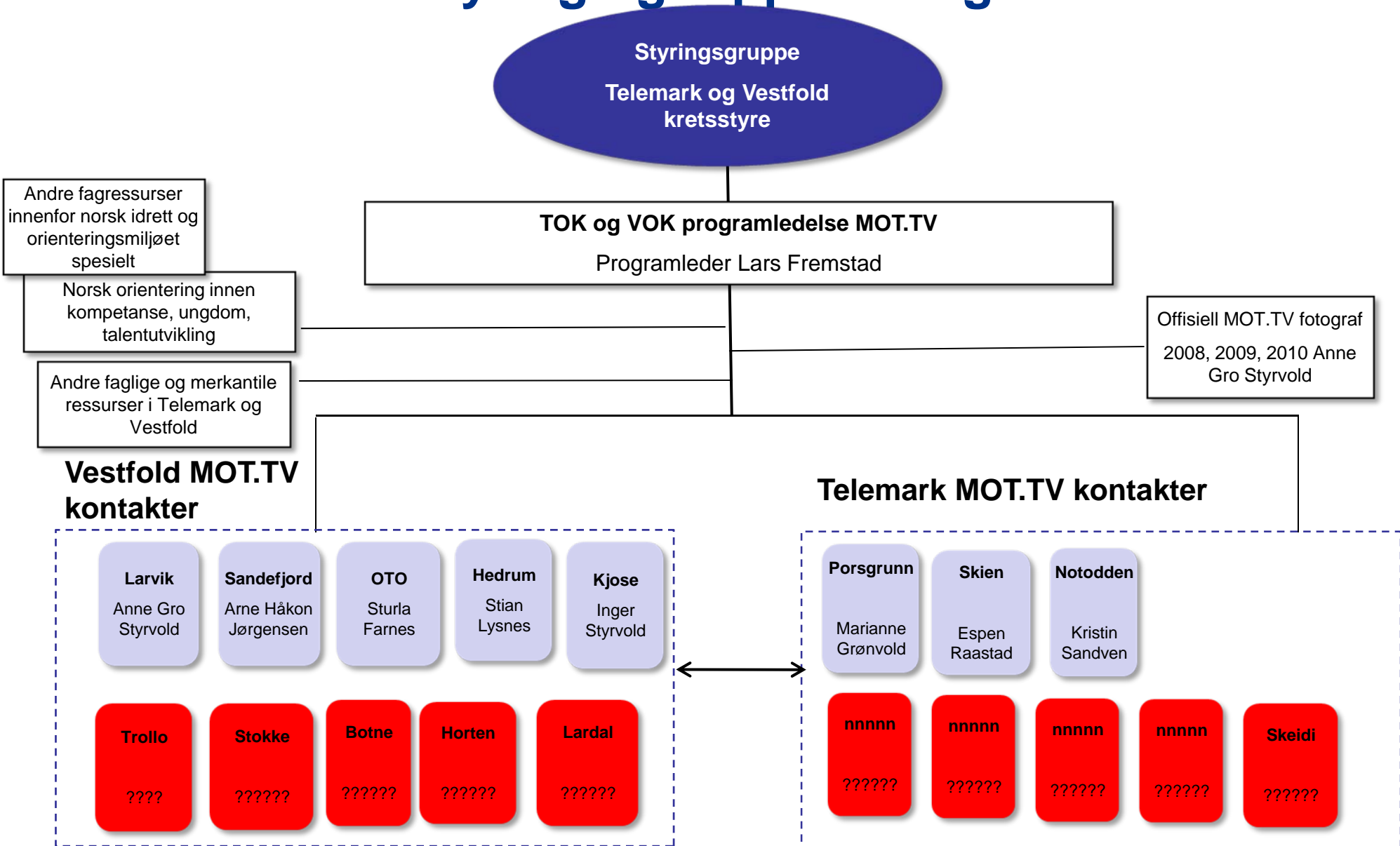


MOT.TV – styring og rapporteringsstruktur



MOT.TV programmet – oppgaver og retningslinjer

1. Programleder er ansvarlig for at det utarbeides MOT.TV – sesongplan. Dette innebærer:
 - Utkast til sesongplan klar senest 15.11 hvert år, alle klubber inviteres via sine MOT.TV kontakter til å delta med ønsker/innsjutt som programledelsen innarbeides i høringsutkastet.
 - Høringsperiode 15.11-1.12, koordineres via **klubbenes MOT.TV kontakter**, dvs utsendelse/tilbakemeldinger.
 - Endelig sesongplan vedtas i MOT.TV samling første helg desember hvert år. Forutsettes forhåndsbehandlet i Vestfold og Telemark kretsstyret.
 - Programledere forankrer utkast/endelig MOT.TV sesongplan i styringsgruppen/kretsstyrene.
 - Programleder samkjører på en fornuftig måte søknader om barne/ungdomsmidler (13-16 år) overfor NOF (normal frist 1.3).
2. Forberedelser/gjennomføring av tiltak (samlinger, turer, gensere, påmeldinger osv.) fordeles på klubbene etter innsjutt/ønsker og skjønsmessig fornuftig arbeidsfordeling i forhold til antall løpere/deltagere.
3. Andre fagressurser involveres som rådgivere/planleggere/utførere etter behov, men disse kan ikke ta beslutninger innenfor MOT.TV programmet.
4. Invitasjoner til samlinger, turer osv. skal normalt være sendt ut senest 4 uker i forkant.
5. Påmeldinger (løpere/ledere) er bindende, og det faktureres (normalt) i etterkant av ansvarlig klubb. Det benyttes non - profitt prinsippet.
6. Løp som inngår i MOT.TV cupen må tilfredsstillende noen minimumskrav, dette gjelder spesielt meldingstjeneste og speaker, publikumsvennlige løyper, variasjon i løpsøvelser innen programmet (sprint, puljestart, jaktstart osv.). Nærmere detaljer utarbeides. Oppfølging direkte med hver arrangørklubb.
7. Det søkes å legge inn teoriøkter på aktuelle samlinger, temaer kan være kosthold og forebygge skader/sykdom, taktikk og mentale forberedelser, løpsanalyser, basisferdigheter.
8. Hver MOT.TV sesong evalueres i oktober hvert år og omforente innsjutt inngår i planleggingen for kommende sesongplan. Det inviteres til evalueringsmøte i regi av programledelsen.
