

Kompetansehelga 2023

Oslo Stupeklubb 1993-2023
- det vi har gjort de siste 3 årene

Oss



Filip Julius Devor Hovedtrener

Aktiv stuper i 18 år

- Tidligere landslagutøver
- Diverse meritter

Gaute Birkeland Kjellsen Sportslig leder

Bakgrunn fra skihopping ++

- Ingen erfaring fra bassengidrett
- Engasjert frivillig



Litt om Oslo stupeklubb- historie

Etablert i 1993

Hjem på Tøyenbadet

Breddeklubb

Lite konkurrerende klubb



Vårt gamle hjem



NORGES IDRETTSHØGSKOLE



Økonomisk støtte fra krets/kommune



Avgjørende for å videreføre
aktiviteten etter flytting til NIH

Økte treningsavgifter

Pandemi – usikkerhet om videre drift

Reell fare for nedleggelse

Ca. 1 år uten basseng

Mistet alle konkurranseutøvere og med dem viktige frivillige

Ny start for klubben



Fra Breddeklubb til NM-klubb

Ønske om:

Økt aktivitet - bygge miljø og samhold

Utvikle samarbeidet med andre klubber
i regionen

Motivere til konkurransedeltakelse

Flest mulig med fullt program



Stupskolen



Ble et profitt-løp fremfor et utviklingsprogram for stupere

Kursdeltakere kom sjelden fra kurs til «klubb»

Gikk ett eller to kurs for så å hoppe av

Flest mulig med, lengst mulig og på tvers av alder

VGTV – sommer 2022







Samarbeid med Nordre Aker Turnforening



Inkludering og mangfold

Internasjonale samarbeid

Gjestestupere

India- Southampton

Anna- Dublin

Eleanor- Luton

Nazar

6 år gammel flyktning –
stupt hver dag siden
han var 4 år



Nazar – arbeids- og inkluderingsdepartementet



I utgangspunktet en rimelig aktivitet, men...




Ingen lokale konkurransearenaer



Manglerud Bad

Åpnet September 2022



Status før og nå – treningstider

Før

3 timer bassengtid

3 timer landtrening

- Fordelt på aktive og kursdeltakere

Nå

8,5 timer bassengtid

4 timer landtrening



Sportslig utvikling

Mål:

Øke til 250 medlemmer

Mål om å bli beste klubb i NM jr innen 5 år

Klubben skal være representert på landslag



Klubb- og utøverutvikling

Fokus på
konkurransesprogram

Utvikle ferdigheter og
prestasjoner over tid

Ledelse



Utfordrende idrett – både fysisk og mentalt

Hvordan holde fokus

Nye stup

Overvinne sperrer

Begrenset tilbud for stupere

Oslo Stupeklubb klart å utvikle seg til å bli en av de beste stupklubbene i landet.

Må bli større fokus på å utvikle treningsfasiliteter for stup i Oslo, slik at flere talenter kan utvikles



Våre suksesskriterier:



Treningstid

Inkluderende klubb

Dedikerte trenere

Ildsjeler



Takk for oss



OSIRIS