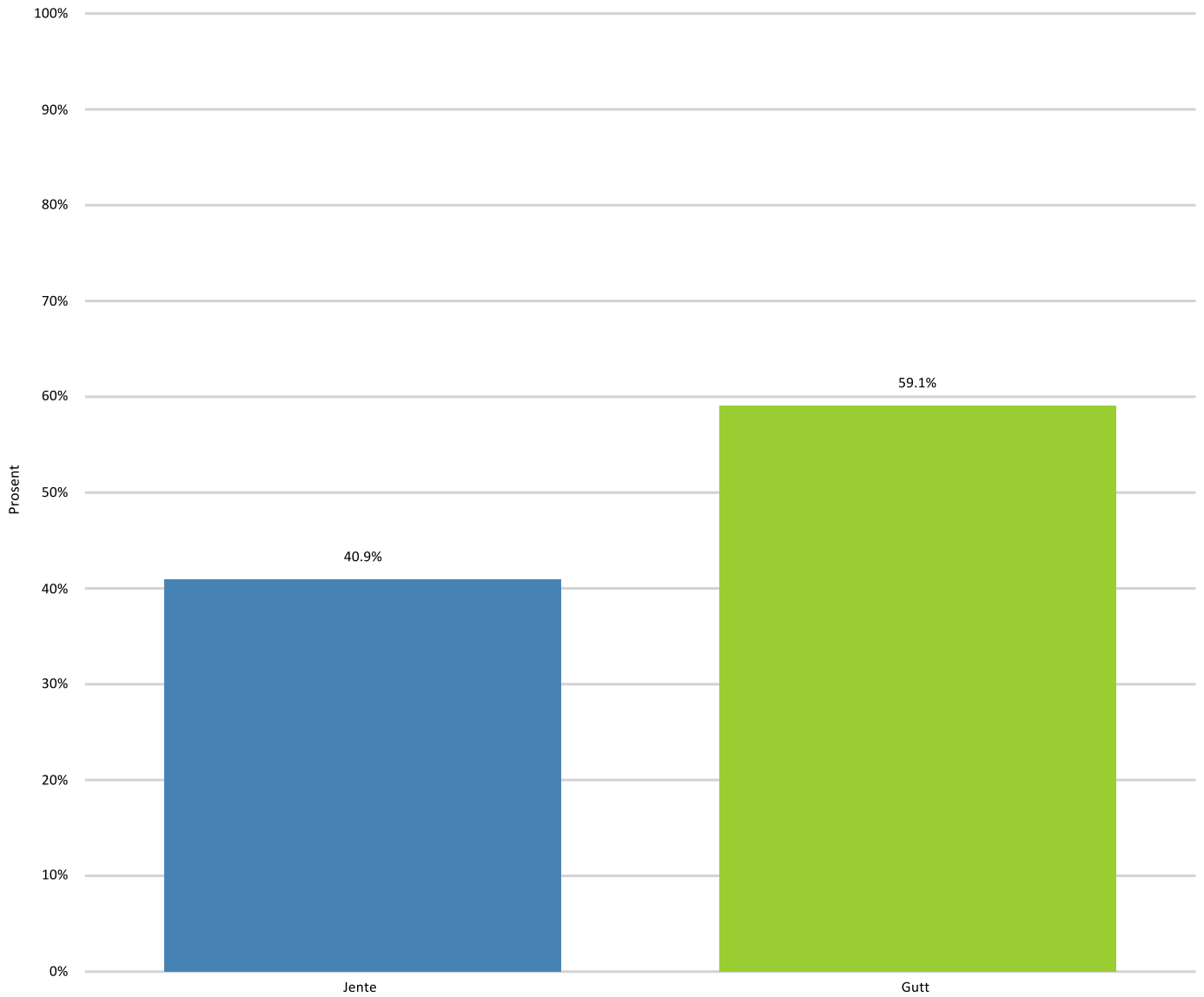


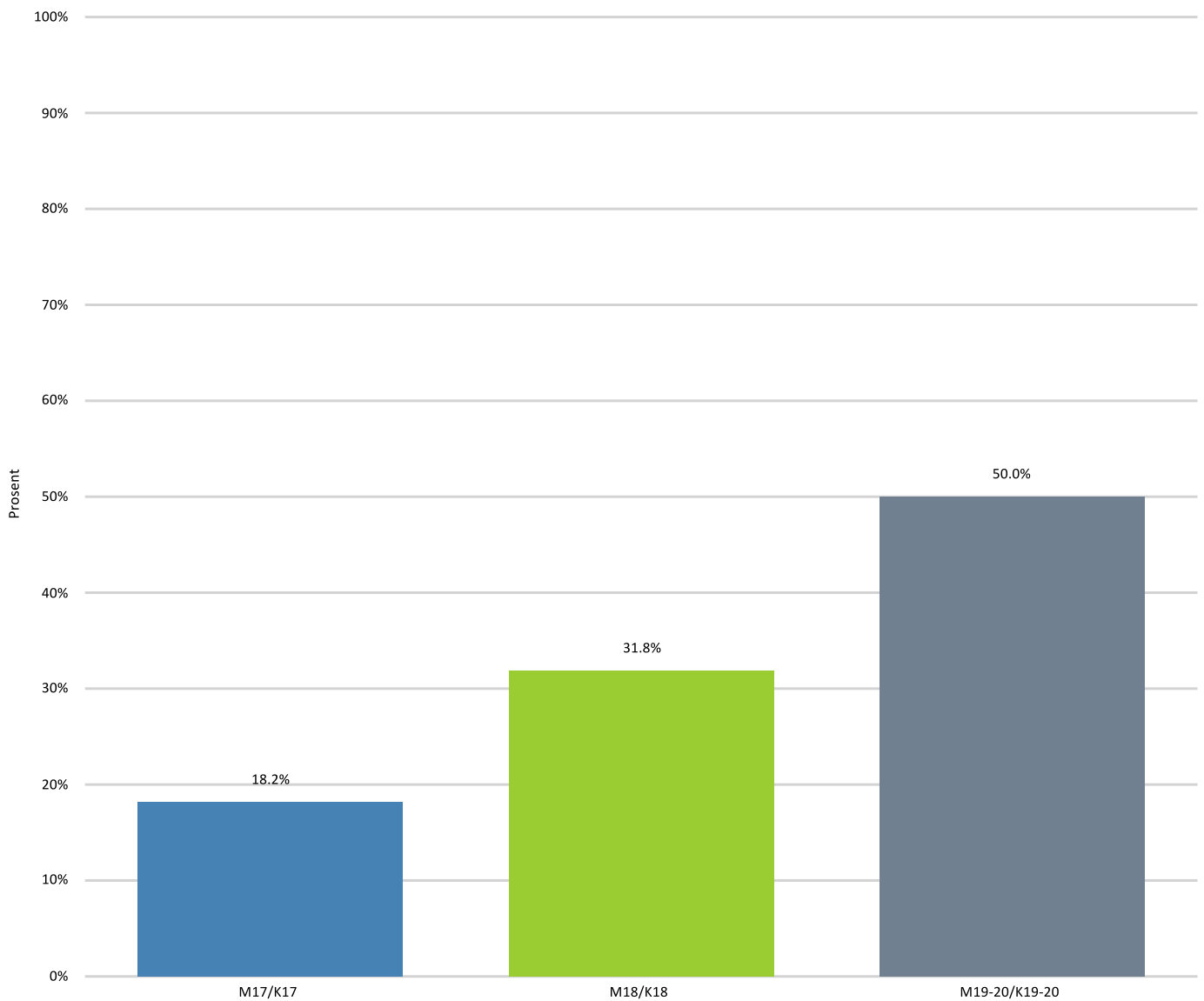
Samlingsopplegg STS 2020

