

TEAM DANMARK



# SALLING FONDENES — TALENTPROGRAM

VI STÅR BAG DE DANSKE ATLETER



# — VELKOMMEN TIL SALLING FONDENES TALENTPROGRAM

Team Danmark arbejder kontinuerligt med at skabe gode rammer for atleter, så de har muligheden for at forfølge deres sportslige ambitioner om at stå øverst på medaljeskallen. Vi ved det er en lang rejse med masse af gode oplevelser, men også med udfordringer undervejs. Og vi ved at ingen kommer sovende til tops i elitesporten. Der skal mange træningstimer til, og der skal tages mange svære valg undervejs. Salling Fondenes Talentprogram er skabt for at hjælpe atleter godt på vej til målet om at tage medaljer på internationalt seniorniveau.

Talentprogrammet er blevet til på baggrund af et dybdegående analysearbejde og erfaringer fra tidligere indsatser.

Vi har spurgt en stor gruppe etablerede senioratleter om, hvad de oplevede som det sværeste i deres karriere indtil nu. Mange af dem pegede på den sene del af talentudviklingen – årene lige inden de etablerede sig som senioratleter på den internationale scene. De oplevede at presset var stigende, men at der var begrænset hjælp at hente. Træningsmængden steg, rejseaktiviteten fyldte mere, der var større pres fra studie/job, og det krævede meget af dem som talenter at skulle håndtere disse udfordringer. I den periode ville de gerne have haft mere støtte til at udvikle sig som atleter og mennesker.

Det skal Salling Fondenes Talentprogram hjælpe med. At sikre en god og meningsfuld overgang fra talent til verdensklasseatlet.

Samtidigt har Team Danmark fået udarbejdet en omverdensanalyse, hvor man sammenligner Danmark med nationer som ligner os. Analysen viser at vi har mulighed for at løfte de danske atleter yderligere ved at fokusere på den sene del af talentudvikling og overgangen til senior.

Slutteligt, så har Team Danmark tidligere haft et talentprogram for 2013-2016, som dette nye program står på skuldrene af. Kigger vi tilbage på hvilke atleter, der var med i programmet 2013-2016, så er der faktisk overraskende mange af dem som i dag er etablerede senioratleter. Udfordringen den gang var, at det kunne være svært at udpege et bestemt talent på et bestemt tidspunkt, for behovet for hjælp og støtte kom altid forskelligt fra talent til talent.

Derfor ændrer vi nu tilgangen, så mantraet for talentprogrammet er: **Rette hjælp, til rette atlet på rette tidspunkt.**

Det betyder at atleter kan optages i programmet løbende, og vi sammen finder de løsninger som bedst understøtter **atletens** udvikling til verdensklasseatlet. Hvordan det foregår, kan der læses mere om nedenfor.



# KRITERIER FOR OPTAGELSE I SALLING FONDENES TALENTPROGRAM

Atleter i Salling Fondenes Talentprogram indplaceres som udviklingsatleter i Team Danmarks støttekoncept 2025-2028:

**Udviklingsatleter - Salling Fondenes Talentprogram**  
*Atleter som er i gang med talent-elite-transitionen og viser et særligt stort resultatpotentiale og som vurderes til at have stort medaljepotentiale i 2029-2032 eller inden for en 5-årig periode, dog uden at man forventes at skulle være med til at opfylde forbundets resultatmålsætning i 2025-2028. Atleterne i denne kategori har på baggrund af behov og en konkret vurdering adgang til Team Danmarks ekspert set-up og andre services. Indplacering vurderes løbende og som minimum årligt på baggrund af udvikling og vurderet potentiale.*

Atleter som vurderes til at have et resultatpotentiale i olympiske/paralympiske discipliner prioriteres højere end atleter i ikke-olympiske discipliner.

## INDSTILLING AF ATLETER

Potentielle atleter til Salling Fondenes Talentprogram kan kun indstilles af forbundet. Indstillingen drøftes mellem Team Danmark og forbundet, hvorefter Team Danmark træffer afgørelse om atleteren indstilles til programmet.

Til forskel fra indstilling af atleter til andre atleterniveauer (verdensklassealtet, eliteatlet og bruttogruppeatlet), kan forbundet løbende indstille en atlet som udviklingsatlet. Indplaceringen af Udviklingsatleter drøftes desuden i forbindelse med de årlige styregruppemøder mellem forbund og Team Danmark (finder typisk sted i Q3/Q4).

