STOCKHOLMS ELITUTVECKLINGSMILJÖ

2026/2027

Kärngruppen som har ansökt är i fokus, men distriktets övriga elitlöpare är välkomna att ta del av delar av träningsupplägget.

SVENSK ORIENTERING STOCKHOLMS ELITUTVECKLINGSMILJÖ

Stockholms elitutvecklingsmiljö

Kärngruppen

För dig som har ansökt och kommit överens om en plan med tränaren. Hela paketet: coachning, faciliteter, stöd och alla pass.

PLATSER	**Ca 10**
AVGIFT	**3 000 kr/läsår**

DET HÄR FÅR DU

- Individuell coachning och uppföljning
- Onsdag = gruppdag: orientering med NIU Sollentuna, lunch, ibland möte och möjlighet till ett andra pass
- Helgträningar, långpass eller högkvalitativt pass
- Måndag kväll: intervaller inomhus i Storängshallen med Snättringe SK
- NIU Sollentunas träningar måndag förmiddag (ofta intervaller) och torsdag eftermiddag (ofta backdistans)
- Medicinskt stöd, fysioterapeut och naprapat
- Sollentunahallen med egen passerbricka
- Tekniska förberedelser inför dina viktigaste tävlingar
- Förtur till läger och transporter
- Möjlighet att hyra studentrum i Sollentuna
- Möjlighet till dubbla karriärer på KTH, GIH

DET HÄR FÖRVÄNTAS AV DIG

- Närvaro på majorieteten av onsdagspassen och helgpassen
- Träningsdagbok som delas med tränaren
- Uppföljningssamtal och analys
- Genomför antidopingutbildning
- Ambassadör för elitutvecklingsmiljön
- Med i gruppen i Spond och svarar i tid

Stockholms elitutvecklingsmiljö

Öppet deltagande

Var med på helgens träningar när du kan, få bra sparring och gemenskap.

PASS	**Helgpass**
AVGIFT	**50 kr/pass**

DET HÄR FÅR DU

- Helgpassen med gruppen
- Sparring på hög nivå
- Gemensam feedback på passet

Fram till årsskiftet kan du vara med på passen helt utan avgifter

Seniorlandslagslöpare med eget upplägg är välkomna på alla kärngruppens träningar, kontakta tränaren i förväg

SÅ FUNKAR DET

Spond

All information och anmälan sker i Spond. Veckoplanen kommer varje helg.

Antagning kärngruppen

Första ansökningsperiod oktober 2026. Hör av dig om du är intresserad efter denna period.

Calendar

Gå till kalendern och träningarna

Förtur

Vid begränsade platser har kärngruppen förtur till aktiviteter

I SAMARBETE MED

StOF · Orienteringsgymnasiet Sollentuna · Sollentuna kommun · Svenska Orienteringsförbundet · KTH · GIH · RF-SISU

StOF-kansliet: Jesper Lidmar · jesper.lidmar@sdfstockholm.se
Tränare: Isaac Hernández Pindado · isaachpindado@gmail.com