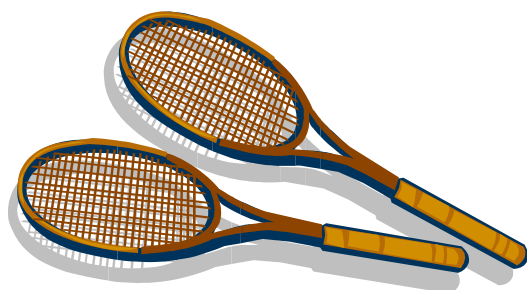




**TENNISREGION**  
ØSTLAND VEST

# Handlingsplan 2024



## Innhold

1	Tennisregion Østland Vests formålsparagraf er .....	3
1.1	Klubber som inngår i Tennisregion Østland Vest .....	3
2	Plan Tennisregion Østland Vest .....	4
2.1	Topptennis .....	4
2.2	Treningssamlinger .....	4
2.3	Tester av fysisk nivå .....	4
2.4	Støtte til deltakelse i turninger .....	4
2.5	Felles opplegg i forbindelse med turneringer/Storbyturnering .....	5
2.6	Turneringer .....	5
2.6.1	Turnering i regionen .....	5
2.6.2	Single spill - konkurransetrening (tidligere Team Bærum) .....	5
2.7	Klubb utvikling/Klubbsamarbeid .....	6
2.8	Administrasjon og organisasjon .....	6
2.8.1	Handlingsplan .....	6
2.8.2	Informasjon og kommunikasjon .....	6
2.8.3	Finansiering .....	6

# 1 Tennisregion Østland Vests formålsparagraf er

Tennisregion Østland Vest vil gjennom sitt virke rettet mot klubbene i regionen arbeide for et bredt tennistilbud med høy kvalitet i Asker, Bærum og Buskerud

## 1.1 Klubber som inngår i Tennisregion Østland Vest

Asker TK, Stabekk TK, Blommenholm og Sandvika TK, Drammen TK, Eiksmarka TK, Holmen TK, Hønefoss TK, Kongsberg TK, Lier TK, Lommedalen TK, Svelvik TK, Mjøndalen TK, Nesøya IL – Tennis, ROS IL, Snarøya TK, Vestfossen TK, Birkebeineren IL og Vestre Bærum TK.

### Postadresse til Tennisregion Østland Vest:

Adresse: Postboks 67, 1334 Rykkinn  
Tlf.: 99 22 75 40

E-postadresse: [post@ostlandvesttennis.no](mailto:post@ostlandvesttennis.no)  
Hjemmeside: [www.ostlandvesttennis.no](http://www.ostlandvesttennis.no)

## 2 Plan Tennisregion Østland Vest

Styret i Tennisregion Østland Vest har valgt følgende hovedsatsningsområder for 2024. Vi har valgt å bruke samme inndeling i dette dokumentet som Norges tennis og paddelforbund (NTPF) har brukt i sin strategi for 2024-2025.

### 2.1 Topptennis

Ansvarlig: regionstrener sammen med arrangørklubb

**Definisjon:**

**Med topptennis på regionsnivå menes konkurransespillere i de aldersbestemte klassene som er de beste og nest beste utøverne i regionen.**

**Mål:**

Utvikle de beste og nest beste utøverne i regionen ved å tilby trening og kompetansetilbud som skal være et supplement til de tilbud som gis av NTPF og klubbene.

### 2.2 Treningssamlinger

Ansvarlig: Regionstrener sammen med arrangørklubb

**Mål:**

Ha tilbud til nest beste turneringsspillere gjennom regionssamlinger.

**Tiltak:**

Regions samlinger avholdes for klassene u 14 år og u 16 år. De skal fortrinnsvis avholdes samtidig som NTPF har samling for bruttotroppen, og i størst mulig grad dekke de samme temaene som på samlingene for bruttotroppen. Uttak til samlingene vil bli basert på rankingen til de enkelte spillerne.

Det vil avholdes sommercamp. Vi planlegger for en samling på 2-3 dager som oppkjøring til regions turneringene utendørs.

Det vil bli avholdt 3 samlinger i 2024.