1. Er du gutt eller jente?



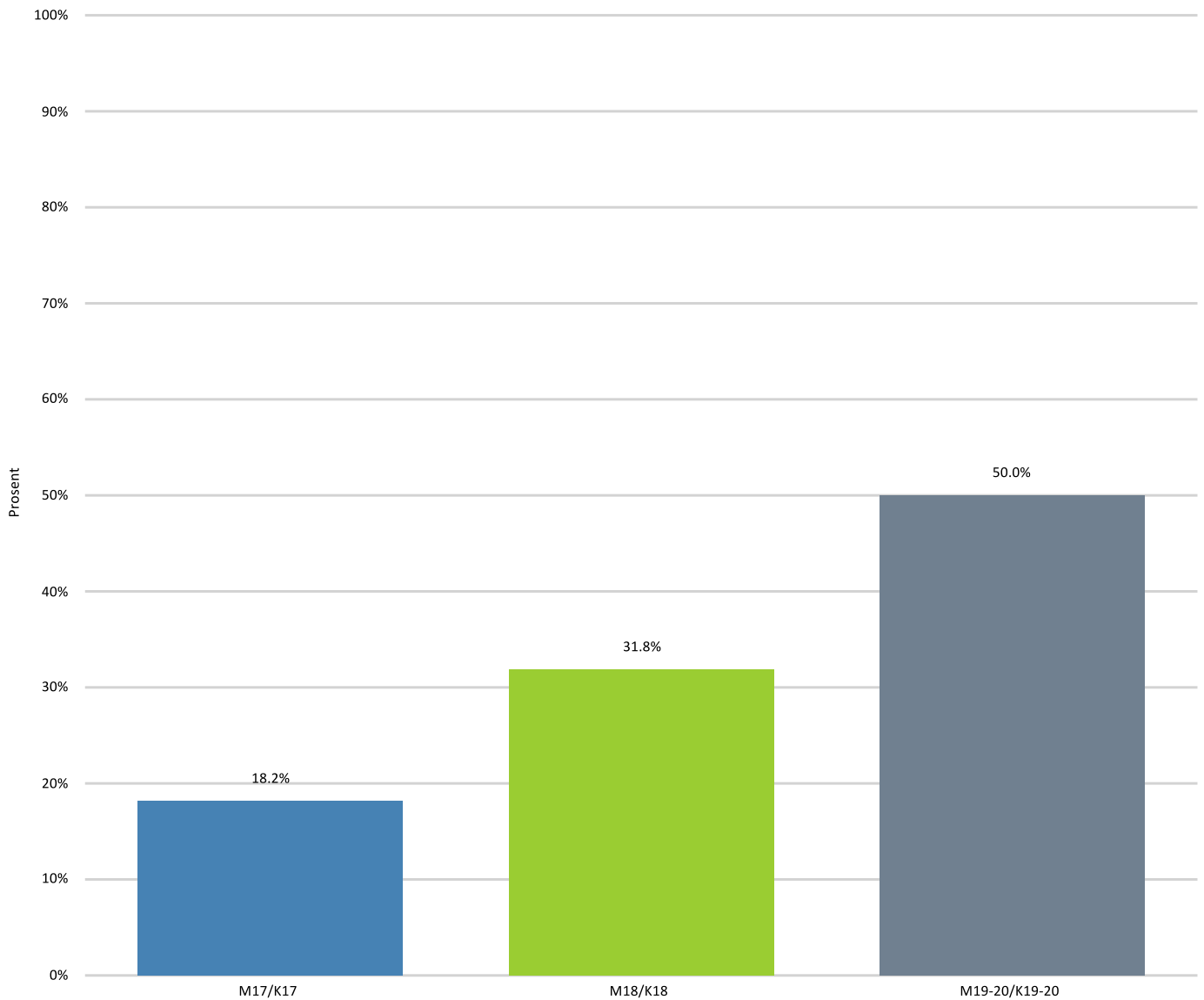
Navn	Prosent
Jente	40,9%
Gutt	59,1%
N	22

