

Tekniktræning for voksne i Sydkredsen

Referat af evalueringsmøde 22/3-2022

Deltagere:

Mona Rasmussen, HTF – Jes Holme Barkler, Svendborg – Louise Gjørup, SNAB – Carsten Djursaa, Odense – Jesper Madsen, MELFAR - Kate Nielsen, Sydkredsen / koordinator

Fraværende:

Jørgen Damgaard, GORM – John Bargmeyer, OK SYD – Nicoline Lorentzen, KOK – Bent Mikkelsen, Fåborg – Sven Madsen, FROS – Rudolf Sørensen, OKE

Pkt. 1 - Evaluering af kurserne i januar og februar 2022

Der var ca. 60 løbere på kursus i HTF / Søgård – 70% løb svær. Der var kun 2-3 tilmeldt til let.

I Vejle var ca. 40 løbere på kursus. Der var 4-6 på mellemsvær. Ingen på let. Resten var på svær.

Louise fra SNAB, der var kursusleder på kurset i februar i Vejle, var gennemgående tilfreds. Det fungerede godt med et lidt løsere program, hvor instruktørerne selv styrede tiden. Hun beklager, at OK West ikke fik en invitation. Det sker ikke igen.

Man skal være bedre til at ”guide” deltagerne til de rigtige sværheder. Nogle havde valgt for højt niveau. Det bør overvejes, om en time til frokost er for meget. Der kan evt. indlægges en frivillig teoriopgave til dem, som føler tiden er for lang (det blev gjort på svær). Dagen sluttede med fælles opsamling og kage. Kagen var en succes.

Mona Rasmussen, der var kursusleder på kurset i januar i Søgård. Hun havde med succes uddelegeret en del opgaver til forskellige klubmedlemmer, så hun selv kun skulle lave det, hun var god til. Hun er ikke bekymret for at deltagerne vælger for svær bane, der skal bare være instruktører nok til at hjælpe. Hendes erfaring er, at svær ikke kræver så mange instruktører som let og mellemsvær. Dem på svær kan selv. Hvis få melder sig til let, kan de godt være en del af mellemsvært niveau, hvis de får en skygge i skoven.

Jes fra Svendborg refererer fra en deltager fra klubben, som var med på mellemsvær, - og var godt tilfreds. Dog skal der være fokus på tidsstyring.

Carsten fra Odense havde 10-11 med på begge kurser på svær. Han har talt med en deltager, som var godt tilfreds. Carsten lægger vægt på, at alle tre niveauer udbydes.

MELFAR havde en rutineret løber med på begge kurser på svær. Vedkommende var godt tilfreds

Pkt. 2 – Kalender for vinteren 2022 / 2023

Der forsøges afholdt to kurser. Et midt / sidst i november og et i løbet af januar. Der er forslag for gruppen om, at det ene kursus holdes på Fyn og det andet i Vestjylland. Kate tager kontakt til klublederne.

Pkt. 3 – Skal kurserne følge U1-kurserne

Kurset i januar 2022 var ikke sammen med U1, mens kurset i februar 2022 var sammen med U1. Selvom der var flere kursister i januar end i februar, vurderer arbejdsgruppen, at det ikke har sammenhæng med U1-kurset. Det besluttes, at man ikke vil tage hensyn til U1 i den kommende sæson 2022/2023.

Pkt. 4 – Temaer for kurserne

Der var enighed om, at vi skal have temaer på kurserne. Et tema, - måske to pr. kursus. Gerne sammen tema til alle niveauer, hvis det er muligt. Hvis kurset laves som en del af et normalt træningsløb for klubbens øvrige løbere, skal temaet også kunne ses der (man skal ikke bare løbe træningsløb).

Arbejdsgruppen har tidligere lavet et tema-katalog. Det kan der godt arbejdes videre med, men man opfordrer klubberne til at bruge det. Ud over tema kan man arbejde med "type-terræn". F.eks. klitter eller sprint.

Fremadrettet vil arbejdsgruppen kigge mere på temaer og deres indhold. Måske kan der laves en form for at katalog, som arrangørerne kan bruge.

Pkt. 5 – Hvordan får vi "solgt" kurserne i klubberne. Særligt til mellemsvær og let.

Der har stort set ikke været tilmeldt løbere til let orientering, - og ikke ret mange til mellemsvær i Vejle. En typisk deltager løber svær orientering og har 2-5 års erfaring. Hvis vi skal have fat i løbere med mindre erfaring, skal der gøres en indsats ude i klubberne hen over sommeren for at få dem med. Nogle klubber har ikke ret mange løbere med 0-2 års erfaring.

Arbejdsgruppen besluttede, at der fremover fortsættes med at udbyde alle tre niveauer.

Pkt. 6 – Kunne det have en effekt i forhold til rekruttering, at invitere deltagere som ikke er medlemmer af en orienteringsklub?

På Motionsorientering.dk kan man invitere løbere til orienteringsløb, selv om de ikke er medlem af en klub. Men i arbejdsgruppen er der ikke stemning for, at man tilbyder tekniktræning til løbere uden klubtilhørsforhold. Det er vigtigt, at alle på kurserne har en baggrund i en klub og lidt erfaring, så men ikke er helt "blank", når man skal på kursus.

Der var forslag om, at man i en arrangerende klub kunne invitere f.eks. en lokal efterskole, som man har samarbejde med, så de kunne få en grundlæggende forståelse for orientering. Evt. på et hold specielt for dem, men med brug af kursets baner.

Pkt. 7 – Arbejdsgruppens fremtid

Arbejdsgruppen ønsker at fortsætte og blive holdt informeret og at evaluere, hvad der sker på kurserne fremover, - og gerne bidrage med nye input.

Pkt. 8 – Eventuelt

I forbindelse med repræsentantskabsmødet i marts i Odense, - samt i bladet ”Orientering” 01/2022 (s.9-11), er omtalt et sjællandsk koncept, hvor man løber tekniktræning alene. Der sættet poster ud i en skov. Posterne hænger der en måned. På nettet kan man finde teknik-baner og instruktion til den pågældende teknik. Det koster 25 kr. at være med (mobilpay). Pengene går til løn til dem, som laver baner og instruktion. I sommeren 2021 har der gennemsnitligt været 149 løbere pr. uge.

Udvalget finder idéen interessant, men der er også nogle udfordringer: Det er ikke let at få lov til at have poster hængende 1 måned i skovene. Sydkredsen udgør også et stort areal i forhold til Nordsjælland, så man skal køre langt, hvis man skal ud til træning (f.eks. fra Svendborg til Varde). Louise fortalte, at i OK SNAB har man fravalgt at fortsætte med ”corona-træning”, da man frygter, det vil tage noget af det sociale liv i klubben, hvis man kan træne selv, når det passer ind i ens kalender.

Kate vil fremlægge idéen med ”træn-selv-tekniktræning” på næste klubledermøde i juni 2022.

Kate Nielsen

Vejle, den 25/3-2022