

HOPP SPORT EN MOT 2020



SVENSKA RIDSPORT
FÖRBUNDET

Svensk hoppSPORT ska både verksamhets- och resultatmässigt vara topp tre bland idrotterna i Sverige samt en av världens främsta hoppnationer. Genom ett enhetligt utbildnings- och tävlingssystem från ponny upp till landslaget vill vi vara bäst i världen på att utveckla ryttare och hästar med sikte mot mästerskap. Alla med stor talang och inre drivkraft – oavsett bakgrund – ska kunna nå landslaget.

Svensk hoppSPORT är på en hög nivå – men bra ska bli bättre. Under de närmaste åren ska vi fortsätta att stärka hoppningens roll. Vi ska koppla ett grepp om helheten och arbeta med detaljer som gör skillnad. Allt för att flytta fram våra positioner.

HOPPSPORTEN MOT 2020

- Stärka utbildningen och utvecklingen hos våra ryttare på alla nivåer.
- Vara engagerad i internationella frågor.
- Fortsätta att arbeta för bra tävlingar på alla nivåer som främjar utveckling av både ryttare och hästar.
- Vara på topp i Nations Cup.
- Vara med och tävla om medaljer i mästerskap, EM, VM och OS.
- Stärka ridsportens roll i samhället för att ge bättre förutsättningar för våra ryttare att utöva sin sport på toppnivå.

Fyra hörnstenar i utvecklingen av hoppSPORTEN:

Hästen i centrum. Att ha god kunskap om ridning och hästar är en förutsättning om man vill lyckas med sin ridsportsatsning. Kunskapen om, och kärleken till, hästen måste alltid vara vägledande i de val som rör vår sportsatsning.

Ryttare är idrottare. Svenska ryttare skall vara sportsliga föredömen. Den moderna ryttaren månar om att hålla sig själv i god fysisk form. I begreppet idrottare ryms även andra färdigheter som krävs för en lyckad sportsatsning.

En bra bredd ger en vass topp. Vi måste bli bättre på att identifiera talanger och ha tydliga, synliga och långsiktiga riktlinjer för hur vi ska rekrytera, behålla och utveckla ryttare. För att fler ska ha en realistisk chans att göra en elitsatsning, måste vi kunna erbjuda ett system där fler ryttare kan erbjudas ett reellt stöd. Det är viktigt att förbundet äger strukturen och att vi systematiserar utvecklingsarbetet från lägsta nivån upp till landslaget.

Tävla på rätt sätt. Vårt tävlingssystem måste premiera rätt saker på rätt nivå. Målet är ett väl fungerande tävlingssystem som stimulerar ryttare och hästar att kunna och vilja gå vidare, sikta högre och utvecklas mot elit och internationell nivå.

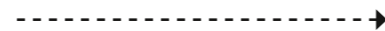
I Ridsportens plan för talangutveckling finns fem nivåer. Det här dokumentet omfattas bara av de tre översta. Därmed inte sagt att vi inte måste se över strukturen av de två lägsta nivåerna – tvärtom. Men här har vi valt att gå in mer på de nivåer som har direkt påverkan på landslagsverksamheten under perioden fram till 2020.