2. Hvilken årsklasse skal du konkurrere i kommende sesong?



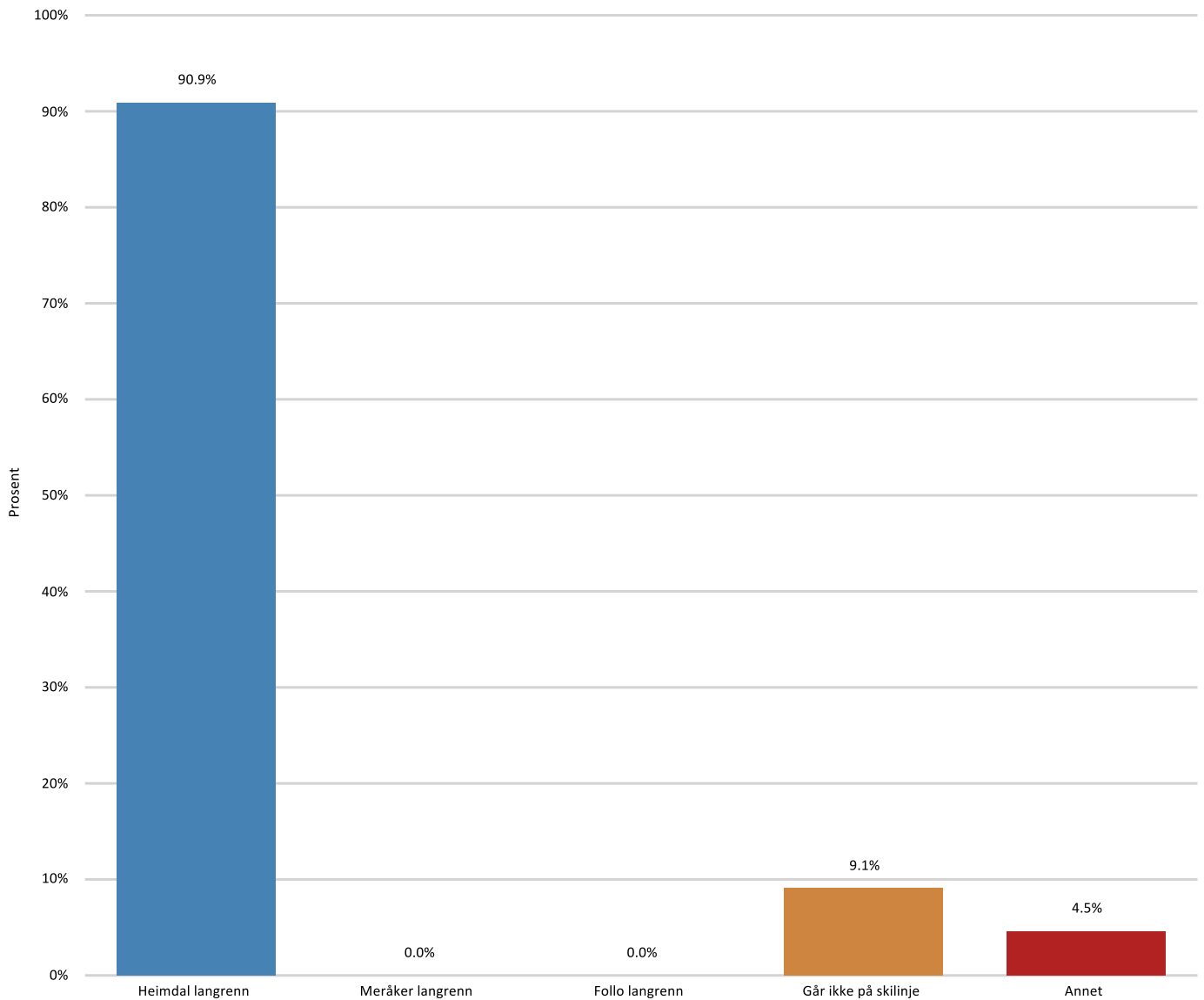
Navn	Prosent
M17/K17	18,2%
M18/K18	31,8%
M19-20/K19-20	50,0%
N	22

