

Sluttrapport



Tilrettelagt idrett – skøyteløp for utviklingshemmede

2015/FB5496



**Trondheim Kortbaneklubb/
Norges Idrettsforbund**



Forord

Dette er en sluttrapport for klubbens prosjekt «Skøyteløp for utviklingshemmede» som har mottatt støtte fra Extrastiftelsen. Det ble søkt om støtte for 3 år, men innvilget for kun ett år. Støtte tildelt for 2015 ble videreført til 2016 og prosjektet ble avsluttet 31.12.2016. Selv om prosjektet og støtten fra Extrastiftelsen avsluttes, så opprettholdes tilbudet vårt videre.

Prosjektleder vil rette en takk til Extrastiftelsen for økonomisk støtte, til styret i Trondheim kortbaneklubb for god støtte og godt arbeid og til trenere som har stått på både sommer og vinter.

Sist men ikke minst rettes en takk til utøvere og foresatte som alltid stiller med godt humør og topp innsats.

Frode Midjo
Prosjektleder
Trondheim kortbaneklubb

Sammendrag

Trondheim kortbaneklubb (TKK) ble stiftet i Trondheim 10.05.2010 og er Norges første rene kortbaneklubb. Klubben har ambisjoner om å etablere Norges sterkeste kortbanemiljø i Trondheim. Dette gjøres gjennom å ha fokus på rekruttering, bredde og toppidrett.

Målsettingen for prosjektet har vært å etablere et fast treningstilbud og et trygt og stimulerende miljø for personer med utviklingshemming i Trondheimsområdet. Innen tre år skal miljøet være «selvdrevet» både økonomisk og i form av trenere/ledere.

De viktigste oppgavene i prosjektet har vært:

- Utforme et egnet tilbud
- Anskaffe nødvendig utstyr
- Rekruttere deltakere/utøvere
- Gjennomføre treninger og andre aktiviteter
- Rekruttere og utdanne ledere og trenere (foreldre og andre)

Prosjektet har nådd sitt mål om å etablere et fast treningstilbud. Vi har hatt fast ukentlig aktivitet både sommer og vinter. Per desember 2016 har vi 9 faste deltakere som alle har deltatt på treninger og stevner. Vi ligger noe bak målsettingen om antall deltakere. Dette skyldes i hovedsak at det har vært mer krevende enn forutsatt å rekruttere deltakere.

Vi anser prosjektet som svært vellykket og tilbudet vårt vil bli videreført og styrket i 2017.

Innhold

1 Bakgrunn for prosjektet	5
2 Prosjektgjennomføring/Metode	6
3 Resultater og resultatvurdering	7
4 Oppsummering/Konklusjon/Videre planer	8

1 Bakgrunn for prosjektet

Trondheim kortbaneklubb (TKK) ble stiftet i Trondheim 10.05.2010 og er Norges første rene kortbaneklubb. Klubben har ambisjoner om å etablere Norges sterkeste kortbanemiljø i Trondheim. Dette gjøres gjennom å ha fokus på rekruttering, bredde og toppidrett.

Klubbens nettside: www.kortbane.no

TKK har en god og ryddig økonomi, et aktivt styre og kvalifiserte instruktører tilpasset dagens aktivitetsnivå i klubben.

Klubben har omtrent 200 medlemmer og 100 aktive løpere, de fleste av disse er barn i alderen 5-12. TKK arrangerer flere årlige stevner, deriblant Trondheim Open som samler de beste løperne i Norge og hvor Special Olympics har deltatt med utøvere med utviklingshemming de siste fire årene.

Vår kontakt med Special Olympics bidro til klubbens ønske om å etablere et liknende tilbud i Trøndelag. Ledelsen i Special Olympics hadde oppfordret oss til å sette i gang og nøkkelpersoner i klubben har et engasjement for saken. Klubbens utfordring har vært å kunne sette av nok ressurser både økonomisk og menneskelig for å kunne dra i gang en satsing for utviklingshemmede.

Vi søkte derfor om midler fra ExtraStiftelsen for å kunne etablere et slikt tilbud.

TKK skulle etablere et fast treningstilbud og et trygt og stimulerende miljø for personer med utviklingshemming i Trondheimsområdet. Innen tre år skulle miljøet være «selvdrevet» både økonomisk og i form av trenere/ledere.

Målgruppen for vårt prosjekt har vært mennesker med utviklingshemming i alderen 12 år +.

Tilbudet om tilrettelagt idrett skulle bestå av minst en ukentlig trening. Treninger skulle foregå på is i Leangen Ishall i perioden september- april og som andre aktiviteter i sommerhalvåret. Treningene skulle gjennomføres med minst en kvalifisert instruktør og med assistenter tilpasset antall og nivå hos utøverne.

Tilbudet vil ha en kapasitet på inntil 20 deltakere. Deltakere skal rekrutteres gjennom kontakt med kommunene (skoler og bofelleskap).

Prosjektet skulle finansiere innkjøp av utstyr (skøyter og beskyttelsesutstyr).

Prosjektet skulle også sørge for utdanning av foreldre og andre som kunne drive aktiviteten etter prosjektperioden.

Det ble søkt om støtte for en treårsperiode. Prosjektet fikk innvilget støtte på kr 230.000 fra Extrastiftelsen for 2015. Støtten ble videreført til 2016.

2 Prosjektgjennomføring/Metode

Prosjektet har vært gjennomført som en del av TKKs ordinære treningstilbud. På lik linje som vi har hatt treningsgrupper for rekrutter, junior, senior og veteraner har vi hatt en gruppe for tilrettelagt. Treningsgruppen har deltatt på stevner og sosiale arrangement sammen med resten av klubbens utøvere. Klubben har rekruttert en fast trener for gruppen og det er etablert en foreldrekontakt for å sikre brukermedvirkning.