FÖRUTSÄTTNINGAR

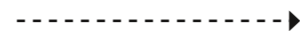
Nivå 5 (Landslag) Världselit



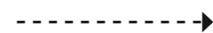
Nivå 4 (Nationell) Prestation



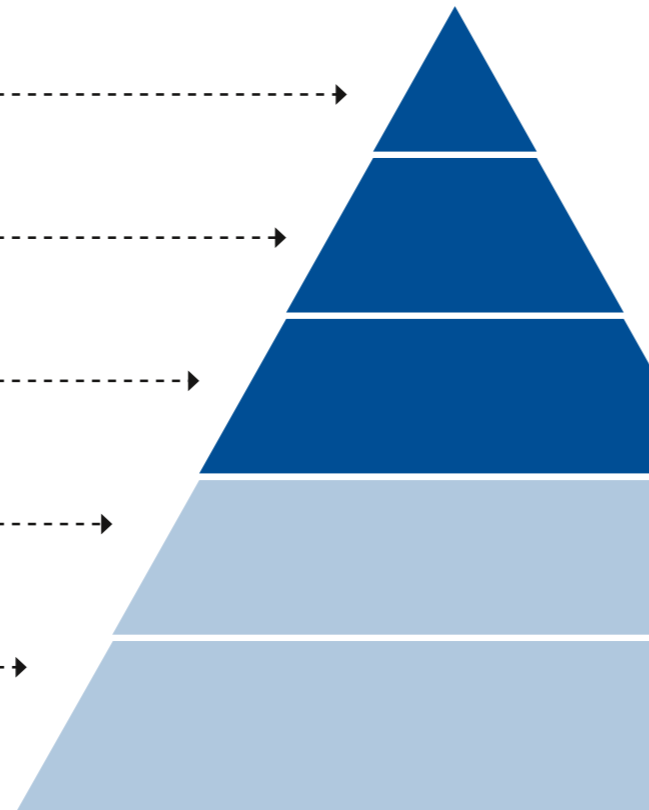
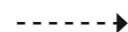
Nivå 3 (Region) Förprestation



Nivå 2 (Distrikt) Uppbyggnad



Nivå 1 (Förening) Introduktion/grund



NIVÅ 3 I TALANGPLANEN = förprestation

Ryttarna på den här nivån rider 130-145 klasser. Här är målsättningen att ge ryttarna verktygen som krävs för att ta nästa kliv upp i klasserna med sikte mot toppen.

För att lyckas på elitnivå krävs en total idrottslig satsning. På nivå 3 är det dags för ryttarna att välja inriktning och forma sitt upplägg för framtiden.

NIVÅ 4 I TALANGPLANEN

Denna nivå består av två grupper:

1. Ekipage på nationell svårklass-nivå. Juniorer/young riders som tävlar internationellt. På denna nivå har man chans att komma med i de olika landslagens observationsgrupper.

2. Ekipage med bra resultat på högsta nationella elitnivå, som Grand Prix och SM samt med erfarenhet på CSI2* tävlingar och som bedöms ha kapacitet för CSIO3* och 4*.

Lovande, talangfulla ryttare/ekipage som kan utvecklas till framtida landslagsryttare. Här har ryttarna redan ett system för sin egen och hästarnas träning och matchning. Ryttare på den här nivån måste säkerställa att rätt förutsättningar finns för en hållbar elitsatsning med bland annat en god återväxt av hästar i systemet. Ryttaren ska ha hästar på Grand Prix nivå och lovande yngre hästar. Det innebär ett fungerande samarbete med hästägare och sponsorer.

Uttagning av ryttare till olika landslagsuppdrag baseras på följande:

- Ryttarens resultat, talang, kunnande och erfarenhet
- Hästmateriell tillgång
- Ryttarens och hästens/ hästarnas utvecklingspotential, form och jämnhet
- Att ryttaren har en egen långsiktig sportslig satsning med tydliga mål, som går att koppla till landslagets mål
- Ryttarens vilja till utveckling både praktisk och teoretisk
- Ryttaren fungerar bra som lagmedlem och har en vilja att arbeta för en bra laganda både under tävling och utanför tävlingsbanan

- Ryttaren ska vara delaktig i förbundets landslagsupplägg och delta i landslagets aktiviteter och sammankomster
- Att ryttaren följer ridsportens värdegrunder och tävlingsregler, FEI's Code of Conduct och Welfare of the Horse

NIVÅ 5 I TALANGPLANEN

Denna nivå består av tre grupper:

1. Etablerade ryttare i landslaget med internationella resultat på CSIO4* och CSI3*.


2. Ekipage med kapacitet för internationella mästerskap och CSI4*, 5*, CSIO5* Division 1 i FEI Nations Cup.

3. Ryttare som är 1-50 på FEI World Ranking. Ryttaren har 3-4 GP hästar och tävlar internationellt ca 45 helger om året och har chans till individuell mästerskapsmedalj.

Basen utgörs av hoppningens spetstrupp om åtta ryttare, men här ingår också utmanargruppen som består av cirka tio ryttare. Utmanarna behöver individuellt stöd för att utvecklas och kunna ta klivet upp till spetstruppen. Gruppen är inte statisk utan kan utökas under året beroende på resultat. Hoppningens landslagsverksamhet går i första hand ut på att bygga slagkraftiga lag inför mästerskap.