3. Hvilken årsklasse skal du konkurrere i kommende sesong?



Navn	Prosent
M17/K17	18,2%
M18/K18	31,8%
M19-20/K19-20	50,0%
N	22

4. Hvilken skole hører du til?



Navn	Prosent
Heimdal langrenn	90,9%
Meråker langrenn	0,0%
Follo langrenn	0,0%
Går ikke på skilinjje	9,1%
Annet	4,5%
N	22

5. Hva har vært bra med samlingene i høst?

Jeg synes at de fleste øktene har vært bra, spesielt bråtestene har blitt gjennomført på en god måte.

Gode treningsøkter og har vært mange trenere på øktene! Greit å trene på forskjellige sider av byen slik at det ikke alltid er i Granåsen og Bymarka, hvertfall når det er snakk om intervaller for da er det fint terreng i Estenstadmarka, men mer variert og bra terreng for langturer i Bymarka.

Det har vært varierte samlinger i høst. Kjipt at det ikke ble noe annet enn hjemmesamlinger, men synes samlingene i Trondheim likevel ble bra. Et stort pluss at det var variasjon i hvem som stilte opp som trenere. Artig å bli trent av unge utøvere som satser/har satset, og som kunne komme med tips og svare på spørsmål.

Kvalitet på treningene. Forsåvidt litt hva man gjør det til selv, men trenerne har hatt planen klar og utført godt.

Ja jeg synes øktene har vært gode og effektive, med de restriksjonene vi har måttet forholde oss til har det blitt godt gjennomført

Gode økter, bra opplegg og bra oppmøte

Variert opplegg og artige økter, det har vært gøy å ha litt forskjellige trenere og trene fra forskjellige steder. Synes at opplegget rundt testrenn og sånt har vært veldig bra.

Ja det har vært veldig bra. Kunne ikke blitt bedre med tanke på korona.

Det har vært mye og bra trening.

Gode treningsøkter, og et opplegg der vi trener mye å bra.

Det som har vært bra er kvaliteten på treningsøktene. Har hatt veldig mange gode økter sammen med resten av utøverne i kretsen.

Ja

Synes treningene og generelt opplegget har vært bra.

Det som var vært bra med samlingene i høst er øktene som har vært varierte og gode, med blant annet testrenn, som er veldig positivt og bra og gjennomføre. Synes det er bra at vi fikk til en samling hjemme tross koronasituasjonen.

Bra med mat og drikke underveis.

Det dom har vært bra er treningsopplegget. Og den gangen vi fikk til noe sosialt, det er viktig

At vi har fått trent.

Bra opplegg, gode treninger

Bra treninger, men det blir ikke det samme med hjemmesamlinger som med savalen og bruks.

Fin treningsplan på de fleste samlingene

Bra at det har vært samlinger ofte.

6. Hva kunne vært bedre?

Kanskje at teknikkjobbingen kunne vært litt bedre noen ganger? Har vært ganske varierende på samlingene

Litt mer informasjon tidligere før økter.

Det som kunne vært bedre med samlingene er det sosiale. På den ene samlingen, i regi av Heimdal VGS ble det gjennomført noen leker på kveldstid. Det var moro, men en slik sammenkomst ble kun arrangert en gang. Et alternativ der man kunne delt opp i mindre grupper, og vært bevisst på koronarestriksjoner tror jeg ville fungert godt. Dette for å bli enda mer kjent på tvers av kullene.

Lite tilrettelagt for de som ikke går på heimdal vgs. F.eks 1. Samlingsøkt på fredag pleier å bli satt i skoletiden, slik at det ikke klaffer for noen andre enn heimdalselevne.

