



SPECIAL OLYMPICS WORLD SUMMER GAMES 2023 – BERLIN

Norges Svømmeforbund har deltatt med utøvere i SOWSG og Europeiske leker siden 1980-tallet. Det er derfor mye erfaring å ta med seg – noe som er svært nyttig i planlegging av SOWSG i Berlin i 2023.

Bakgrunnen for det kriterier og retningslinjer som er gitt, er at hver enkelt deltaker og troppen som helhet skal få best mulig opplevelser både sportslig og sosialt. NSF gjennom trener og leder skal på best mulig måte kunne legge til rette for å ta vare på utøvere og troppen, men dette stiller også krav til den enkelte utøver.

Retningslinjer under er satt opp ut fra hva som var gjeldende for SOWSG i 2019, samt at det er tatt hensyn til erfaringer derfra. Norsk idrett og Norges Svømmeforbund vil komme med endelige retningslinjer når disse foreligger.

Svømmetroppen skal bestå av 2 jenter og 2 gutter, samt at det vil bli tatt ut 2 reserver (1+1).

RETNINGSLINJER NSF pr 20. januar 2022 - sportslige

- Utøver må være med i klubb tilknyttet NSF
 - Det er NSF som tar ut og sender tropp til SOWSG og utøvere representerer Norge og NSF.
- Utøver må ha gyldig lisens, trene fast (ukentlig) og være med på approberte stevner
 - Utøver må være vant til å være med på stevner på ulike steder og med dette kunne takle nye og ukjente plasser
- Utøver må være kjent med svømmereglene og må bli fulgt opp av trener i klubben
 - Utøver må kjenne til svømmereglene, da det er disse som brukes i SOWSG. Utøvere som ikke svømmer i henhold til reglene i SOWSG blir disket – altså må en være godt kjent med reglene og vant til å være med på stevner der disse benyttes.
- Utøver må være med på felles aktiviteter i regi av NSF som del av forberedelsene til SOWSG
 - Man reiser som en tropp og en reiser uten ledsagere. Troppen må derfor bli godt kjent og være forberedt på å reise og bo sammen og nettopp opptre som en tropp. En må altså klare å innordne seg i troppen og respektere og følge de felles regler som gjelder for troppen.
 - En del av det å bli kjent er også å skape et godt og trygt miljø der en stoler på hverandre
- NSF ønsker å prioritere utøvere som satser på svømming som sin idrett
- NSF ønsker å prioritere utøvere som ikke har vært med tidligere, men det vil være en totalvurdering av utøver som avgjør uttaket. Altså kan en søke selv om en har vært med tidligere.



Øvrige krav til utøver

- Den enkelte utøver må selv ha lyst til å reise og ha forståelse for hva det innebærer å være med.
- Må ha erfaring med å reise uten foresatte
 - Det er ikke tillatt med egne ledsagere i SOWSG, kun de to trenere som er med. Utøvere må altså kunne klare seg uten foresatte/ledsagere i hele perioden SOWSG varer.
- Må kunne klare seg selv med tanke på mat, overnatting og hygiene
 - Utøvere må selv kunne klare seg så godt at de ikke behøver hjelp i forbindelse med overnatting, personlig hygiene, mat etc. Trener er nettopp trenere, de er ikke personlige assistenter. Trener vil selvfølgelig passe på og følge opp at utøverne har det bra!
- Må kunne håndtere store folkemengder
 - Tidligere har det vært med opp mot 7000 deltakere – og på åpnings- og avslutningsseremoni vil det være veldig mye mennesker samlet, det er mye lyd, mye venting og uforutsette ting kan skje. Dette må de som er med kunne håndtere.
- Må kunne håndtere uforutsette hendelser
- Må ha språk og helst kunne noe engelsk
 - Det meste av all informasjon når en er på selve verdenslekene vil være på engelsk. Trener og ledere vil hjelpe til med oversettelse og følge opp og passe på utøvere, men med tanke på både konkurransesituasjon og ved uforutsette hendelser, må utøvere kunne forstå og kommunisere noe på engelsk.
 - I selve konkurransesituasjonen blir utøver «overlevert» til frivillige/callrom i god tid før øvelsen skal svømmes og utøver er ikke tilbake hos trener/i troppen igjen før en etter at øvelsen er svømt. Dette kan erfaringsmessig ta opp mot flere timer.
- Anbefalt alder på utøver er innenfor 16-35 år.
- Må kunne fungere godt i ei gruppe og må kunne ta i mot og følge de beskjeder som blir gitt
- Forberedelsesperioden til SOWSG vil være en test på om utøver er klar for og vil mestre å være med på et så stort arrangement og en endelig godkjenning av deltakere til SOWSG vil bli avgjort først når alle utfordringene som ligger i forberedelsesperioden er gjennomført tilfredsstillende.
 - Troppen skal fungere godt, det skal være god stemning, hver enkelt i troppen skal føle trygghet og ha gode opplevelser og alles sikkerhet skal kunne ivaretas på best mulig måte. Om en i løpet av forberedelsesperioden ser at/gjør en vurdering om en utøver ikke vil takle å være med på et SOWSG, vil foresatte og utøver få begrunnelse og god informasjon om denne beslutningen.



Forberedelser til SOWSG i Berlin 2023 (med forbehold om endringer)

- SOWSG ble presentert for trenere på Landsstevnet 20.-21. november.
- Trenere i klubb kan nominere aktuelle utøvere. NB! Her må retningslinjer ligge til grunn. Frist for å sende inn er 31. januar.
- Troppen tas ut tidlig 2022 – med tanke på god tid til forberedelser.
- Troppen skal gjennom samlinger og felles stevner som del av forberedelsene:
 - 2022
 - Felles samling og en konkurranse der de reiser som samlet tropp
 - 2023
 - Minst en felles samling og om mulig et felles stevne
 - SOWSG i Berlin i juni

Tema og forberedelser utøverne skal gjennom

- Om reising og deltakelse på store stevner
- Ernæring /kosthold
- Basistrening
- Konkurransetrening
 - Callroom
 - Innsvømming
 - Start
 - Teknikk

Oppfølging for klubb og til foresatte

- I forbindelse med påmelding til SOWSG er det en flere skjema som må fylles ut og sendes inn. Det forutsettes av den som er ansvarlig for utøver følger opp dette og forholder seg til de frister som gjelder.
- Klubben må sørge for at utøver følges godt opp av trener i daglig trening.
- Både trener og foresatt må gi ærlige opplysninger om utøver, inkludert nødvendige medisinske opplysninger, også selv om dette er personsensitive opplysninger – dette av hensyn til utøver sikkerhet og helse.
- Det må legges til rette for god dialog mellom SO-trenere og utøvers foresatte og trenere
- Klubben må lage en presentasjonsvideo av utøver i forkant av lekene.
- Det skal være EN kontakt pr utøver. Dette kan være foresatt eller trener. Det forutsettes at kontaktpersonen selv følger opp internt i klubb/mot foresatte!!

FORSIKRINGER OG EGENANDELER for utøvere som skal til SOWSG

- Den enkelte utøver må selv ha gyldig reiseforsikring for alle aktiviteter i forkant av SOWSG. Om dette er aktuelt for SOWSG vil bli avklart i løpet av 2022.
- Det må påregnes egenandeler for aktiviteter i forkant av SOWSG.

