

Krav og målsetning for regionslaget i Rogaland

Leder for regionslaget: Kai Syver Byberg
Assistent: Anders Wettergreen Gundersen

Krav: De som kan delta på regionslagstreningene er de som er **13 år** og eldre, og har **grønt belte (6-gup)** og høyere.

Regionslagtreningene:

Regionslagtreningene vil bli annonsert av Kai Syver Byberg per mail eller telefon(sms), og i tillegg en mail på facebook fra gruppen "Team Rogaland". Treningene vil i utgangspunktet foregå en gang i måneden, men i månedene før store mesterskap, vil det være i hvert fall to treninger i måneden. Se terminliste.

Treningene kommer til å være konkurranserettet trening. Vi øver på konkurransesituasjonen, går en del mønster og sparring. Poenget med treningen er å gjøre seg kjent med hvordan ting foregår i en konkurranse, bli tryggere på matten, bygge et sosialt sterkt lag, og å ha det gøy!

Lag

Vi ser etter første regionslagtrening om vi klarer å danne lag frem mot NM/LM. Vi tar det derifra.

NB!

Sola-klubben har valgt å gjøre deltakelse på Landsmesterskapet på denne måten: De som ikke har vært med på Landsmesterskapet før og har blått belte, trenger ikke være med på treningene. Jeg vil allikevel anbefale å være med. De som har vært med en gang før, og/eller har rødt belte og høyere, må være med på regionslagtreningene/"Konkurransetreningene". Dette varierer fra klubb til klubb. Sola har valgt å gjøre det sånn, fordi man skal være forberedt under et så stort stevne. Når man deltar her for første gang, er det viktigste erfaringene. (Hør evt. med din klubb). Jeg vil anbefale å være med på treningene!

Fritreninger: vil bli annonsert av Anders Wettergreen Gundersen på facebook. (Har man ikke facebook kan man sende en melding/E-mail til Kai Syver eller Anders – Vi kan sende beskjed vi sms, helst e-mail.

Mesterskap for regionslaget:

For høsten 2010 er foreløpig plan:

24. oktober	Rogalandscup
29.-31. oktober	Norgesmesterskap/Landsmesterskap
06. november	Vestlandscup

(Internasjonale mesterskap 2011 kommer jeg tilbake til).

Rogalandscup: Alle som har lyst til å delta og være med på Internasjonale mesterskap MÅ delta på Rogalandscup. (Skal også være på de aller fleste regionslagtreningene). De som skal være med på LM/NM må også delta her.

Norgesmesterskap/Landsmesterskap: Påmelding foregår i den klubben man tilhører. Stiller vi med lag, er det regionslagleder sin oppgave å melde på laget. (Regionen deler på coacher

under NM/LM ved coaching-problemer), men alle klubber bør kunne stille opp med coach. Reise og overnatting foregår også individuelt.

Vestlandscup: Planen er å delta på Vestlandscup i november. Jeg kommer tilbake til dette fordi det blir litt vanskelig med transport da det blir arrangert på Voss.

Internasjonale mesterskap:

Planen er ett internasjonalt mesterskap i løpet av våren 2011. Dette kommer jeg tilbake til når jeg vet hva de andre regionslagene har bestemt seg for. Her vil det bli valgt utøvere av regionsleder, og utøverne blir godkjent av sabumnim Omid Hassanipour (hovedinstruktør).

Med vennlig hilsen

Kai Syver Byberg

Leder for regionslaget i Rogaland

E-mail: kai@selvforsvar.net

Tlf: 47 500 986

Terminliste regionslaget i Rogaland

Dato	Aktivitet	Sted
August		
21.	Trening for regionslaget	Stavangerklubbens lokaler
29.	Trening for regionslaget	Stavangerklubbens lokaler
September		
12.	Trening for regionslaget	Stavangerklubbens lokaler
25.*	Trening for regionslaget	Stavangerklubbens lokaler
26.**	Trening for regionslaget	Stavangerklubbens lokaler
Oktober		
16. eller 17.	Trening for regionslaget	Stavangerklubbens lokaler
24.	Rogalandscup (obligatorisk for LM/NM)	Hundvåghallen
29.-31.	Landsmesterskap/Norgesmesterskap	Ålesund
November		
6.	Vestlandscup	Voss
26.-28.	Internasjonalt Instruktørkurs IIC	Trondheim
Desember		
Evt.	Romjultrening	

* Denne treningen utgår mest sannsynlig.

** Denne helgen er det også Nasjonalt instruktør C-kurs på Grannes
Det vil si gyldig grunn til å ikke være med på regionstreningen.
treningen vil bli på et senere tidspunkt denne helgen.