Når atleteren er indplaceret som udviklingsatlet og dermed er en del af Salling Fondenes Talentprogram, kan der iværksættes indsatser for atleteren. I nogle perioder kan der være igangsatte indsatser, mens det i andre perioder kan besluttes ikke at igangsætte indsatser. Den konkrete plan aftales mellem atleteren, forbundet og Team Danmark. Atleteren beholder sin status som udviklingsatlet i perioder, hvor der ikke igangsættes indsatser.

Når Team Danmark og forbundet vurderer at atleteren ikke længere har et behov for at være en del af Salling Fondenes Talentprogram eller ikke opfylder kriterierne for at indplaceres som udviklingsatlet, kan atleteren ikke længere indplaceres og atleteren forlader programmet. Dette vil ofte ske i forbindelse med de årlige styregruppemøder mellem forbund og Team Danmark (finder typisk sted i Q3/Q4).

## UDVÆLGELSE AF ATLETER

Udvælgelsen sker på baggrund af en sportsfaglig helhedsvurdering af følgende områder:

- Atleteren skal som udgangspunkt tilhøre den ældste ungdomsgruppering i sportsgrenen eller være i gang med en transition til senioreliten på internationalt niveau. Der kan i nogle sportsgrene være specifikke forhold omkring talentudviklingsstrukturen, som gør at ovenstående inkluderingskriterie ikke er dækkende. I de tilfælde vil beslutningen om optagelse i programmet blive truffet på baggrund af en sportsfaglig vurdering af Team Danmark i samarbejde med forbundet.
- Atleteren skal indgå i forbundets koordinerede talent- eller elitearbejde.
- Atleteren har vist markante internationale resultater og besidder særlige fysiske, tekniske, taktiske og mentale evner, som sandsynliggør udvikling til verdensklasseatlet i disciplinen i 2029-2032 eller inden for en 5-årig periode.



### **FORBUND MED SPECIFIKKE TRANSITIONSGRUPPER I HOLDSPORTSGRENE**

Hvis et forbund i holdsportsgrene har en gruppe af navngivne atleter som indgår i en dedikeret transitionsgruppe, kan denne gruppe af atleter indgå som udviklingsatleter i Salling Fondenes Talentprogram som enkeltatleter og/eller som hold. Forbundet og Team Danmark definerer i fællesskab om hele gruppen af atleter indplaceres som udviklingsatleter, eller det kun gør sig gældende for enkelte atleter i gruppen.

Hvis hele gruppen indplaceres som udviklingsatleter, er det muligt at forbundet og Team Danmark indenfor rammerne af Salling Fondenes Talentprogram iværksætter tiltag på gruppeniveau med det formål at understøtte forbundets transitionsarbejde med den specifikke gruppe af atleter.

Transitionsgrupper har ikke adgang til grundpakken (se nedenfor).

Herudover kan enkeltatleter også gøre brug af talentprogrammets andre tilbud på lige fod med individuelle atleter, hvis de opfylder kriterierne herfor.

# SÅDAN FUNGERER SALLING FONDENES TALENTPROGRAM

## TIL DIG SOM ATLET

Formålet med Salling Fondenes Talentprogram er at understøtte din langsigtede sportslige udvikling. Derfor tager nedenstående proces udgangspunkt i, hvordan du bedst muligt kan udvikle dig til på sigt at være med i kampen om medaljer på internationalt seniorniveau og de muligheder, som Team Danmark tilbyder dig, vil have et klart fokus herpå. Langsigtet udvikling prioriteres fremfor kortsigtede resultater.

Når du som atlet er blevet indplaceret som udviklingsatlet, er du automatisk en del af Salling Fondenes Talentprogram. Du skal herefter oprettes i Team Danmarks system, så vi har mulighed for at tilbyde dig de forskellige services - herunder muligheden for at booke udvalgte forløb igennem Team Danmarks app.



Alle udviklingsatleter har adgang til grundpakken:

- Sportsmedicin og fysioterapi
- Rådgivning i forbindelse med karriere og uddannelse
- Rådgivning om skat og personlig økonomi

Herudover tilbydes du en række ydelser som aftales individuelt:

- Fysisk træning
- Sportspsykologi
- Sportsernæring
- Test
- Individuel økonomisk støtte
- Andet

Du kan læse mere om alle mulighederne længere nede.

