landsholdene.	14 senior- damer	8 seniormix- damer	14 junior- piger	8 juniormix- piger	14 senior- herrer	8 seniormix- herrer	14 junior- dreng	8 juniormix - dreng
Træningssamlinger frem til EM.	Der sker ikke yderligere selektioner frem mod sidste samling i DK. Forventet nominativ liste indgives til GymDanmark inden testkonkurrencen. Der kan ikke komme nye udefra ind på holdet, andet end ved undtagelse ifm. opstået skader. Dispensation fra disciplinkaptajn							
Tredje selektion medio oktober 2024. 16 gymnaster udgår af landsholdene og rejse ikke med til EM.	12 senior- damer	6 seniormix- damer	12 junior- piger	6 juniormix- piger	12 senior- herrer	6 seniormix- herrer	12 junior- dreng	6 juniormix - dreng

Selektion

For selektion forventes følgende:

- Landstrænerne vil forud for udtagelse koordinere besøg af foreninger og indgå i dialog med gymnaster og trænere.
- Der skal udtages gymnaster i fysisk god form og uden væsentlige skader, som ellers ville hindre fuld deltagelse i landsholdsforløbet efter udtagelse.

De udtagede gymnaster vil efter udtagelsen blive orienteret mere detaljeret om den kommende selektionsproces frem mod EM af deres respektive landstrænere. Denne proces fastsættes af landsholdschef og disciplinkaptajn i sparring med de ledende landstrænere. Der skal her forventes, at der vil være forskel på, hvordan junior- og seniorgymnasters selektionsproces bliver.

Efterudtagelse

Efterudtagelse efter den officielle udtagelse sker kun i særlige tilfælde, hvor et hold oplever frafald af to eller flere gymnaster grundet skade, eller på anden vis oplever at to eller flere gymnaster ikke er i stand til at deltage fyldestgørende i samlingerne. Frafald eller manglende deltagelse kan skyldes skader, manglende motivation eller andre personlige årsager. Derfor forventes det også, at man ikke udtager gymnaster med større skader, som langsigtet vil være præstationsnedsættende for det enkelte hold under træning og ved EM. Det forventes også, at landstrænerne udtager gymnaster, som de vurderer mentalt klar til rollen som landsholdsgymnast.

For at blive efterudtaget stilles det ikke som krav at man deltog ved den officielle udtagelse

Efterudtagelse sker kun efter godkendelse af landsholdschef og disciplinkaptajn i TeamGym.

Træningsplan

Træningssamlingerne er placeret således, at der i videst muligt omfang tages højde for spidsbelastninger i forenings- og klubregi samt på efterskole og højskoler, således at der tages højde for træningsindhold og træningsmængde samt fysisk træning. Datoer for samlingerne vil blive offentliggjort på GymDanmarks hjemmeside.

Nedenstående generelle træningsplan gælder for alle landshold, og hvert landshold skal tilpasse planen til det individuelle hold.

Træningsplanen inddelt i 3 perioder

Periode 1 <i>November 2023 – maj 2024</i>	Periode 2 <i>Juni 2024 – august 2024</i>	Periode 3 <i>September 2024 – oktober 2024</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Udtagelse - Indlæring af sekvenser fra serier - Momenttræning - Status på holdomgange og øvrige springomgange 	<ul style="list-style-type: none"> - Første selektion (herrer, damer, drenge og piger går fra 16 til 14 og mixhold går fra 18 til 16) - Rytmeserien færdigindlæres og tilpasses - Momenttræning - Afklaring af springomgange 	<ul style="list-style-type: none"> - Sidste finpudsning af rytme og spring - Testkonkurrence - Sidste selektion (herrer, damer, drenge og piger går fra 14 til 12 og mixhold går fra 16 til 12) - EM i Baku

Forventninger til gymnasten

Alle involverede, herunder landsholdsgymnaster, landstrænere, klubtrænere og forældre til landsholdsgymnaster, forventes at bidrage aktivt og positivt til udviklingen af den enkelte gymnast, som indgår på landsholdene.

Der er følgende forventninger til landsholdsgymnasterne:

Aktive som TeamGym-gymnaster

GymDanmark forventer i landsholdsperioden november 2023 til oktober 2024, at landsholdsgymnaster er aktive TeamGym-gymnaster i klub, forening, efterskole, højskole (mm.) og deltager både til træning og konkurrence som gymnaster for klubberne/foreninger/skolerne, medmindre særlige omstændigheder taler imod dette. Baggrunden for kravet er, at gymnasten løbende skal have den nødvendige træning med input fra en TeamGym-træner med henblik på at gøre gymnasten bedst muligt klar til at deltage i konkurrence med landsholdet. Derudover ønsker vi, at gymnasterne bidrager til det danske TeamGym-miljø ved deltagelse i vores nationale konkurrenceaktiviteter.

Indøvelsen og finpudsning af momenter og spring kræver en engageret indsats fra landsholdsgymnasterne, ikke mindst udenfor landsholdssamlingerne, idet udviklingen og stabilitet kræver en kontinuerlig og prioriteret indsats, som hovedsageligt foregår i gymnastens daglige træning. Den enkelte gymnast har, med sparring fra klub- og landstrænere, selv ansvaret for træningen mellem landsholdssamlingerne.