### 2.3 Tester av fysisk nivå

I forbindelse med de første samlingene i 2024 vil det bli gjennomført tester av fysisk nivå. Vi vil bruke NTPF's bruttotropptestingene sine tester, og det vil rapporteres inn resultater til landslagstrener. Målet er å kunne måle utvikling fra den første testen til den neste testen. Testene vil bli gjennomført på en slik måte at den ville kunne nyttiggjøres i den fysiske treningen som gjennomføres i klubbene til den enkelte spiller.

### 2.4 Støtte til deltakelse i turninger

Regionen ønsker å gi deltakere i U19 støtte til deltakelse i internasjonale turneringer. Det vil bli utarbeidet et opplegg for å kunne søke slik støtte.

## 2.5 Felles opplegg i forbindelse med turneringer/Storbyturnering

### Mål:

Ha tilbud til turneringsspillere gjennom felles opplegg i forbindelse med deltakelse i turneringer i Norge, Sverige eller Danmark.

### Tiltak:

Arrangere to reiser til turneringer eller til spill mot konkurransespillere i annen klubb/region. Det vil bli felles reiseopplegg og deltakelse fra regionstrener eller tilsvarende som følger spillerne opp under turneringene.

Vi vil også sammen med Region Østland Øst arrangere en storbyturnering mot en klubb i Stockholm for de beste 16 åringer. Målet er i 2024 å få til et arrangement i Stockholm og et arrangement i Oslo.

## 2.6 Turneringer

Ansvarlig: Regionsstyret

### 2.6.1 Turnering i regionen

#### Mål:

Være ansvarlig for alle arrangement i regionens regi i 2024. Alle arrangementer gjennomføres på best mulig måte ifølge regler fastsatt av Norges Tennisforbund og Norges Idrettsforbund.

#### Tiltak:

- Organisere Regionsturnering U12 og Regions mesterskap innendørs for junior i klassene U 14, U16 og U19 i januar i samarbeid med Tennisregion Østland Øst. Tilrettelegge for utendørs Regions turnering U12 og Regions mesterskap U14 + U16 og U19 i august/september i regi av en av regionens klubber.
- Tilrettelegge for Regions mesterskap utendørs for seniorer i regi av en av regionens klubber.
- Arrangere regionserie for lag i klassen U12 vår-høst 2024 i samarbeid med Tennisregion Østland Øst. Arrangeres som en helg med innledende puljespill og en helg med sluttspill. I 2024 vil vi forsøke å få til sluttspill for alle lag.
- Arrangere Veteranserie lag innendørs og utendørs 2024

### 2.6.2 Single spill - konkurransetrening (tidligere Team Bærum)

Arrangere singlekamper hvor juniorene i alderen opp til U16 inviteres for å spille single kamper. Når man er kvalifisert for å være med, vil det være påmelding etter prinsippet «om førstemann til mølla». Det vil være 12 spillere som deles opp på 3 baner og spiller single i 2 timer hver gang. Kamper vil bli arrangert hos forskjellige klubber i regionen.

## 2.7 Klubbutvikling/Klubbsamarbeid

- Invitere trenerne og styrene fra klubbene for å høre hva de ønsker fra regionen og sammen skape et større samarbeid mellom klubbene i vår region, slik at det vil bli mere sosialt og bedre tilbud til utøverne.
- I forbindelse med årsmøte inkludere et foredrag for noe som kan være av interesse for klubbene

## 2.8 Administrasjon og organisasjon

### 2.8.1 Handlingsplan

Ansvarlig: Styret sammen med regionssekretær

Handlingsplan for 2024 med budsjett utarbeides av styret før årets ting. Planen skal inneholde de idrettslige tiltak regionen vil legge vekt på dette året. Handlingsplanen fremlegges for Regionstinget for godkjenning.

### 2.8.2 Informasjon og kommunikasjon

Ansvarlig: Regionssekretær

- Utarbeide årsberetning med regnskap om regionens aktiviteter i løpet av året
- Informasjon som skal sendes NTPF: årsberetning, protokoll fra regionstinget.
- Vedlikeholde og forbedre regionens hjemmeside: [www.ostlandvesttennis.no](http://www.ostlandvesttennis.no) og Facebook side, samt opprette en Instagram profil.
- Regionens styre vil delta på regions/klubblederforum og NTPFs ledermøter/ting.
- Vurdere og utvikle bruken av digitale verktøy i tennisregionen

### 2.8.3 Finansiering

Ansvarlig: Styret

Jobbe for økt finansiering av regionens aktiviteter.

**Styret i tennisregion Østlandet Vest**