

## Regelsæt af 20. Maj 2020 for Elitegruppe hos Aarhus Fremad Atletik

---

---

### **Formål**

Formålet med at have en elitetrup i Aarhus Fremad Atletik er at skabe et attraktivt sportsligt udviklingsmiljø for eliteatleterne. Der stiles imod at have repræsentanter i blandt de hurtigste i Danmark. Herved gøres Aarhus Fremad Atletik konkurrencedygtig på nationalt plan. Atleternes resultater forventes at skabe opmærksomhed på Aarhus Fremad Atletik.

Elitesport er forbundet med en lang række udgifter, herunder udstyr, behandling (fysioterapi, massage), kvantitativ evaluering (løbetests, intensitetsmonitorering) samt træningsophold.

For mange atleter kan disse udgifter være så store, at forholdene omkring udøveren ikke bliver optimale.

Aarhus Fremad Atletik vil derfor støtte udviklingen af klubbens eliteatleter ved at bidrage til dækning af disse omkostninger.

Følgende grupper vil kunne modtage støtte ud fra objektive kvalifikationskrav sat af eliteudvalget:

**Boblere:** Denne gruppe af løbere har potentiale til at udvikle sig, og kan derfor modtage støtte primært til hjælp til dækning af udstyr.

**National subelite:** Er man i den nationale subelite deltager man i mesterskabsløb, men forventes ikke at kunne præstere en top 10 placering. Støtte til denne gruppe er primært til hjælp til dækning af udstyr og kvantitativ evaluering.

**National elite:** I den national elite leverer man top 10 præstationer i mesterskabsløb. Støtte til denne gruppe er primært til hjælp til dækning af udstyr, kvantitativ evaluering og behandlinger.

**Nordisk elite:** Dette er højeste niveau i vores elite program. Kravene hertil modsvarer at man kan konkurrere i niveau svarende til nordiske stævner og mesterskaber. Støtte til denne gruppe er primært til hjælp til dækning af udstyr, kvantitativ evaluering, behandlinger og træningsophold samt transport og starter i internationale løb.

Atleterne skal deltage i såvel danmarksmesterskaber samt udvalgte motionsarrangementer, hvor der i sidstnævnte forventes topplaceringer med deraf følgende omtale og opmærksomhed på klubben.

### **Forpligtelser for atleterne**

§1. En løber der optages i elitegruppen skal udarbejde en sæsonplan med udvalgte mesterskabsløb samt motionsløb til eliteudvalget.

§2. Atleten bør hvor muligt bidrage til PR arbejde for klubben (dette kan f.eks. være deltagelse i løb, hjælp til arrangementer, deltage til træning med mere).

§3. Atleten er forpligtet til at besidde og bære reglementeret klubbetøj til konkurrencer og andre arrangementer hvor klubben repræsenteres.

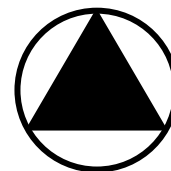
### **Forpligtelser for klubben**

§4. Klubben skal stå til rådighed med kyndig træningsvejledning og tilbyde individuelle træningsplaner, hvori udvalgte stævner og konkurrencer indgår, jf. §1.

§5. Eliteudvalget tilbyder sponsorater baseret på kvalifikationskravene i tabel 1, jf. §7.

Stk. 1. Beløbet til fordeling fastsættes af bestyrelsen årligt.

§6. Klubben betaler deltagergebyrer til udvalgte mesterskabsløb samt motionsløb.



### **Kvalifikation til elitegruppen**

§7. Tabel 1 angiver de aktuelle kvalifikationskrav til optagelse i elitegruppen hos Aarhus Fremad Atletik

Stk. 1. Tabel 1 kan til enhver tid opdateres af eliteudvalget, og det er den på hjemmesiden eller holdsport offentliggjort liste der til enhver tid er gældende.

§8. Atleterne er kun kvalificeret til at være en del af elitegruppen så længe der indenfor de seneste 12 måneder forud for fordelingsdatoen offentliggjort på hjemmesiden (eller udmeldt på holdsport) har leveret et officielt DAF rangliste godkendt eller af eliteudvalget godkendt resultat der opfylder de i tabel 1. eller til tiden gældende og angivne krav, jf. §7, stk 1.

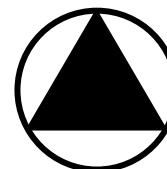
Stk. 1. Særlige præstationer der bibringer klubben mesterskabsrekorder eller på anden vis vurderes promoverende for elitearbejdet kan af eliteudvalget kvalificeres til optag som eliteløber.

Stk. 2. I særlige tilfælde med længerevarende skadesperioder kan eliteudvalget undtagelsesvist dispensere for kravet i §8.

Stk. 3. Atleterne ansøger selv direkte eliteudvalget om optagelse i elitegruppen inden fordelingsdatoen.

Stk. 4. Kvalifikationsresultatet skal være opnået hvor atleten har været medlem af og registreret i løbet som deltagende for Aarhus Fremad Atletik

§9. Atleten kan til enhver tid vælge at fratræde elitegruppen.



### Kvalifikationskrav til optagelse i elitegruppen hos Aarhus Fremad Atletik

- A: Nordisk elite  
 B: National elite  
 C: National subelite  
 D: Bobler

	<b>Kvinder</b>			
	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
100m	11,81	12,47	12,69	13,02
100mH	13,91	14,96	15,30	15,82
200m	24,06	25,46	25,91	26,61
400m	54,55	58,16	59,33	1:01,13
400mH	59,72	1:04,31	1:05,78	1:08,06
800m	2:07,64	2:13,73	2:18,19	2:22,16
1500m	4:22,75	4:36,55	4:46,66	4:55,66
3000m	9:23,07	9:54,78	10:18,00	10:38,67
5000m	16:10,95	17:07,15	17:48,32	18:24,96
10000m	34:07,17	36:09,28	37:38,71	38:58,31
10k	34:28	36:29	37:58	39:17
15k	52:33	55:40	57:57	59:59
20k	1:10:56	1:15:10	1:17:49	1:21:02
Halvmaraton	1:14:58	1:19:27	1:22:44	1:24:24
Marathon	2:40:42	2:49:32	2:54:37	2:59:54

	<b>Mænd</b>			
	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
100m	10,63	10,86	11,30	11,52
110mH	14,37	14,78	15,58	15,97
200m	21,47	21,97	22,95	23,43
400m	47,70	48,81	51,00	52,07
400mH	52,70	54,22	57,22	58,68
800m	1:50,93	1:54,58	1:58,43	2:00,86
1500m	3:48,17	3:56,22	4:04,73	4:10,09
3000m	8:09,71	8:27,69	8:46,69	8:58,67
5000m	14:00,02	14:30,81	15:03,36	15:23,88
10000m	29:28,55	30:39,44	31:54,39	32:41,63
10k	29:34	30:44	31:59	32:46
15k	45:17	47:07	49:04	50:17
20k	1:01:16	1:03:47	1:06:28	1:08:08
Halvmaraton	1:04:48	1:07:29	1:10:25	1:12:06
Marathon	2:19:24	2:25:35	2:32:08	2:36:15