Fysisk kapacitet og skader ved udtagelse

Er gymnasten skadet i for stort et omfang ved udtagelse uden udsigt til at blive væsentligt skadesfri inden første landsholdssamling, vil gymnasten blive vurderet som ikke egnet til landsholdstruppen og vil derfor ikke blive udtaget.

I forhold til skader hos gymnasterne samt deres fysiske kapacitet er det landstrænerne i samarbejde med sundhedsteamet, der vurderer, om gymnasten er fysisk klar og væsentligt skadesfri til at kunne blive udtaget til landsholdet.

Derfor forventer GymDanmark, at alle gymnaster møder op ved udtagelse i god form og har prioriteret den nødvendige spring- og rytmetræning såvel som den fysiske supplerende træning.

Gymnasterne bør også individuelt vurdere forud for udtagelse, om det er relevant for dem at opsøge egen behandler/læge for at gøre status på gymnastens fysiske kapacitet. Er gymnasten i et behandlingsforløb ved udtagelsestidspunktet, opfordres gymnasten til at medbringe en form for dokumentation/udtalelse/ status fra egen behandler/læge, som kan fremvises til sundhedsteamet.

Sundhedsteamet vil være til stede ved udtagelse. De vil bistå ifm. eventuelle skader som kan opstå på dagen samt fungere som sparringspartner for landstrænerne. Det forventes ikke, at der er tid til, at alle gymnaster kan tilses af sundhedsteamet, hvorfor gymnasterne selv bør have styr på egen behandling forud for samlingen. De vil ikke have fokus på generel behandling af gymnasterne under udtagelsen.

Aktiv deltagelse på landsholdene

I tillæg til ovenstående forventes det, at de gymnaster der udtages til landsholdene, deltager i samtlige landsholdssamlinger.

I særlige tilfælde¹ kan gymnasten blive fritaget fra en samling, men dette skal godkendes først ved landstrænerne ved det respektive hold og herefter (via landstræneren) af disciplinkaptajn.

Ved akut fravær (sygdom, familiære situationer, mm.) kontaktes landstrænerne og der indgås her specifikke aftaler om opfølgning på træningen.

Udover det gymnastiske forventes det også at gymnasterne deltager i de sociale landsholdsaktiviteter i forbindelse med samlingerne samt evalueringer af landsholdsforløbet.

Landsholdsgymnasten som forbillede for TeamGym og for Danmark

Det forventes at alle de udtagne landsholdsgymnaster fremstår som forbilleder for kommende gymnastikgenerationer og derfor også agerer som landsholdsgymnaster ud fra GymDanmarks værdisæt for talent- og elitegymnastik ([jf. GymDanmarks Talent- og Elitestrategi](#)).

¹ større familiearrangementer planlagt før ny landsholdscyklus, begravelser, eksamener og lignende særlige tilfælde.

Her er det særligt vigtigt at være et forbillede for de yngste TeamGym-gymnaster – også i forenings-/klubregi. Særligt forventes det, at junior- og seniorgymnasterne som rollemodeller udviser god adfærd på de sociale medier.

Er der eksempler, hvor gymnasten er i direkte strid med GymDanmarks forventning om at være et forbillede, kan det resultere i, at samarbejdet mellem gymnast og landshold ophører. Dette kan fx være dårlig repræsentation for GymDanmark/landsholdene, manglende deltagelse ved samling eller manglende hjemmetræning samt tobaksforbrug (herunder også snus) på upassende tidspunkter/placeringer, alkohol-/stofmisbrug, doping mm. (jf. [Adfærdskodeks for GymDanmarks landshold](#)).

Dokumenter og E-læring

GymDanmark forventer at gymnaster, klubtrænere og forældre forholder sig til nedenstående ifm. gymnasternes deltagelse i udtagelse og mulige videre forløb på landsholdene.

Gymnaster forventes at læse og gennemføre følgende

Dokumenter

- [GymDanmarks Ethiske Kodeks](#)
- [Adfærdskodeks for GymDanmarks landshold](#)
- [Team Danmark og DIF's i fællesskab udarbejdede etiske kodeks for dansk konkurrenceidræt](#)

E-læring

- [Anti Doping Danmark – Idræt: Antidoping 1 - konkurrenceidræt](#)

Forældre og klubtrænere opfordres til at læse og gennemføre følgende

Dokumenter

- [GymDanmarks Ethiske Kodeks](#)
- [Adfærdskodeks for GymDanmarks landshold](#)
- [Team Danmark og DIF's i fællesskab udarbejdede etiske kodeks for dansk konkurrenceidræt](#)

E-læring

- [Anti Doping Danmark – Dopingvejledning for trænere og ledere til eliteidrætsudøvere](#)
- [Anti Doping Danmark – Unge, krop og trivsel](#)



Dialog og samarbejde

Arbejdet på landsholdene har fokus på at skabe udvikling gennem samarbejde og vidensdeling.