Kommunikasjonen mellom trenerne på heimdal og trenerne fra kretsen.

Samlinger utenfor trondheim

Det som kunne vært bedre har vært om vi har hatt bortesamlinger, slik det pleier å være

Beslutninger tas i plenum istedenfor med noen få for så å legges ut på fb

Skulle ønske det ble lagt opp til mer sosialt i forbindelse med kretssamlingene, slik at det hadde blitt lettere å bli kjent med folk på tvers av kjønn og alder. Den ettermiddagen vi var på Heimdal og hadde leker og spiste pizza var veldig bra, og hvis det ble arrangert flere sånne tror jeg at miljøet ville blitt mye bedre.

At korona ble borte

Må ikke ha noe intensivt hver økt.

Mer krydder etter økter, å mer krydderøkter. Kan være litt fantasifull med hardøktene. Og mer sprinter og testrenn.

Det som kunne ha vært bedre er informasjonen som blir gitt underveis. Det var noen ganger hvor det har blitt endringer i planen, men at den beskjeden har kommet ut veldig seint kvelden før.

Intet

Kunne kanskje vært satt opp litt bedre felles transport og hadd litt mer sosialt, selv om dette har vært vanskelig pga. corona.

Kommer ikke på noe spesielt som kunne ha vært bedre.

Litt mere sosiale ting, skjønner det er vanskelig i denne situasjonen, men føler det er en viktig del

Vanskelig med transport til ulike oppmøtested når man ikke har førerkort og foreldre er på jobb.