9. Alle klubber har sine utpekte MOT.TV kontakter. Disse er igjen ansvarlig for all informasjonsflyt i egen klubb. Det opprettes en MOT.TV kontaktdatabase. Vedlikeholdes av programledelsen.
10. Hver klubb stiller i utgangspunktet med minimum 1 lagleder på hver samling/tur. Dette er spesielt viktig der overnatting inngår. Det kan gjøres avtale om felles lagleder på tvers av klubbene, og dette må i så fall avklares med arrangørklubb.
11. Arrangørklubb laget er et inkluderende opplegg for ungdommene når det inviteres til samlinger. Dette for å beholde/utvikle det sosiale miljøet i MOT.TV gruppen.

Terrengtester / 3000 m i Norsk orientering

Norsk orientering ønsker å gjennomføre gode terrengtester i landet og at det kan igjen føre til økt interesse for trening og fysisk løpskapasitet. Norsk orientering vil også samle inn lister på gjennomførte 3000 meter tester og lage lister type "topp 20" i klassene 13-16, 17-20 og 21 i begge kjønn.

Hver arrangør tildeles kr 5000 kroner i tilskudd for å arrangerer testen. Det skal gjennomføres to tester årlig for å få penger og man skal jobbe aktivt mot de klubbene man sogner mot for å få de til å stille. Resultater rapporteres til Norsk orientering, og en resultatliste med de beste tidene legges ut på orientering.no

Dette er en støtte til klubbene for å få et felles løft rundt testing av fysiske faktorer i Norsk Orientering. Noe lignende dette har ikke vært prøvd tidligere, eller i alle fall ikke som jeg er kjent med. Det er viktig at klubbene ufarliggjør dette med testing slik at vi får mange deltakere. Jeg skal være varsom med å legge ut resultater med unge utøvere. Jeg vil godkjenne de aktuelle terrengtestene og videre sørge for at det utarbeides lister. Jeg håper klubbene er positive til dette tiltaket og de vil nå få betalt for å gjøre noe de (fleste) allerede gjennomfører. Testene skal gjennomføres i 2 perioder; april-mai og september-oktober. Resultatlistene oppdateres på nett etter hver testperiode.

**Avtalt tidspunkt for terrengtest Vestfold og Telemark er onsdag 5. mai.
Sted: Goksjø – Fevang. I samarbeid med Sandefjord videregående skole.**