

INFORMASJONSSKRIV

Melhus vgs ønsker med dette skrivet å informere utøvere og klubber om skolens sykkeltilbud. Både for landevei og terreng, jenter og gutter.

Skolens tilbud:

Melhus vgs. har siden 2008 hatt tilbudet toppidrett sykkel. Fra og med skoleåret 2009 har vi også hatt status som spisset toppidrett. Dette er et samarbeid mellom skolen, fylkeskommunen og Olympiatoppen, og skal bidra til at utøverne ved skolen skal få optimale forhold for å utvikle seg.

Skolens målsetting er at syklisterne gjennom et 4-årig skoleløp skal få muligheten til å kombinere skole med full satsting på sykkel.

I de siste årene har flesteparten av syklisterne satset på landevei, og dermed har tilbudet også først og fremst vært rettet mot landevei. Vi ønsker fra skoleåret 2021-2022 å gi et tilsvarende tilbud til terrengsyklistere. I områdene rundt skolen er det ypperlige treningsforhold for både landevei og terreng. I sesong benyttes stort sett alle treningsøktene til spesifikk trening på sykkel, men på vinterstid benyttes ski, ballspill, løping osv. som treningsform. Skolen er også hver vinter på 14 dagers treningsamling i Spania.



Skolens fokusområder:

- Skolen ønsker å legge forholdene til rette slik at elevene skal få best mulig forutsetninger for å prestere/utvikle seg. For å få til dette mener vi de viktigste oppgavene til skolen blir å sørge for:
 - Et godt miljø/klima i treningsgruppa, der gode treningsrutiner og et godt fellesskap er viktig.
 - En optimal timeplan som gjør det mulig å kombinere skole med trening. Det legges stort sett opp til treninger på dagtid hver dag. 12 skoletimer hver uke kan disponeres til fellestreninger.
 - Godt samarbeid med skole/ klubb/ sykkelregion og Olympiatoppen.

Toppidrett Sykkel Melhus vgs

Skolens elever og trenere:

Ved inntak til skolen vil det bli sett både på karakterer og sportslige resultater og prestasjoner. Selv om ambisjonene og ferdighetene til utøverne her er ulike så har vi hvert år utøvere som hevder seg helt i norgestoppen. Både vinner av NC junior jenter (Anne Dorthe Ysland), og 3.plass NC gutter junior (Eirik Vang Aas) er elever ved skolen. Flere av syklistene som har gått på skolen sykler nå på kontinentallag/profflag. Dette gjelder bla. Idar Andersen, Kristian Aasvold, Andre Sotberg, Sindre Lunke. Selv om disse ikke lenger er elever ved skolen så dukker de likevel opp på en del av skolens fellesøkter.

Trenere ved skolen er Brent Landsem, Lorents Ola Aasvold og Jørn Ryggvik. Dette er et trenerapparat med høy formell utdanning som idrettsfysiologer og mange års erfaring som trenere til utøvere på høyt nasjonalt nivå, både landevei og terreng. Lorents Ola Aasvold er også tidligere syklist på kontinentallaget Sparebanken-sør og 2 x vinner av NC sammenlagt.



Sindre Lunke: Er med og vinner Giro de Italia 2017



Anne Dorthe Ysland: Vinner NM fellesstart 2020

Hospitering høsten 2020:

Skolen vil invitere til hospitering 4.-5. november 2020. Hospiteringen gjelder først og fremst for utøvere født i 2005, men det vil også være muligheter for utøvere født i 2004 og 2006 å bli med. Her vil du få anledning til å trene med skolens sykkелеver og samtidig se og høre om skolens tilbud. Det vil bli en dag med mye trening, informasjon og ikke minst, du får møte eventuelle framtidige klassekamerater og lærere/trenere. Det vil bli sendt ut detaljert program til hver enkelt etter påmelding.

Påmelding til hospitering gjøres innen **21. oktober** til Jørn Ryggvik, e-post: jorry@trondelagfylke.no, mob: 92644810. Oppgi navn, fødselsdato, klubb, e-post, tlf.

Gjerne ta kontakt om det er noe du lurer på angående hospitering eller bare ønsker å høre mer om skolens tilbud.

Med vennlig hilsen Geir Frode Moen (avdelingsleder idrettsfag Melhus videregående skole).