Med detta tydliga mål följer en mängd åtgärder från landslagsledning och ryttare för att nå framgångar i olika internationella tävlingar.

UTMANING: Hur kan vår organisation sträva mot visionen där bredden värnas – samtidigt som den internationella sporten blir allt mer professionell?



Att ha god kunskap om ridning och hästar är en förutsättning om man vill lyckas med sin ridsportsatsning. Kunskapen om, och kärleken till hästen, måste alltid vara vägledande i de val som rör vår sportsatsning.

HÄSTEN I CENTRUM

Ryttare måste ha respekt och förståelse för hästens behov. Svenska ryttare har ett gott rykte internationellt att vi matchar våra hästar på ett sunt sätt. Det är viktigt att lära de unga ryttarna att med ett gott "horsemanship" får man också bättre resultat. De unga ryttarna måste lära sig att "läsa" och förstå hästen i den dagliga hanteringen.

Horses produced in Sweden

I Sverige producerar vi ofta våra hästar själva. Därför är grundutbildning av våra ryttare oerhört viktig. Vi bör kunna få fram fler ryttare som kan producera mästerskapshästar i Sverige. På Nivå 3 ska fokus läggas på att utveckla ryttarnas förmåga att träna sina hästar rätt, att bli skickliga på grundutbildningen.

"Man måste bli bäst på grunden för att bli bäst i världen", Elisabeth Lundholm.

En väg till framgång är att tränare kan jobba i team, inom ramen för samma system. För att det ska lyckas måste det vara ett prestigelöst klimat där alla jobbar mot samma mål – att få fram bättre hästar och ryttare. Att ryttarna tränar i mindre grupper, eller enskilt, och att de

tar mer hjälp med markarbetet är också något som kommer att höja kvaliteten i grundridningen. Vilket i sin tur är en förutsättning för att få bättre utbildning av hästarna. För att höja kvaliteten måste ryttarna bli bättre på att jobba med detaljer. Därför gäller det att inspirera och motivera ryttarna till att öka förståelsen för detaljerna och grundernas betydelse för framgången. Även tävlingssystemet måste utformas så att det främjar unghästarnas utbildning och utveckling.

"Våra utlandsstationerade landslagsryttare är överens om att de har med sig djursynen och en bra helhet från Sverige. Däremot har de brister i grunder som sits, position och bristande kunskap i orsak och verkan".

Även hästens träningsfysiologi är prioriterat för framförallt ryttarna på Nivå 3. Det handlar till stor del om att träna hästarna hållbart och matcha dem så att de kan prestera optimalt. Ryttare på Nivå 4 ska ha ett system för sin egen och hästarnas träning och matchning.

UR HOPPNINGENS KRAVANALYS: Det är viktigt att man tänker på sin hästhållning, hästhantering och sitt uppträdande på och utanför banan när man representerar Sverige på internationella tävlingar.

”Svensk hoppспорт ska både verksamhets- och resultatmässigt vara topp tre bland idrotterna i Sverige”.

RYTTARE ÄR IDROTTARE



Svenska ryttare skall vara sportliga föredömen. Inom ridsporten har vi länge fokuserat mer på hästens omvårdnad och hälsa än på ryttarens – men idag ser det annorlunda ut. Dagens moderna ryttare är intresserad av att vara i god fysisk form, har kunskap om hur kroppen fungerar vid olika belastningar, hur man äter och dricker rätt och hur man förebygger skador. Att vi lyfter begreppet redan från första dagen i stallet, handlar både om den positiva påverkan en god fysik har på den egna prestationen – men även om omvärldens syn på och acceptans av ridsporten som idrott. I begreppet idrottare rymms även andra avsuttna färdigheter som krävs för en lyckad sportsatsning. I Ridsportens plan för talangutveckling, har man definierat ett antal fokusområden för ryttare på olika nivåer. Såväl uppsuttna som avsuttna och med syfte att tydliggöra helheten.

