



EESTI TÕSTESPORDILIIDU ARENGUKAVA 2024-2027

Eesti Tõstespordiliit (lühendina ETL) on vaba algatuse alusel asutatud mittetulundusühing, mis edendab ja koordineerib tõstespordialast tegevust Eestis. ETL tegutseb avalikes huvides ning ühendab tõstespordi ja selle lähialadel tegutsevaid spordiklube ja -seltse. Tõstespordi all käesolevas dokumendis mõistetakse klassikalist tõstmist.

Eesti Tõstespordiliit on Rahvusvahelise Tõstespordiföderatsiooni (IWF), Euroopa Tõstespordiföderatsiooni (EWF), Euroopa Liidu Tõstespordiföderatsiooni (EUWC), Eesti Olümpiakomitee (EOK) ja Eesti Seniorispordi ja Spordiveteranide Liidu liige.

Eesti Tõstespordiliidu tegevuse eesmärkideks on:

- liikmesklubide toetamine tõstespordi arendamisel,
- sportlaste ja harrastajate toetamine tõstespordiga tegelemisel,
- treenerite ja kohtunike erialase täiendamise toetamine.

Missioon:

Aidata kaasa Eesti elanike elukestvalem liikumisele, edendada tõstespordi kultuuri ja aktiivsust Eestis, kasvatada ja toetada noori talente, tagada tõstespordi jätkusuutlik areng ning saavutada rahvusvaheline edu.

Visioon:

Olla juhtiv organisatsioon tõstespordi edendamisel Eestis, saavutades kõrged tulemused rahvusvahelistel võistlustel ning tehes tõstespordi populaarseks, luua innovatiivne, kaasaegne ja inspireeriv keskkond, pakkudes igas vanuses ja tasemel sportlastele võimalusi oma potentsiaali maksimeerida.

Arengukava perioodi lõpuks

- on tõstesport üha rohkemate inimeste eluviisi osa,
- pakuvad koolid ja teised õppeasutused vajalikke teadmisi ja oskusi tõstesportiga tutvumiseks ja tegelemiseks,
- osaleb ETL võimalikult suurearvuliste koondistega rahvusvahelistel tiitlivõistlustel,
- on Eesti tõstesportlased rahvusvaheliselt konkurentsivõimelised kõigis vanuseklassides,
- on ETL-il tõstesporti arengut toetavad koostöösuhted erinevates sektorites.

STRATEEGILISED EESMÄRGID 2024-2027

- Eesti tõstmine on rahvusvahelistel tiitlivõistlustel medalikonkurentsis
- Tõstmistreeningud pakuvad mitmekülgseid võimalusi oma keha ja vaimu arendamiseks
- Tõstmise saavutused on spordimaastikul nähtavad ja ala kandepind kasvab nii maal kui linnas, nii laste kui täiskasvanute seas.
- Tõstmistreenerid ja kohtunikud on oma ala professionaalid, kelle töö on väärtustatud ja nad on motiveeritud end spordis teostama
- Tõstmise arengut toetavad hästijuhitud liikmesklubid ning alaliit.

EESMÄRK	MÕÕDIK
Eesti tõstmine on rahvusvahelistel tiitlivõistlustel medalikonkurentsis	1) 2024.a Pariisi OM-il osaleb vähemalt 1 sportlane 2) 2024-2027 osaleb noorte vanuseklassi EM-il vähemalt 6 sportlast/MM-il vähemalt 3 sportlast 3) 2024-2027 osaleb U20, U23 ja täiskasvanute EM-il/MM-il vähemalt 3 sportlast
Tõstmistreeningud pakuvad mitmekülgseid võimalusi oma keha ja vaimu arendamiseks	1) noorsportlaste jõudmine täiskasvanute koondisesse 2) treeninglaagrite ja laagripäevade arv aastas

	3) tugiteenuste kättesaadavus
Tõstmise saavutused on spordimaastikul nähtavad ja ala kandepind kasvab nii maal kui linnas, nii laste kui täiskasvanute seas.	1) tõstmisega tegelevate inimeste arv* 2) ETL kalendrivoistlustel osalevate inimeste arv (individuaalselt/klubide lõikes) 3) uute liikmesklubide arv 4) uued võistluspaigad 4) toetajate arvu kasv
Tõstmistreenerid ja kohtunikud on oma ala professionaalid, kelle töö on väärtustatud ja nad on motiveeritud end spordis teostama	1) tõstmistreenerite arvu kasv* 2) EKR 5 ja kõrgema tasemega treenerite arvu kasv* 3) treenerite taseme- ja täiendkoolitused 4) rahvuslike kohtunike arv 5) kohtunike koolitused 6) koolitada välja igal aastal üks rahvusvahelise kategooriaga kohtunik
Tõstmise arengut toetavad hästi juhitud liikmesklubid ning alaliit	1) koolitused liikmesklubidele 2) koolitused alaliidu juhatusele 3) ühisüritused ja -tegevused

