

Hej folkens

Aalborg Triathlon Klubs bestyrelse har valgt at kick-starte Konkurrenceholdet for 2010 sæsonen, med et maksimalt deltagerantal på seks personer.

Flere af jer kender Konkurrenceholdet fra de sidste mange år, det startede jo i 2001. Igennem årene har der været lidt små ændringer for hvordan holdet har kørt, men den grundlæggende ide er stadig den samme. Formålet med k-holdet er på sigt at skabe et af de bedste trænings miljøer uden for Dansk Triathlon Forbunds kraftcentre (Århus, Odense og København). Måden vi har valgt at gøre dette på er blandt andet specifikt at støtte nogle udvalgte, talentfulde og engagerede atleter (konkurrenceholdet) der ønsker at gøre lidt ekstra for at forbedre sig. Samtidig skal denne støtte komme resten af klubben til gode ved at træningsmiljøet og kvaliteten af træningen bliver høj. Så for at få det maksimale ud af satsningen skal atleterne også yde noget konkret til klubben. Konkurrenceholdet skal blandt andet yde følgende: fungere som "kørende" hjælpetrænere til klubtræningen i svømning (tirsdag, torsdag) samt et ugentligt løbepas og et ugentligt cykelpas. Det forventes desuden at alle atleterne deltager i fællestræningen i løb en gang om ugen samt i cykling en gang om ugen. Derudover forventes det også at man mindst deltager i to DM stævner (eller højere). Desuden forventes det bl.a. at holdet også vedligeholder blog på hjemmesiden og udarbejder pressemeddelelser fra stævner. Det nøjagtige omfang af ydelser aftales kort efter at holdet er sat.

K-holdet retter sig mod alle der har lyst til at køre konkurrence, uafhængig af distance og konkurrencens form. Det kræver disciplin og klubben forventer engagement i træningen. Den primære ydelse klubben giver konkurrenceholdet er, at atleterne får personlig træningsplanlægning.

Godt træningsmiljø, sammenholdet med de andre, det gode humør og den effektive træning er ord som kort kan beskrive sådan som det gerne skulle være at være på konkurrenceholdet. Derudover skal I være klar over at I kommer til at repræsentere klubben og dermed alle de andre klubmedlemmer når I er ude til stævner. Det betyder selvfølgelig at klubben forventer at man lever op til dette ansvar og er værdige repræsentanter for klubben. Hvis I vil vide mere om hvordan det er at være på konkurrenceholdet, så kan I jo kigge ind på hjemmesiden fra sidste år ([link fra aalborgtri.dk under k-hold](#)).

Man ansøger skriftligt for at komme på konkurrenceholdet. Ansøgningsskema kan findes på hjemmesiden under klubben/k-hold (her kan man desuden se mere om holdet). Ansøgningsfristen er den 28. oktober 2009 og træningsstart er mandag den 2. november 2009.

Jeg håber personligt at få en masse ansøgninger til holdet så hold jer ikke tilbage hvis I har lyst til at deltage på konkurrenceholdet. Hvis man ønsker at vide mere om konkurrenceholdet er man meget velkommen til at kontakte konkurrenceholdstræner Aksel Nielsen eller undertegnede.

Med venlig hilsen

Martin Skjøtt Linneberg (Formand Aalborg Tri)