## OM DE INDIVIDUELLE YDELSER

For at kunne understøtte din udvikling bedst muligt starter et forløb med at du og dit forbund afklarer, hvilke indsatser der ville kunne understøtte din udvikling bedst muligt. Det kunne f.eks. ske i forbindelse med at I laver en helhedsplan, udviklingsplan eller lign.

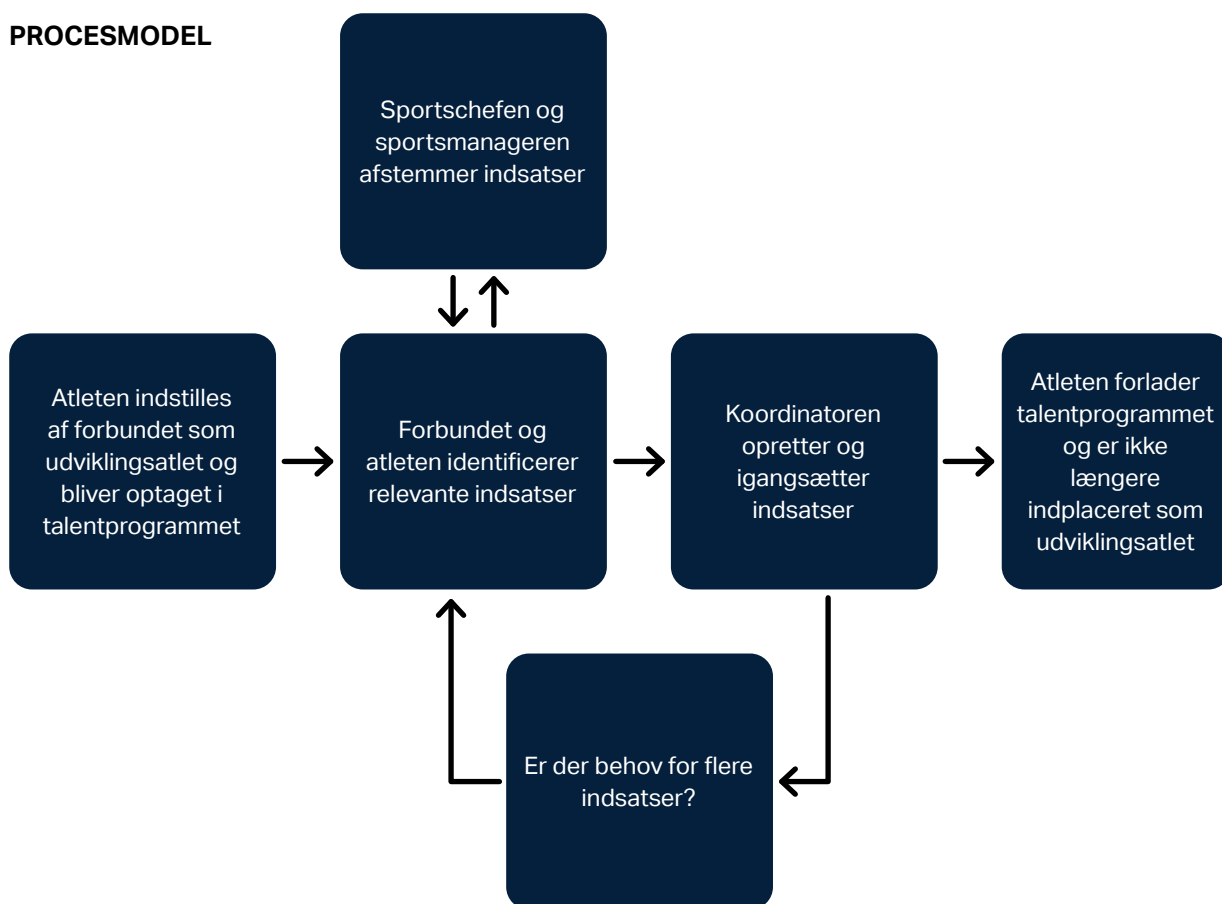
Disse indsatser skal din sportschef gennemgå med den tilknyttede sportsmanager for at sikre bedst mulig sammenhæng i forbundets og Team Danmarks samarbejde.

Herefter opretter talentprogrammets koordinator de aftalte indsatser og sørger for at de igangsættes.