Det er vores opfattelse, at udvikling af dansk TeamGym på landsholds- og klubplan kræver en god dialog og godt samarbejde mellem gymnaster, klubtrænere og landstrænere.

Det tilstræbes, at der skal være en løbende dialog mellem klub- og landstræner omkring den enkelte gymnasts udvikling og fokuspunkter. Det er vigtigt at understrege, at dialogen skal være gensidig.

Udtages gymnaster, der går på efterskole i efteråret 2023 eller skal på efterskole i efteråret 2024, tages der så tidligt i forløbet som muligt kontakt til den pågældende efterskole med henblik på at aftale en for gymnasten hensigtsmæssig træningsplan. Kontakten tages af den relevante landstræner.

Samarbejdspartnere

Partnerskoler

GymDanmark har et partnerskab i TeamGym med seks efterskoler og en ungdomsuddannelse, med mål om at sikre træningsfaciliteter og træningsforhold samt øvrige lokaler til landsholdsaktiviteter. Hensigten er at facilitere TeamGym-landsholdenes aktiviteter. Dette er et værdifuldt samarbejde for landsholdsgymnasterne, da dette er med til at nedbringe de løbende omkostninger for landsholdene.

Chopar

Udover skolerne i partnerskabet, er GymDanmark også samarbejdspartner med Chopar, som leverer træningstøj og konkurrencedragter til de danske landshold.

Dette medfører følgende retningslinjer for påklædning for landsholdsgymnaster og landstrænere

Der må ikke bæres tøj fra andre mærker end Chopar, når der optrædes officielt som landshold – dette gælder træningshaller, opvarmningshaller og konkurrencehaller ifm. testkonkurrence og ved selve Europamesterskabet eller andre officielle arrangementer/aktiviteter som landshold. Hvis der ønskes mere tøj end i tøjpakken, skal dette tilkøbes gennem Chopar.

Økonomi

Egenbetaling og udgifter

Udgifter for den enkelte gymnast er pr. 1. januar 2023 som følger:

Junior:

- Fuld egenbetaling ved deltagelse ved Europamesterskaberne
 - o Beløbet estimeret til 12.000 – 14.000 kroner
 - o GymDanmark sender faktura til juniorgymnasterne umiddelbart efter testkonkurrence i ultimo september 2024, som skal betales inden afgang til Baku i oktober 2024.
- E-Visa ifm. indrejse til Aserbajdsjan
 - o Forventet pris 200 kroner
- Al transport i Danmark, herunder til og fra træningssamlinger samt til og fra lufthavn/afrejse destination
- Eventuel sundhedsbehandling uden for landsholdsregi
- Eventuel ekstra tilkøb af træningstøj

Senior:

- Delvis egenbetaling ved deltagelse ved Europamesterskaberne
 - o Beløb i alt 7.000 kroner
 - o GymDanmark sender faktura til seniorgymnasterne umiddelbart efter testkonkurrence i ultimo september 2024, som skal betales inden afgang til Baku i oktober 2024.
- E-Visa ifm. indrejse til Aserbajdsjan
 - o Forventet pris 200 kroner
- Al transport i Danmark, herunder til og fra træningssamlinger samt til og fra lufthavn/afrejse destination
- Eventuel sundhedsbehandling uden for landsholdsregi
- Eventuel ekstra tilkøb af træningstøj

Gældende for både junior og seniorgymnaster er der ingen økonomi forbundet med den officielle tøjpakke, som gymnasterne modtager. Dette er fuldt sponsoreret af Chopar, der leverer konkurrencedragt, tracksuit og træningstøj og der er derfor ingen udgifter tilknyttet for gymnasten i denne sammenhæng.

Personlige sponsorater

Der er mulighed for, at man som gymnast på GymDanmarks landshold kan skaffe sig et eller flere personlige sponsorater til yderligere personlig nedbringelse af egenbetaling. Disse sponsorater skal ses som en mulighed for at dække de udgifter den enkelte gymnast har i forbindelse med deltagelse på landsholdet.

Det er landsholdsgymnastens eget ansvar at finde personlige sponsorer, men dette skal altid være i overensstemmelse med øvrige sponsorer og partnerskaber indgået i GymDanmark.

- En landsholdsgymnast kan profilere sin personlige sponsor(er) på vedkommendes personlige medier.
- Gymnasten må bære sin personlige sponsor(er)s logo i forbindelse med internationale konkurrencer, dog IKKE under rejsen til/fra EM, i opvarmningsarealer, træningsarealer og konkurrencearealer.
- En personlig sponsor kan ikke blive profileret via GymDanmarks medier og kan ikke få sit logo på GymDanmarks officielle landsholdstøj.

Gymnasten kan ikke indgå sponsoraftale med de enkelte partnere fra GymDanmarks Partnerskabsaftale. Der må ikke hentes personlige sponsorer fra andre skoler, da dette er i strid med den eksisterende partnerskabsaftale med udvalgte skoler.

Kontakt

Øvrige spørgsmål omkring Vejen til EM 2024 kan sendes til Ole Holmskov på ohh@gymdanmark.dk.