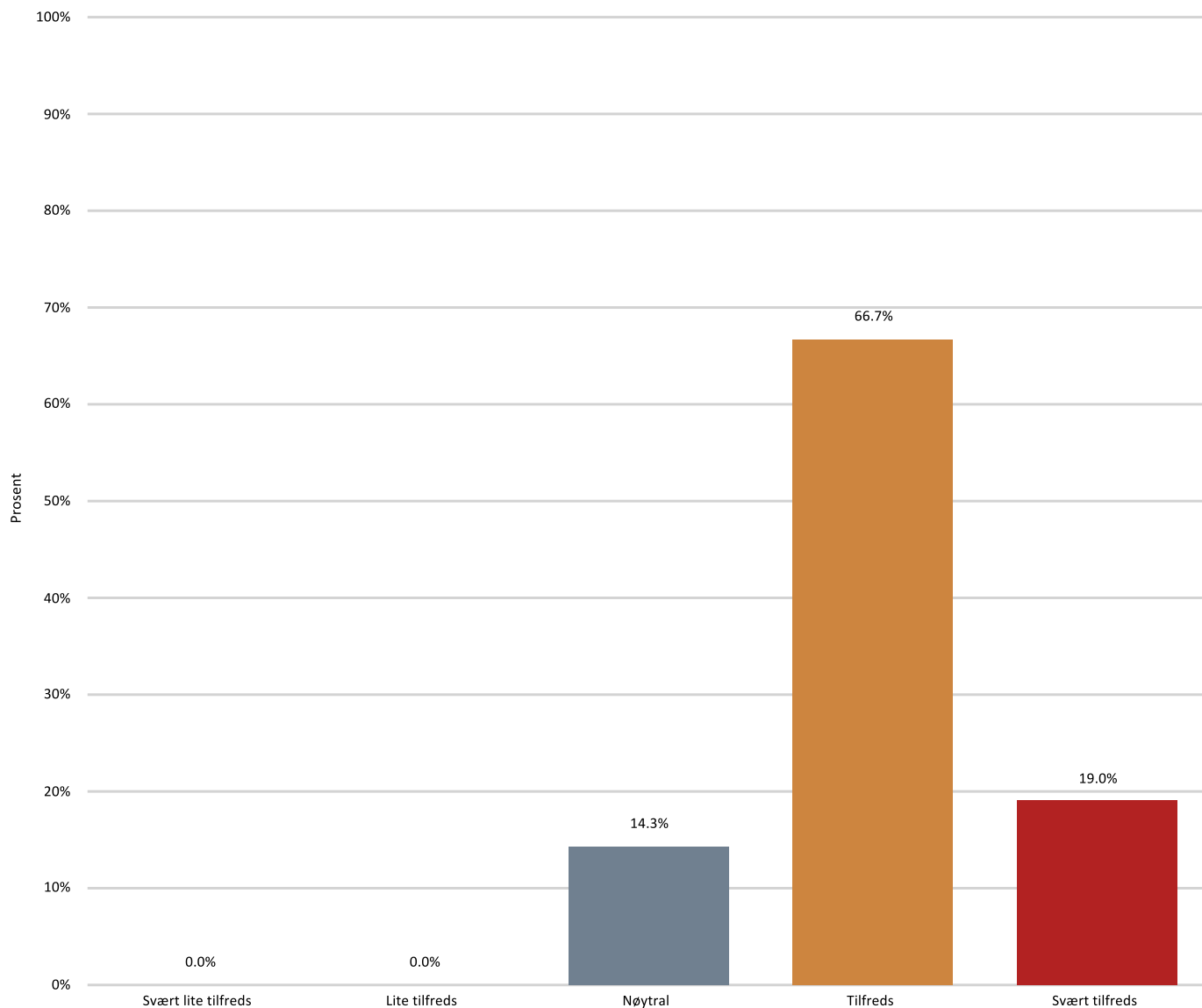
Informasjonen

Legg ut planer enda mer lett tilgjengelig

Synes samlingene har vært overpriset i forhold til hva vi har fått ut av de

