

Kollenhopp rekrutt etableres

Startet av Carlo Brömel og Marius Huse

For barn i alderen 6-12 år

...eller alle som hopper i K10 og K20

- Splitter nytt anlegg i Midtstulia
- Utstyrsbod med utlån av utstyr
- Instruktør i bakken 3 ganger i uka og åpne treninger



Innledende rekrutteringsarbeid:

- Få barn møtte opp på hver trening
 - Etter ett år:
 - Reduserte fra tre treninger i uka til kun én trening
- > Flere barn pr trening (6-7 stk fast på treninger)
- > Barna ble bedre kjent med hverandre
- > Mer struktur trenings- og rekrutteringsarbeidet





Vippepunktet:

- Sommerhoppeskolen 2016
- 17 deltagere
 - Fokus på å skape godt miljø i gruppa
 - Utfordret barna i gruppeaktiviteter og samarbeidsøvelser både i og utenfor hoppbakken

Barna i gruppa ble veldig gode venner

11 av 17 barn valgte å fortsette med skihopping og meldte seg inn i Kollenhopp Rekrutt

Dette skapte et godt grunnlag for videre oppbygning av Kollenhopp Rekrutt

Kollenhopp rekrutt utvikles videre

2016-2021:

- Medlemstallet stiger jevnt og stabiliserer seg på i overkant av 30 barn i gruppa.
- Faste treninger hver tirsdag
- Gode vennskap knyttes
 - både blant barna og i foreldregruppa
- Hopping sommer- og vintersesong
- Mellomsesong: Innetreninger i gymsal med mye lek og moro
- Mulighet for å være med som hospitanter på KH Ung sin høstsamling

Kollenhopp rekrutt i dag



- Fokus på Kollenhopp som et helhetlig team
- Hver tirsdag = “rock’n roll-dag”
 - Trening alle bakker (K10 – K120):
 - KH Rekrutt – KH Ung – Wang toppidrett
- Skaper trygghet og godt miljø!
 - Barna blir kjent med utøverne og trenerne videre oppover i teamet
 - Barna ser de store hoppe bra på ski og får noen å se opp til
 - Full parkeringsplass og masse foreldre
 - Åpen kiosk

Rekrutteringsarbeid i Midtstulia

- Utstyrsboden
- Sommerhoppskolen
- Barnebursdag
- Andre aktiviteter i anlegget

Utstyrsboden

- Excuse-ski med langrennsbindinger
- Barnehoppski 180-190 cm (normal bredde) med hoppbindinger
- Barnehoppski (150-160 cm) smalere og lettere enn vanlige hoppski
- Hoppstøvler
- Hjelmer



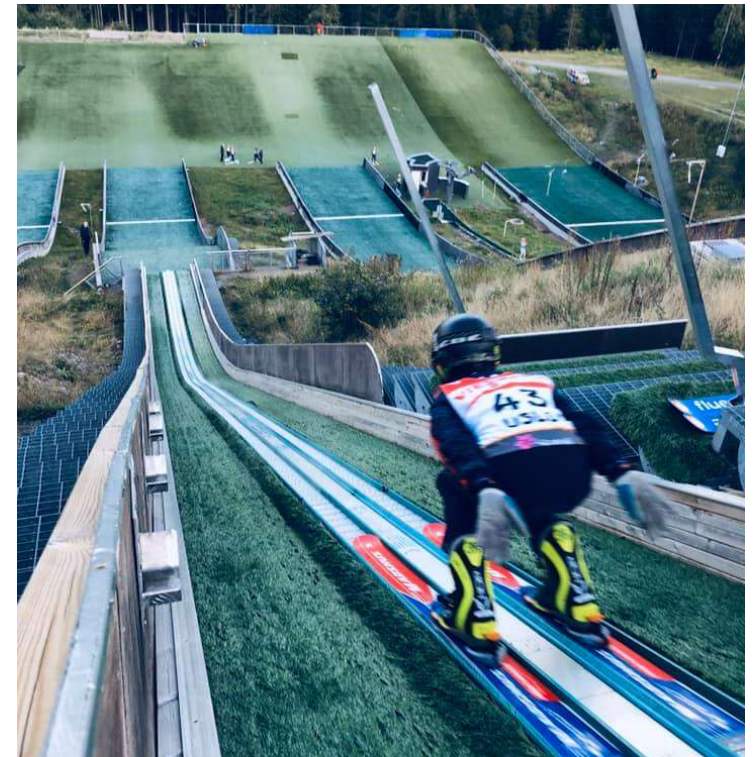
Utstyrsboden

- Oppgradert i 2018
 - Ny og større bod
 - Flere ski
 - Nye støvler
- Oppgraderer ca 1/5 av utstyret årlig



Sommerhoppeskolen

- 6-12 år
- Mandag – fredag
- En uke proppet med skihopping og andre spennende aktiviteter
 - Samarbeid med KNS og Oslo studenters roklubb
- Fokus på å bygge samhold og skape trivsel i gruppa
 - Nye vennskap
 - Mestringsfølelse
 - Utfordringer
 - Skiglede



Sommerhoppeskolen ukeplan

Tidspunkt	Mandag 12.08	Tirsdag 13.08	Onsdag 14.08	Torsdag 15.08	Fredag 16.08
9:00-10:00	OPPMØTE				
10:00 – 12:00	Lek, lagidrett: Bli kjent	Skihopping	Alternative Aktiviteter (mer info kommer)	Oppvarming Lek Miniskileik Skihopping	Aktiviteter, idrett osv.
12:00 – 13:00	Felleslunsj				
13.00 - 14.30	Skihopping	Skihopping	Alternative Aktiviteter (mer info kommer)	Skihopping	Avslutningskonkurranse Start kl 1400 Grilling, musikk og action
15.00 - 16.00	Avslutning				

Sommerhoppskolens utvikling

- 2013-2017:
 - Inntil 20 barn 1 uke
- 2018:
 - Inntil 30 barn 1 uke
- 2019:
 - Inntil 30 barn 2 uker
- 2020:
 - Inntil 30 barn 5 uker





Barnebursdager

- Alle har med egne langrennstøvler og hjelm
- Excuse-ski med langrennsbindinger
- Hopping i 1,5-2 timer
- Mat og presanger etterpå
- Fordel: Barna i gruppa kjenner hverandre godt fra før. Gjør noe morsomt sammen – får lyst til å prøve skihopping igjen SAMMEN



Andre aktiviteter i anlegget

- Aktivitetsdager for skoleklasser
- Aktivitetsdager for langrennsklubber
- Åpen dag ifb med arrangementer i Holmenkollen
- Mini RAW AIR, Septembercup, Telenorkarusellen, Jentes og guttenes holmenkollrenn
- Storsamling (Skiforbundet)
- (Utdrikningslag)



Rekrutteringsarbeid: Erfaringer

- Det tar tid å bygge et stort miljø!
- Søk støtte og offentlige midler til innkjøp av hoppstyr til barn
- Spre ordet og gjør hopptilbudet viden kjent
- Utøvere kan bidra som trenere
 - Inspirasjon for de små
- Mange barn i bakken samtidig er kjempebra – men for mange barn skaper kø