Fokusområden för ryttare Nivå 3:

- fördjupad färdighetsutveckling
- individuell målsättning
- fördjupad hästkunskap/omsorg grundläggande individuell tränings- och tävlingsplanering
- gemensamma träningar/individuella träningar
- grundläggande idrottspsykologi
- grundläggande träningsfysiologi
- etik och moral, om att vara en förebild
- fysträning för ryttare
- teamarbete ryttare – tränare – hästägare – föräldrar
- grundläggande kunskap i media och kommunikation

Fokusområden för ryttare Nivå 4:

- fördjupad och befäst teknisk färdighetsutveckling
- fördjupad hästkunskap/omsorg
- fördjupad individuell tränings- och tävlingsplanering

- individuell träning
- fördjupad kunskap om, samt tillämpning av idrottspsykologi
- fördjupad träningsfysiologi
- etik och moral
- fysträning för ryttare, kostlära
- management för en hållbar sportsatsning / livsstil
- fördjupad mediaträning
- grundläggande ekonomisk- och juridisk kunskap gällande ridsportens förekommande frågor

Att vi jobbar prestigelöst tillsammans i team, där var och en gör det man är bäst på, skapar goda förutsättningar för utveckling. Det handlar om att ha förståelse för helheten för att kunna kliva ner på detaljnivå och göra förändringarna. Görs inga förändringar blir man kvar på samma nivå – vilket i slutändan betyder en försämring, eftersom konkurrenterna blir bättre. Ju högre upp man kommer, desto viktigare blir detaljerna!

I ett talangprogram för ryttare Nivå 4 adderas även:

- Tränare och ledare som ger stöd
- Teknisk support (resultatanalys)
- Idrottsvetenskap, medicinsk konsultation och sjukgymnastik
- Teambuilding / utveckla lagarbete
- Expertsupport (veterinärer, tränare vid viktiga tävlingar)
- Forskning och utveckling
- Hovslagare, rådgivning och utbildning
- Mentor
- Analysmetoder för att förbättra teknik och prestation
- Kunskapsspridning

”Vi vill att alla med stor talang och inre drivkraft – oavsett bakgrund – ska kunna nå landslaget”.

EN BRA BREDD GER EN VASS TOPP

Vi måste bli bättre på att identifiera talanger (även ur gruppen ryttare som inte har egen häst). För landslaget handlar den här nivån mycket om att hitta de ryttare som siktar mot mästerskapsmedaljer – och i jakten på dem spelar landets tränare en nyckelroll. Ambitionen är att talanger som verkligen vill göra en helhjärtad satsning ska ges ett sådant stöd att elitsatsningen kan göras under socialt trygga former. Som ledare måste du se till helheten – att allt hänger ihop. Målet för ryttare på **Nivå 3** är att de som satsar på en elitinriktad idrott ska få kunskaper om de faktorer som påverkar deras idrottande.

Det handlar också för ryttaren om att bli trygg i ett system för att kunna träna och utbilda hästar med sikte mot mästerskap. Tränaren ska vara ett stöd, men syftet är att guida ryttarna så att de blir självständiga i sin satsning och i beslut som rör deras idrottande. I tränarens uppdrag ingår att hjälpa till att upprätta en realistisk tränings- och tävlingsplanering.

UR HOPPSPORTEN VILL 1999: Bra tränare och ledare på alla nivåer ger skickliga ryttare och idrottsmän samt goda förebilder inom och utanför vår sport.


För att fler ska ha en realistisk chans att göra en elitsatsning, måste vi kunna erbjuda ett system där ryttarna ges ett reellt stöd och där vi har möjlighet att guida unga talanger rätt på vägen i sin sportsatsning. Inte minst för att kunna fånga upp alla de ryttare som inte tillhör andra eller rentav tredje generationen ryttare. Fler professionella stallteam och mentorer kan vara en tänkbar väg för att ge unga talanger rätt redskap för en långsiktig elitsatsning. Alla ryttare kommer inte att nå toppen.

För de ryttare som väljer att avbryta sin sportsatsning, finns ändå stora möjligheter att bli kvar inom hästnäringen. Ett syfte med våra talangprogram är att ge ryttarna en bred bas att gå vidare från.