Mer mat: smoothie, barer, middager osv

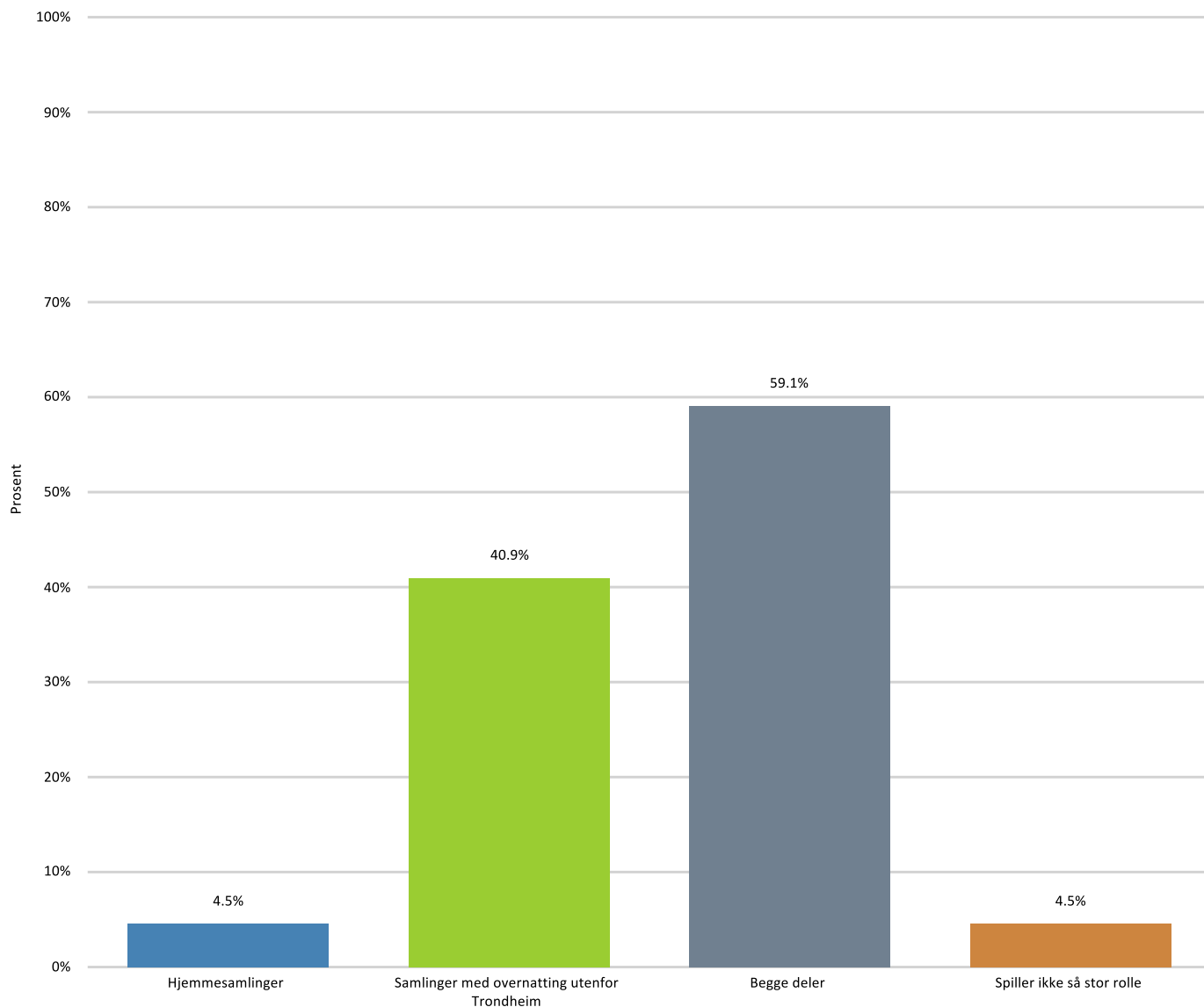
7. Hvor fornøyd er du med samlingsopplegget høst 2020?