Når indsatserne er aftalt, vil du ofte skulle booke en ekspert. Det foregår enten via Team Danmark app'en eller via koordinatoren. Herefter afvikles forløbet direkte mellem dig og den tilknyttede ekspert(er). Indsatserne vil i nogle tilfælde løftes af Team Danmarks eksperter, og i andre tilfælde vil der blive tilknyttet en ekstern ekspert. Det aftales fra indsats til indsats og koordineres med det allerede eksisterende samarbejde mellem forbundet og Team Danmark.

I nogle tilfælde er det muligt at gennemføre indsatsen via onlinemøder, mens andre indsatser kræver fysisk tilstedeværelse. Når fysisk tilstedeværelse er påkrævet og det ikke er muligt at henlægge indsatsen til Team Danmarks faciliteter i Brøndby og Aarhus, vil det være naturligt at indsatsen

## PROCESMODEL



henlægges til det geografiske område, hvor du bor og/eller træner. I de tilfælde aftales det med Team Danmark, hvilken ekstern ekspert som forestår indsatsen. Det kan f.eks. være nogle af de eksperter som er tilknyttet Team Danmark Elitekommuner. Selvom indsatsen kan henlægges til Team Danmarks faciliteter i Brøndby og Aarhus er det ikke en selvfølge, at indsatsen varetages af en intern Team Danmark-ekspert, da ressourcerne skal prioriteres. I det tilfælde gøres i stedet brug af en ekstern ekspert.

Repræsentanten fra forbundet har ansvaret for at koordinere indsatserne med en evt. klubtræner eller andre relevante personer, mens talentprogrammets koordinator har ansvaret for at den konkrete hjælp/indsats er tilgængelig for atleten.

Du har ansvaret at tage den første kontakt til eksperten (medmindre andet er aftalt), mens eksperten har ansvaret for at planlægge og gennemføre forløbet med dig.

Efter en indsats er afsluttet kan forbundet kontakte koordinatoren for at aftale nye forløb efter ovenstående model. Der kan vælges at fortsætte med et nyt forløb (evt. indenfor et andet område) eller sætte programmet på pause, indtil der igen opstår behov for hjælp fra Team Danmark.

Når du, forbundet og Team Danmark vurderer, at du er igenem transitionen til senioratlet, udskrives du af program-

met og vil som oftest overgå til at blive indplaceret i en af Team Danmarks andre atletkategorier (bruttogruppeatlet, eliteatlet eller verdensklasseatlet).

### TIL DIG SOM FORBUNDSREPRÆSENTANT

I forbundet har I et ansvar for at støtte op om de atleter, som indgår i talentprogrammet. I første omgang er det jer, som peger på de atleter, I mener skal indstilles til programmet. Men det er også forbundet som sammen med atleten og atletens træner identificerer de barrierer og udviklingspotentialer, der ligger foran atleten på atletens rejse mod at blive verdensklasseatlet. De barrierer og udviklingspotentialer er definerende for de indsatser, som talentprogrammet tilbyder atleten.

Disse indsatser skal jeres sportschef gennemgå med den tilknyttede sportsmanager for at sikre bedst mulig sammenhæng i forbundets og Team Danmarks samarbejde.

Herefter opretter talentprogrammets koordinator de aftalte indsatser i masterplanen, så forbundet og Team Danmark har en mulighed for løbende at håndtere og justere indsatserne samt holde overblik over forbundets atlet i Salling Fondenes Talentprogram.

Ligeledes er det forbundets ansvar løbende at følge op på udviklingsatleterne og være initiativtager til evt. nye indsatser.

# — TALENTPROGRAMMETS TILBUD

På de kommende sider introduceres de ekspertområder, som udviklingsatleter i Salling Fondenes Talentprogram kan gøre brug af.

- Fysisk træning
- Sportspsykologi
- Sportsmedicin
- Fysioterapi
- Sportsernæring
- Karriere og uddannelse
- Skat og personlig økonomi
- Individuel økonomisk støtte
- Andet

Team Danmark har eksperter tilknyttet i Idrættens Hus i Brøndby og i Aarhus.

## **FYSISK TRÆNING**

Hvis teamet omkring dig prioriterer indsatsen, kan du få et individuelt træningsforløb, hvor vores eksperter i samarbejde med din træner udarbejder et træningsprogram med specifikke målsætninger. Målsætningerne og omfanget bliver fastsat i forhold til din individuelle plan, og i forhold til hvornår din formkurve skal toppe til vigtige konkurrencer, eller hvordan du bliver klar til at indgå på et nationalt træningscenter.

