



## Ryttarutveckling Nivå 4 – ATG Hopp & Talang (central) 2020/2021

Ansvarig: Svenska Ridsportförbundet med stöd av ATG

### **Målsättning**

ATG Hopp & Talang är ett utvecklingsprogram för dressyr-, hopp- och fälttävlansryttare med mästerskap i sikte. Under ett år får ryttarna stöd och kunskap för framtiden. I satsningen ingår ett mentorskap med individuellt stöd samt fyra avsuttna, obligatoriska träffar. På träffarna får ryttarna träffa experter inom nedan beskrivna fokusområden från Ridsportens utvecklingsmodell.

### **Målgrupp**

18 - cirka 30 år – viktigt att man visar en självständighet inom ramen för sin sportsatsning.

### **Utbildningsnivå deltagare**

Resultat i första hand från lägst 145-hoppning, 4\* klass fälttävlan och Mellanrundans klasser i dressyr ingår i uttagningskriterierna. Andra delar som väger tungt i selekteringen av deltagare till våra centrala program för ryttarutveckling är utvecklingsbarhet, inställning, personlig profil och en hållbar och väl genomtänkt plan för hästrekryteringen. Ryttarna ska vara på en så pass hög nivå att de ska kunna vara aktuella för landslagsuppdrag inom respektive disciplin och åldersgrupp, alternativt ha en dokumenterad kapacitet att rida på motsvarande nivå.

### **Huvudlärare/mentor (2020/21)**

Hoppning – Ann Catrin Carlsson

Dressyr – Louise Nathhorst

Fälttävlan – Göran "Yogi" Breisner

### Antagningsprocess

1. Ryttaren fyller i ansökan via ridsport.se
2. Samtliga ryttare som har ansökt kontaktas av förbundet centralt och informeras om de gått vidare i processen eller ej.

### Så här ansöker ryttaren

1. Registrera ansökan via ridsport.se
2. Skriv ett personligt brev där du kort beskriver vem du är, hur din situation runt hästarna ser ut idag och på vilket sätt du tror att detta program skulle hjälpa dig att utvecklas. Brevet skickas via mail till **Daniel Bergqvist på Svenska Ridsportförbundet**.
3. När ansökan och personligt brev är registrerade hos Svenska Ridsportförbundet får ryttaren en bekräftelse.

### Huvudprogram

- Sex ryttare fördelat på hopp-, dressyr- och fälttävlansryttare.
- Fyra obligatoriska avsuttna träffar å två dagar (vardagar) i huvudsak förlagda till Hästsportens Hus, Solvalla, alternativt Ridskolan Strömsholm, men andra platser kan förekomma.

### Förutsättningar för deltagande

Deltagande vid samtliga träffar är obligatoriskt.

### Upplägg över året (justeringar kan göras)

**Maj/juni 2020** Antagningsprocess

**Generellt jobbar vi utifrån sportsatsningsdokumentet: "Jag och min sportsatsning"**

En hållbar satsning med fokus på helheten och träffarna har sin utgångspunkt i de här tre områdena - **människan** (livspusslet) – **ryttaren** (idrottaren, ekipaget) – **teamet** (management, verksamhet)

**Okt/nov 2020** Första träffen

Två dagar med föreläsningar (cirka 10.00 dag 1 till 15.00 dag 2)

**Dec 2020** Andra träffen

Två dagar med föreläsningar (cirka 10.00 dag 1 till 15.00 dag 2)

**Jan/feb 2021** Tredje träffen

Två dagar med föreläsningar (cirka 10.00 dag 1 till 15.00 dag 2)



SVENSKA RIDSPORT  
FÖRBUNDET



### **Maj/juni 2021 Fjärde träffen**

Två dagar med föreläsningar (cirka 10.00 dag 1 till 15.00 dag 2)

#### **Fokusområden enligt utvecklingsmodellen**

- Befästa fördjupad teknisk färdighet.
- Fördjupad hästkunskap och ridlära.
- Fördjupad träningsfysiologi samt kunskap i antidopningsreglementet.
- Fördjupad individuell tränings- och tävlingsplanering.
- Fördjupad fysträning och kostlära.
- Fördjupad kunskap om, samt tillämpning av, idrottspsykologi.
- Fördjupad medieträning.
- Grundläggande ekonomisk och juridisk kunskap.
- Vårt förbund.
- Etik och moral.

#### **Kontaktpersoner**

**Daniel Bergqvist** – Ansvarig ryttarutveckling Svenska Ridsportförbundet

[Daniel.bergqvist@ridsport.se](mailto:Daniel.bergqvist@ridsport.se)

0220-45608 eller 0709-795608

**Anna-Clara Pettersson** – Koordinator ryttarutveckling nivå 3 och 4

[annaclara@equiqlaris.se](mailto:annaclara@equiqlaris.se)

0737-220204