

## INFORMATION OM VÅRA

# TRÄNINGSGRUPPER I AGILITY

Klubben har tre grupper för tävlingsinriktad agilityträning. Det finns en grupp för klass I-, en för klass II- och en för klass III-ekipage. Träningsgrupperna arrangeras av sektorn för Träning, Utbildning och Fortbildning (TUF).

### Varför?

Huvudsyftet med klubbens träningsgrupper i agility är att alla medlemmar som vill, ska få möjlighet att träna på ett sätt som hjälper dem till goda resultat på tävlingsbanorna.

- Därför är träningsgrupperna inriktade på att erbjuda medlemmar i Stockholmsavdelningen och Stockholms Hundungdom tillfälle till regelbunden tävlingslik banträning. Träning på enskilda hinder och kombinationer går enklare att genomföra på egen hand eller i mindre grupp. Att bygga en agilitybana är däremot tidskrävande och kan vara fysiskt svårt att klara för en eller ett fåtal personer. I träningsgrupperna bygger deltagarna gemensamt en bana och tränar sedan på denna. Tack vare detta får gruppmedlemmarna på ett lättillgängligt sätt möjlighet att regelbundet banträna, vilket är ett viktigt syfte med grupperna.
- Att forma grupper som under en längre tid träffas kontinuerligt och tränar tillsammans ger också deltagarna tillfälle att hjälpa varandra att utvecklas vidare i träningen. Ett syfte är just att skapa engagemang i varandras träning och på så sätt bidra till att stimulera deltagarnas utveckling som agilityförare.
- För tävlingsintresserade ger grupperna en möjlighet till fortsatt lärande efter kurserna i den grundläggande agilityutbildningen vid klubben. Människor lär sig agility på olika sätt. En del lär sig bäst genom att se hur andra gör. Andra genom att pröva sig fram praktiskt. Några lär sig mycket genom diskussioner med träningskamrater. I träningsgrupperna möts vi som jämlikar och alla sätt att lära sig respekteras. Den som har behov av att diskutera kan finna likasinnade att fortsätta diskutera med, på och utanför träningsgruppstid. Den som vill pröva sig fram praktiskt kan få nya infallsvinklar genom sina träningskamrater. Och den som vill lära sig genom att titta på andra har gott om duktiga ekipage att se och lära av. Den som lär sig bäst i "sin egen bubbla" har givetvis också rätt till det. Denne kan ha glädje av att få hjälp med banbygget. Träningsgrupperna erbjuder något för alla.

### Hur?

Var och en av grupperna har en TG-ansvarig som har en samordnande roll och dessutom är förbindelseänk mellan gruppen och TUF. Den ansvariga ordnar en kick-off för gruppen i början av varje år och skriver och skickar ut deltagarlista och träningschema. Den TG-ansvariga är ledare för gruppen men deltar samtidigt med egen hund.

På kick-offen berättar de som vill vad de har för mål med sin träning under året och vilka särskilda behov ekipaget har. TG-ansvarig bör också ta reda på om det finns behov av träningskvällar med någon speciell inriktning eller om gruppen har andra önskemål. Samordning av aktiviteter sker genom TUF:s TG-ansvarig.

Varje träningsgång har någon av deltagarna ansvar för att ta med sig en banskiss. Ansvarsgångerna framgår av gruppens schema. Gruppen bygger banan tillsammans under den ansvarigas ledning. I regel tränar sedan en storleksgrupp i taget. Varje ekipage tränar tre pass på banan. Grundtanken är att man kör ett varv eller motsvarande per pass och tränar i sammanlagt max 15 minuter. Ibland behöver något ekipage mer tid än andra för att lösa någon del av banan och utrymme för detta finns. Den som är ansvarig för träningstillfället håller ett öga på att det finns en rimlighet i den träningstid som varje ekipage förbrukar.

När man inte tränar själv på banan eller värmer upp eller varvar ned med sin hund, följer man övriga deltagares träning. På så sätt kan den som vill ofta få hjälp och stöd i träningen av träningskamrater.

Före varje storleksgrupps träning är det tio minuters paus för uppvärmning, samt nedvarvning för föregående grupp. Om någon vill värma upp under längre tid än tio minuter, ordnar deltagarna i samråd detta. Ibland kan det vara praktiskt att dela in en storleksgrupp i två mindre.

Löptikar är välkomna att delta sist i gruppen.

Om träningen inte är klar kl 21 och man inte har möjlighet att stanna tills alla kört klart, åker man hem.

### Några regler

- Om du vet att du har förhinder, anmäl det **senast en vecka i förväg** till ansvarig för den aktuella träningsgången.
- Vid akuta förhinder – anmäl snarast till ansvarig för träningsgången.
- Om du själv är **ansvarig** enligt schemat, men får förhinder:
  1. Hitta en ersättare.
  2. Meddela detta på Agilityavdelningen.
  3. Vidarebefordra de meddelanden du får till din ersättare.
- Anmäl ev. förhinder till kick-off och avslutning på samma sätt som till träningstillfällena.
- Anmäl **INTE** förhinder på Agilityavdelningen (om du inte är ansvarig för träningsgången).
- Kom i tid. Räkna inte med att du kan vara med om du inte deltar i banbygget.
- Gruppträningarna är ingen kurs och alla är med på lika villkor. Vi kan inte förvänta oss att någon ska fungera som instruktör. Vi måste alla vara beredda att hjälpa andra med deras träning, om de ber om det. Om det inte är din tur tittar du på ekipaget på banan.
- Vänta med att ge hjälp tills du blir ombedd.
- Din hund ska inte störa andra hundar på banan. Det är ekipaget som känner sig stört som avgör vad som är störande.