Vores eksperter analyserer hvilke fysiske kvaliteter, din sportsgren kræver af dig. Det kan også være en mulighed at eksperterne tester dig inden for områder, der er vigtige for din fysiske præstation, ud fra de målsætninger du har. Det kan være at dette vil foregå som en del af landsholdsarbejdet i dit forbund. Testen kan blandt andet være med til at beskrive effekten af dit træningsforløb. Hvilke typer af tests afhænger af dine målsætninger/udviklingsområder.

Arbejdet foregår i tæt samspil med dit specialforbund og Team Danmarks øvrige eksperter, så vi opnår de bedste resultater med dig i fokus – i din daglige træning, til trænings-samlinger, og når det virkelig gælder i konkurrencesituationen. I samarbejde med din træner og dig evaluerer vores eksperter løbende din træning.

## **SPORTSPSYKOLOGI**

Sportspsykologi spiller en afgørende rolle i trænings- og konkurrencesituationer. For at opnå de rette mentale færdigheder til at præstere på højeste internationale niveau, skal du træne dine mentale færdigheder på samme måde, som du træner teknik og fysik. De sportspsykologiske konsulenter kan hjælpe dig med den præstationsfremmende og praktisk anvendelige sportspsykologi. De arbejder med at optimere og træne dine mentale færdigheder, og de fokuserer på din samlede livssituation, så du bliver bedst muligt rustet til livet som atlet. Hvis teamet omkring dig prioriterer indsatsen, kan du få et individuelt forløb med udviklingssamtaler og træning af dine sportspsykologiske færdigheder ud fra dine specifikke behov.

I Team Danmark er vi også opmærksomme på sportens skyggesider. Hvis du oplever problemer på andre fronter end på banen, er det vigtigt, at du kommer til os. Vi arbejder ud fra tanken om "den hele atlet" og har også beredskab og kompetencer til at hjælpe uden for sportsarenaen.

## **SPORTSMEDICIN OG FYSIOTERAPI**

Hvis uheldet er ude, og du bliver skadet, vil de sportsmedicinske eksperter, læge og fysioterapeut, stå klar. Du vil blive undersøgt og diagnosticeret, og de sportsmedicinske eksperter vil sammensætte et individuelt behandlings- og genoptræningsforløb. Målet med forløbet er at fremme din heling, nedsætte din smerte og hævelse, øge din mobilitet og styrke og få dig stærkere igennem skadesforløbet. Du vil blive fulgt i et behandlingsforløb, hvor du også selv tager aktiv del i din genoptræning, indtil du er klar til at vende tilbage til din sport, hvor der bliver lavet klartest.

Sportsklinikkerne i Aarhus og Brøndby samarbejder tæt med Team Danmarks øvrige eksperter for at sikre dig det bedste forløb og det bedste udgangspunkt, når du vender tilbage til sporten.

**FORSIKRING – HVIS DU BLIVER SKADET** Team Danmark har en ulykkesforsikring, som dækker ulykkestilfælde, der rammer Team Danmark-støttede atleter, når de træner i specialforbundsregi støttet af Team Danmark. Forsikringen dækker både i ind- og udland. Kontakt koordinatoren, hvis du er så uheldig at komme ud for en ulykke.



## SPORTSERNÆRING

Dine kostvaner og -indtag har stor indvirkning på din præstationsevne og sundhed. Som atlet udsætter du dagligt din krop for store belastninger, og det er derfor vigtigt, at din krop får mulighed for at gendanne beskadiget muskelvæv og genopbygge energidepoterne efter hver træning.

En passende kost og væske giver dig mange fordele:

- Øger sundhed og mindsker risiko for skader og sygdom
- Fremmer træningsrespons - bedre udbytte af træning
- Sikrer optimal energi til træning og konkurrence
- Hjælper dig med at opnå og fastholde optimal fysik
- Fremmer din oplagthed og koncentration

Hvis du og teamet omkring dig prioriterer indsatsen i forhold til din udvikling, kan du som Team Danmark-talent få et individuelt vejledningsforløb hos en ernæringsfysiolog. Sammen afdækker vi dit træningsprogram, nuværende kostvaner, eventuelle udfordringer og muligheder for optimering.

En stor træningsmængde kræver en stor mængde mad, hvilket kan være udfordrende i dagligdagen og kræver planlægning, struktur, indkøb, forberedelse og madlavning. Dette kan også indgå i vejledningsforløbet.

