



Levanger Judoklubb
Postboks 229
7601 Levanger
www.levangerjudoklubb.org

SATSINGSGRUPPE FOR KONKURRANSEUTØVERE

I. HENSIKT

Den overordnede hensikten med satsningsgruppa er å skape et godt miljø for konkurranseutøvere i LJK.

- legge til rette for personlig utvikling (teknisk – taktisk)
- lage et forpliktende fellesskap
- gjøre hverandre gode
- gi best mulig økonomiske vilkår

II. KRAV TIL UTØVEREN

1. Deltar på alle treninger. Varsler hovedtrener Alf B. Rostad dersom man ikke kan møte på trening.
2. Fører treningsdagbok for judo- og grunntrening.
3. Deltar på tester.
4. Medlemskontingent betales etter gjeldende regler.
5. Utfører dugnadsarbeid for inntil 2000 kr per sesong.

III. KRAV TIL KLUBBEN

1. Utarbeider treningsplan for satsningsgruppa.
2. Legger treningsforholdene til rette for judo og grunntrening.
3. Dekker deltakelse på stevner etter nærmere angitt avtalte.

IV. UTØVERENS MÅLSETTING

1. Målsetting sesongen 2003-2004:
2. Langsiktig målsetting:
3. Stevner du vil delta på sesongen 2003-2004:

V. TILTAK FOR Å NÅ MÅLENE

1. Viktigste tiltak for judo:
2. Viktigste tiltak for grunntrening:
3. Annet:

Levanger, 13.08.2003

Utøver

For styret i LJK