- Alla hundar ska vara kopplade vid agilitybanan när de inte kör.
- Håll avstånd till andra hundar bredvid och på banan.
- Anmäl skriftligt till TG-ansvarig om t ex du fått nya kontaktuppgifter eller vill förändra din typ av deltagande i gruppen ( t ex ställa dig som frivillig reserv eller återgå som ordinarie deltagare, se nedan).

### Att tänka på

I träningsgruppen har deltagarna ett gemensamt ansvar för att träningen blir bra för alla. De flesta frågor som kan dyka upp löser gruppen vanligen själv genom att diskutera igenom saken. Sådana diskussioner passar vanligen bäst före eller efter själva träningen eftersom förarna under träningen ska kunna fokusera på sina hundar. Den TG-ansvariga försöker fånga upp frågor som behöver diskuteras och kan vid behov även föra frågor vidare från gruppen till TUF.

### Och till sist...

Vi agilitytävlande är beroende av att det arrangeras agilitytävlingar. När vi tävlar på andra klubbar ställer deras funktionärer upp för oss. När vår klubb drar sitt strå till stacken och arrangerar agilitytävlingar, behöver vi arbeta som funktionärer för att arrangemangen ska fungera. Klubben räknar med att du som deltar i någon av träningsgrupperna i agility ställer upp som funktionär vid tävlingar så ofta du har möjlighet.

För att delta i våra träningsgrupper ska man vara medlem i och tävla för SBK:s Stockholmsavdelning eller Stockholms Hundungdom. "Tvångsuppflyttning" gäller från TG1 till TG2 om plats finns i TG2.

	TG 1	TG 2	TG 3
<b>TUF:s TG-ansvarig</b>	Mija Jansson <a href="mailto:mija.jansson@zoologi.su.se">mija.jansson@zoologi.su.se</a>		
<b>När?</b>	Måndagar, 18.30	Torsdagar, 18.30	Tisdagar, 18.30
<b>Ansvarig</b>	Helena Falk <a href="mailto:helenafalk@bredband.net">helenafalk@bredband.net</a>	Patrik Svenneborg <a href="mailto:patrik_svenneborg@hotmail.com">patrik_svenneborg@hotmail.com</a>	Nina Berggren <a href="mailto:garlics@swipnet.se">garlics@swipnet.se</a>
<b>Krav för deltagande</b>	Genomgått hela vår grundkurs i agility <i>eller</i> ha motsvarande kunskaper. Hunden minst 15 månader gammal.	Tävla lägst klass II i någon gren.	Tävla klass III i bägge grenarna.
<b>MAX antal deltagare/kväll:</b>	12 st	12 stycken "tvåor" (se ovan) och 8 stycken "treor" .	20 stycken om samtliga är ordinarie. Annars 12.
<b>Typ av banor</b>	Klass I	Klass II, Öppen, Lag	Klass III, Lag

Olika kategorier av deltagare:

Platsen tillhör hunden och inte föraren. En hund kan byta förare utan någon administration, men en förare kan inte byta hund utan att köa för platsen.

*Ordinarie deltagare*

Den vanligaste typen av deltagare. Är du ordinarie deltagare förutsätts du komma om du inte lämnar återbud. Om du är borta utan att lämna återbud vid mer än två tillfällen under en termin eller är frånvarande mer än hälften av gångerna blir du reservplacerad (sist på listan) nästa termin.

### *Tillfällig deltagare*

Om du är intresserad av att delta i enstaka träningar kan du kontakta de ansvariga för dessa träningsgångar för att höra om det finns plats.

Tillfällig deltagare behöver inte vara medlem i klubben. Tillfällig deltagare i TG 1 och TG2 ska uppfylla samma meritkrav som ordinarie deltagare, i TG3 räcker det att vara i klass 3 i en av grenarna.

### *Reserv*

När gruppen är full placeras deltagare som anmäler sig till gruppen i kö efter när de anmält sig. Om reserverna vill ha plats på enstaka träningskvällar tar de kontakt med ansvariga. En reserv som inte visar något intresse av att delta i träningen stryks från listan nästföljande termin.

### *Frivillig reserv*

Frivilliga reserver kallas de som av någon anledning avstått från en ordinarie plats, t ex på grund av skada. Dessa anmäler själva när de vill återkomma och har då förtur. I övrigt som reserver ovan.

### Ett praktiskt exempel

Annas Fido är sjuk och kommer tyvärr att vara det en längre period. Anna anmäler sig och Fido som frivilliga reserver till ansvarig för gruppen. Per och Ludde som står först av reserverna på kölistan får Annas och Fidos plats. Fido blir till slut frisk och då ska Anna och Fido ha tillbaka sin plats. Det är inte säkert att det innebär att Per och Ludde blir av med sin utan då tillämpas principen "sist in, först ut". Det är alltså den sista reserven som fått en frivillig reservs plats som åter hamnar (först) på reservlistan.