Per desember 2016 har vi 9 faste deltakere. Vi har hatt ett frafall grunnet flytting, men ellers har vi hatt en fast gruppe som har vokst sakte, men sikkert. Vi ligger noe bak målsettingen om 15 deltakere. Dette skyldes i hovedsak at det har vært mer krevende å rekruttere deltakere enn forventet. Vi har hatt svært god erfaring med rekruttering via Grenseløs idrettsdag som i 2016 ble arrangert på is.

Opprinnelig målgruppe var personer med utviklingshemming i alderen 12 år +. Vi har også hatt deltakere med annet behov for tilrettelegging (synshemming) og deltakere under 12 år.

Per desember 2016 har vi anskaffet det meste av det utstyret som har vært nødvendig. Vi har måttet anskaffe noe mer utstyr enn forutsatt. Flere av deltakerne har hatt behov for å ha med seg en assistent på isen, så vi har også måttet anskaffe utstyr til disse. Vi har også kjøpt inn skøyter i flere størrelser for å kunne tilby nye deltakere å prøve seg. Vi har også anskaffet en slipemaskin for å kunne modifisere skøytene (skøyter ment for hurtigløp/langbane) til bruk på kortbane.

Vi har også erfart at opprinnelig mål om kapasitet på 20 deltakere med en trener er for ambisiøst. Vi vil derfor påbegynne arbeid med å utdanne flere trenere.

Underveis har vi hatt et samarbeid med Oppegård IL som har et tilsvarende tilbud. Prosjektleder har besøkt Oppegård IL på en av deres treninger og de har besøkt oss på stevner.

Gruppens foreldrekontakt har i perioden deltatt på et kurs i Nederland i regi av Special Olympics.

3 Resultater og resultatvurdering

Fra klubbens perspektiv har prosjektet vært svært vellykket. Vi har fått etablert en treningsgruppe som planlagt. Rekruttert utøvere og trenere, og skapt et godt miljø – både sosialt og treningsmessig. Gruppen bidrar også positivt til miljøet i klubben som helhet.

Vi har hatt ukentlige treninger på is fra september til mars og barmarkstrening i marka i sommerhalvåret.

Deltakerne har hatt en veldig god utvikling på skøyter – også i målbare tider for de som har deltatt på stevner. Oppmøtet har vært godt og vi får høre at deltakerne gleder seg til trening. En fast ukentlig aktivitet slik som vi har hatt antas å ha hatt en positiv og forebyggende effekt for deltakernes helse.

Vi ligger noe bak opprinnelig fremdriftsplan. Målet var å ha 15 deltakere og vi har 9. Det har vært mer krevende enn forutsatt å rekruttere deltakere. Vi tror mange foresatte tror at skøyter er for krevende som aktivitet. Vår erfaring tyder på at terskelen ikke er så stor i praksis. Alle som har deltatt i prosjektet har klart å gå selv uten støtte i løpet av to økter. Også personer med utfordringer med fysisk styrke, balanse og koordinasjon.

Vi vil fortsette vårt gode samarbeid med Norges Idrettsforbund og Grenseløs idrettsdag for å rekruttere deltakere. Vi vil også fortsette å bruke video og annet innhold på sosiale medier for å øke kjennskap til tilbudet vårt.

Vi hadde også undervurdert behovet for utstyr noe. I tillegg til skøyter og beskyttelsesutstyr til deltakere har vi måttet anskaffe utstyr til assistenter og foresatte som kan bistå utøverne på isen. Skøytene som egnet seg for bruk til denne gruppen er opprinnelig ment for hurtigløp/langbane. Radien/buen på stålet er ment for svingene på en 400m bane, mens vi går på en bane som er 111m. Etter hvert som deltakerne begynte å gå fortere ble det derfor behov for å modifisere buen slik at det blir lettere å gå de krappe svingene. Klubben har derfor kjøpt inn en slipemaskin til dette formålet.

Økonomien i prosjektet har vært god i 2015 og 2016. Midlene fra Extrastiftelsen har vært hovedfinansiering og tilstrekkelig for realisering av prosjektet. Tilbudet har så langt vært gratis for utøverne, men fra og med sesongen 2017/2018 vil vi kreve en mindre egenandel for å dekke kostnader til trener og leie av hall. Klubben har økonomi til å drive tilbudet ut sesongen 2016/2017. Vi vil også jobbe for å sikre en forutsigbar og langsiktig finansiering av tilbudet ved hjelp av sponsorer.

Prosjektet og de praktiske erfaringer vi har gjort kan være nyttige for andre klubber som ønsker å starte tilsvarende aktivitet. Skøytemiljøet i Norge er oversiktlig, vårt prosjekt er godt kjent av andre klubber og av styret i Norges Skøyteforbund. Interesserte personer kan derfor lett finne oss og ta kontakt for å få en gjennomgang av prosjektet.

4 Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Tilbudet som ble opprettet gjennom prosjektet skal videreføres og styrkes etter utløpet av prosjektperioden. Klubben opprettholder målet om å oppnå en kapasitet på 20 deltakere.

Tilbudet drives videre innenfor rammen av klubbens ordinære treningstilbud.

Hovedfokus vil være på å fortsette rekruttering av deltakere, styrke og øke trenerressursene og sikre et langsiktig økonomisk fundament.

Videreutvikling av tilbudet vil skje i samarbeid med klubbens styre og gruppens foreldrekontakt.