## KARRIERE OG UDDANNELSE

I Team Danmark hjælper vi dig med at kombinere sport, uddannelse og karriere, så du kan opnå en balanceret hverdag med plads til både elitesport, uddannelse eller erhvervsarbejde.

Som udviklingsatlet i **Salling Fondenes Talentprogram** har du adgang til personlig rådgivning fra Team Danmarks eksperter. Her kan du få støtte til valg og gennemførelse af uddannelse, erhvervskarriere eller anden kompetenceudvikling ved siden af sporten. Hvis du oplever konkrete udfordringer i din uddannelse, er du også velkommen til at kontakte Team Danmarks eksperter.

Vi samarbejder med en række ungdomsuddannelser og videregående uddannelser, som tilbyder fleksible løsninger, der gør det muligt at forene elitesport med uddannelse. Vi kan f.eks. hjælpe med:

- **Planlægning af fleksible studieforløb:** Forlængede eller individuelle studieplaner, der passer til dit sportslige program.
- **Håndtering af fravær:** Flytning af eksamener eller andre løsninger på udfordringer med tilstedeværelseskrav (f.eks. ved laboratorieøvelser) under træningslejr, konkurrencer og mesterskaber.
- **Supplerende undervisning:** Ekstra hjælp til indhentning af faglig viden, hvis du ofte er væk fra undervisningen pga. forbundsaktiviteter.

Team Danmarks hjælp består i vejledning, sparring, udarbejdelse af dokumentation, samt hvis der er behov, også at indgå i dialog med din uddannelse.

Hvis du læser en videregående uddannelse, kan vi også vejlede om muligheder vedrørende Team Danmarks økonomiske støttemuligheder til uddannelse, **Team Danmarks Uddannelsesstøtte (TDU)**.

Ønsker du at kombinere din elitesport med en erhvervskarriere, tilbyder vi sparring og vejledning om dine muligheder. Derudover kan du deltage i vores **atlet-mentorordning**, hvor yngre atleter tilknyttes en erfaren eliteatlet som mentor i et 1-årigt forløb.

## SKAT OG PERSONLIG ØKONOMI

Flere og flere atleter oplever, at deres sportslige indsats ikke står alene – de skal også navigere i emner som personlig økonomi, skat og andre praktiske forhold. Reglerne på området kan ofte føles som en jungle – men heldigvis behøver du ikke stå alene med det. Andre atleter har været igennem det før dig, og der er hjælp at hente.

Team Danmark tilbyder konkret hjælp med disse udfordringer. Ud over at udgive folderen "*Skat og Sport*", tilbyder Team Danmark personlig rådgivning. Her kan du blandt andet få hjælp til sportsregnskab, sponsorindtægter, transport/rejseudgifter og sportspension. Du har mulighed for at booke et møde og få rådgivning, der passer til dine behov.

## INDIVIDUEL ØKONOMISK STØTTE

I helt særlige tilfælde kan du som atlet i Salling Fondenes Talentprogram modtage individuel økonomisk støtte i en begrænset periode, hvis Team Danmark og forbundet vurderer at der foreligger specielle omstændigheder, hvor økonomiske udfordringer har negativ indflydelse på din udvikling som atlet. Tildeling af individuel økonomisk støtte vil altid ske på baggrund af en individuel helhedsvurdering, hvor der skal forelægges klare begrundelser hvorfor økonomisk støtte, er nødvendig for dig.

## ANDEN STØTTE

Hvis du har nogle ekstraordinære behov udover ovenstående, så har du i nogle tilfælde også mulighed for at få støtte til nogle specifikke aktiviteter som understøtter din udvikling mod at blive verdensklasseatlet. Det kan f.eks. være nogle disciplinspecifikke kurser, studieophold i et andet træningsmiljø, deltagelse i et mentorprogram, hjælp til branding/SoMe eller hvis din træner har behov for at udvikle sine kompetencer på områder, som ikke allerede udbydes i den eksisterende uddannelsesstruktur. Eller måske er det noget helt tredje, som lige netop DU har brug for. Tildeling af støtte til sådanne indsatser vil altid ske på baggrund af en individuel helhedsvurdering, hvor der skal forelægges klare begrundelser hvorfor støtten er nødvendig for dig og din udvikling.



**Team Danmark**

Idrættens Hus  
Brøndby Stadion 20  
2605 Brøndby  
[www.teamdanmark.dk](http://www.teamdanmark.dk)