Tänkbart innehåll i ett rikstäckande talangprogram:

- Tränare och ledare ger råd och stöd
- Utveckling, uppföljning för tränare och ledare
- Teknisk support (resultatanalys) dokumentation
- Idrottsvetenskap, medicinsk konsultation och sjukgymnastik
- Idrottspsykologi, mental träning
- Teambuilding
- Expertsupport (veterinärer/tränare närvarande vid viktiga tävlingar)
- Forskning & utveckling
- Veterinärt stöd
- Medicinskt stöd för ryttare
- Hästkunskap, hästens uppbyggnad och behov, veterinärrådgivning och utbildning, hästutfodring
- Hovslagare, rådgivning och utbildning
- Idrottsvetenskap, fitness, kost
- Ett omfattande stödnätverk - mentorer
- Analysmetoder för att förbättra teknik och prestation
- Utveckla lagarbete och laganda genom aktiva landslagsträffar
- Livsstil och kommunikationsrådgivning
- Kunskapsspridning
- Från grundridning till toppprestation

Ryttare på **Nivå 4** ska ha ett system för sin egen och hästarnas träning samt matchning – på den här nivån handlar det framförallt om att säkerställa att det finns förutsättningar för en hållbar elitsatsning med bland annat en god återväxt av hästar i systemet. Ryttaren ska ha hästar på Grand Prix nivå och lovande yngre hästar. Det innebär ett fungerande samarbete med hästägare och sponsorer.



Vårt tävlingssystem måste premiera rätt saker på rätt nivå. Målet är ett väl fungerande tävlingssystem som stimulerar ryttare och hästar att kunna och vilja gå vidare, sikta högre och utvecklas mot elit och internationell nivå.

TÄVLA PÅ RÄTT SÄTT

Vi måste ta fram en plan för hur vi vill att tävlingar på respektive nivå ska se ut för att kunna hålla ihop verksamheten från ponny till landslag. Vad bör premieras var? I Ridsportens plan för talangutveckling finns fokusområden för varje nivå, dessa bör vägas in när man utformar framtidens tävlingar. Att exempelvis ha stort fokus på sits, position, inverkan, rytm, vägval, balans och hästkunskap på de första nivåerna – grunden till en hållbar ridning.

Laganda

Hur underlättar vi övergången från ung ryttare till senior? Genom att ta fram en tydlig plan, kommer det bli enklare att paketera hoppningen på ett sätt som gör det enklare att sälja. Vi måste fortsätta sträva efter att ha fler tävlingar som håller internationell standard (banor, upplägg, underlag) – och även få till fler internationella tävlingar. Fler internationella tävlingar på 2* nivå i Sverige och en liga för U-25 ryttarna skulle kunna göra övergången från ungdomsryttare till senior mer motiverande. Ett steg som alltid är utmanande.

Även konceptet för Lag-SM behöver ses över för att göra lagtävlandet mer attraktivt. Att tidigt förbereda ryttare att tävla i lag, har betydelse för framtida mästerskap.

Snyggt paketerad sport

Fler renodlade tävlingsarenor för att kunna arrangera nationella och internationella hästevenemang, skulle med stor sannolikhet tillföra tävlandet i Sverige en ny dimension – liksom att tävlingarna tas dit där människor är och gör fler evenemang där publiken redan är på plats. I mötet med nya målgrupper, måste vi vara starka i vårt budskap och tala om vilka mervärden som hoppporten bjuder såväl publik, hästägare, sponsorer som aktiva på.

Hoppningen måste attrahera fler att vilja vara en del av sporten. Hur ska vi kunna paketera och sälja sporten för att få fler hästägare och öka sponsorintäkterna? "Ridsporten är unik i det att vi tävlar på lika villkor" – en självklarhet för oss initierade, men ett exempel på värden som vi borde bli bättre på att lyfta fram.

Internationella erfarenheter

Fler ryttare bör ges möjlighet att kunna komma ut och tävla internationellt. Det vore värdefullt att ge svenska ryttare bra förutsättningar att periodvis kunna vara stationerade utomlands vilket på ett fördelaktigt sätt skulle kunna skapa förutsättningar för fler unga ryttare att komma ut och skaffa värdefull tävlingserfarenhet.

Fram till nu har åtta svenska ryttare vunnit deltävlingar i World Cup – fyra kvinnor och fyra män. Vem är vår nästa vinnare?

**MARIA GRETZER, ROYNE
ZETTERMAN, ROLF-GÖRAN
BENGTSSON, MALIN
BARYARD-JOHNSSON,
HELENA LUNDBÄCK, SVANTE
JOHANSSON, ANGELICA
AUGUSTSSON, HENRIK VON
ECKERMANN**

