



VÄSTRA

KARATE- FÖRBUNDET

version januari 2025

FÖRVÄNTNINGAR

Det finns förväntningar på distriktets verksamhet, både på utövare och distriktet.

Ett viktigt mål är att skapa en bra kultur under elitmässiga former som bidrar till framgång.

Förväntningar på utövaren

- Att anpassad efter ålder, genomföra en kvalitativ träning avseende atletisk-, teknisk- och taktisk träning.
- Att ha målsättningar avseende sin utveckling och tävlingsprestationer, både kort- och långsiktigt.
- Att delta i distriktets aktiviteter med fokus, en vilja att ta till sig ny kunskap och en inställning att ge maximalt när det förväntas.
- Att utövaren försöker hjälpa andra i truppen att utvecklas under träningen genom att agera som en bra partner och stödja och pusha varandra i positiv bemärkelse.
- Att verka för en god stämning inom truppen. Även om man inte är vänner behandlar man varandra respektfullt och vänligt på ett bra sätt.
- Att idrottsutövaren läser och försöker ta till sig relevant information från distriktet samt frågar ifall det är något man inte förstår eller är oklart. Gärna med hjälp av målsman.
- Att utövaren svarar och ger besked inom utsatt tid, med målsmans hjälp, att passa tider och deadline.

Förväntningar på distriktet

Att distriktet utifrån befintliga resurser:

- stöttar uttagna i deras elitsatsning samt strävan efter att uppnå personliga mål och prestationer.
- erbjuder en professionell träningsmiljö.
- erbjuder expertis och stöd.