Spørsmål	N	Gjennomsnitt	Standardavvik	Median
Hvor fornøyd er du med samlingsopplegget høst 2020?	21	4,05	0,58	4,00

Navn	Prosent
Svært lite tilfreds	0,0%
Lite tilfreds	0,0%
Nøytral	14,3%
Tilfreds	66,7%
Svært tilfreds	19,0%
N	21

8. Hvilke samlinger ønsker du kretsen skal arrangere i fremtiden?



Navn	Prosent
Hjemmesamlinger	4,5%
Samlinger med overnatting utenfor Trondheim	40,9%
Begge deler	59,1%
Spiller ikke så stor rolle	4,5%
N	22

9. Hvordan synes du informasjonen rundt samlingene har vært?

Synes at informasjonen har vært bra, bare husk å legge ut samlingsplanen i god tid før samlinga starter

Synes beskjeder av og til kommer ut litt sent før økta, med tanke på å samsnakking om kjøring og liknende.

Informasjonen rundt samlingene har vært veldig bra. Det har i god tid blitt lagt ut informasjon på Facebook om hva som er planen og eventuelle endringer i forkant av økt.

Ok

Jeg synes informasjonen har vært bra og utfyllende.

Kunne lagt ut mer omfattende for hver økt, eller kanskje legge ut dagsplan

Synes informasjonen har vært bra.

Den har vært bra, men enkelte ganger har informasjon om endringer på økter underveis kommet ut litt seint.

Bra

Ok.

Jeg synes informasjonen har vært litt for dårlig.

I formasjon har vært god, men endel info i siste liten.

Synes informasjonen har vært bra. Har alltid hatt kontroll på hva vi skal gjøre på øktene, så har ikke vært noen problemer rundt det.

Jeg synes informasjonen rundt samlingene har vært bra. Vi får en oversiktlig plan over øktene og hva som skal skje i samlingsukene.

Bra

Ok

Syns ikke informasjonen har vært så bra, samlingsplanene har kommet sent som har gjort at det blir vanskelig å planlegge treningen sin.

Grei

Bra

Veldig bra