*Spordiregistri andmetele tuginedes

VÕTMETEGEVUSED

1. Tippspordi arendamine

- A. Sportlik ettevalmistus tiitlivõistlustel osalemiseks: toimuvad erinevate vanuseklasside koondiste regulaarsed treeningkogunemised (nii Eestis kui välismaal). Toimub regulaarne koostöö Team Estonia tasemel.
- B. Tugitegevused võistluste ajal: tagatud vähemalt 1 treener; ühtne vorm ja varustus
- C. Tugitegevused treeningperioodil: treeningbaas ja inventar; vajadusel spordipsühholoog, spordiarst, füsioterapeut
- D. Edulugude viimine huvilisteni: üritused koos tiitlivõistluste medalivõitjatega (kohtumised, ühistreeningud, laagrid jne)

2. Noortesporti arendamine

- A. Treeningmetoodika täiustamine, mitmekülgsete treeningvõimaluste loomine, nõustamine, koostöö: alaliidu ja klubide koostöö ühistreeningute kavandamisel;
- B. Kandepinna laiendamise võimaluste kaardistamine: fookuse viimine piirkondadesse, kus on baas ja inventar olemas
- C. Noortetreenerite koondamine, ühiseesmärgi sõnastamine: regulaarsed kohtumised toetamaks treeneri elukestvat õpet; noortele vaimsete oskuste arendamine, vigastuste ennetamine, mentorlus
- D. Sportlaste stipendiumiprogrammi väljatöötamine: noored sportlased saavad kandideerida alaliidu stipendiumile
- E. Algajatele mõeldud seeriavõistluse korraldamine

3. Treenerite ja kohtunike arendamine

- A. Treeneritele suunatud koolituskalendri ja -võimaluste loomine, ühiskoolitused: toimub regulaarne koostöö, kus kasutatakse ära ülikoolide jt partnerite võimekust (st teised alaliidud)
- B. Kohtunikele suunatud koolituskalender: toimub regulaarne koolitustegevus, ühisüritused (sh võistluste ühiskülastused), EWF-i kohtunike koolitused/seminarid. Iga klubi on suuteline välja panema vähemalt ühe kohtuniku.
- C. Reeglite muudatused: vähemalt kord aastas antakse ülevaade reeglite muudatustest
- D. Käitumisjuhiste koostamine ja tutvustamine lähetuses viibivatele sportlastele, treeneritele, kohtunikele, juhtidele: töötatakse välja juhised, pidevalt toimub nende jälgimine, uuendamine
- E. Noorte treenerite stipendiumiprogrammi väljatöötamine: noored treenerid saavad kandideerida alaliidu stipendiumile
- F. Väliskoolitajate kaasamine: IWF Development programmi läbi
- G. Tegevõtjate suunamine treenerikoolitusse: tegevsportlastele pakutakse tuge ja paindlikke võimalusi koolitustel osalemiseks

4. Kandepind ja nähtavus

- A. PR-starteegia koostamine ja elluviimine: alaliidu ja klubide koostöös on koostatud PR-strateegia tegevuskava ning toimub selle aktiivne elluviimine

- B. Klubide turundusvajaduste kaardistamine, erinevate kanalite kasutamise võimekuse tõstmine, sotsiaalmeedia koolitused: klubidele on kättesaadav turundustegevuste tööriistakast (st kohalikul tasandil meedia võimalused)
- C. KOV koostöövalmiduse kaardistamine, regionaalsete partnerite leidmine, totajate tunnustamine: on olemas ülevaade kohalikest partneritest, kes on valmis toetama ja panustama.
- D. Sporditulemustega seotud reeglistiku ja ohtude kaardistamine: maandatud on sporditulemustega manipuleerimise riskid.

5. Tõstmist edendavate organisatsioonide võimekus

- A. Klubide ootuste kaardistamine: alaliidul on ülevaade klubide arengut toetavatest ja pidurdavatest teguritest
- B. Klubide arengut toetavad tegevused: toimuvad erinevad koolitused (nt projektide kirjutamine, taotluste koostamine jms)
- C. Alaliidu ja klubide koostöö arendamine: toimuvad mitteformaalsed koosolekud ja ühisüritused
- D. Lapsevanemate kaasamine, suhtlemine, koolitamine: läbi klubi (treenerite) toimuvad koolitused, kus käsitletakse viise laste ja noorte toetamisel; lapsevanemate kaasamine võistluste korraldamisse vabatahlikena
- E. Täiskasvanute treeningute pakkumine: loodud on nii erialase kui mitte erialase suunitlusega treeningud lapsevanematele klubi juures
- F. Veteranide kaasamine: on loodud võimaluseks panustada tõstmise arengusse nii treeningsaalis kui väljaspool.
- G. Alaliidu igapäevase võimekuse arendamine ja toetamine: tõstmist arendab professionaalne alaliit, toimub ladus suhtlus ja koostöö klubidega, organisatsiooni finantsolukord on jätkusuutlik ja läbipaistev.

ARENGUKAVA ELLUVIIMINE

Arengukava on koostatud alaliidu juhatuse eestvedamisel 2023.a detsembris.

Strateegia on kinnitatud juhatuse poolt 02.03.2024.

Vähemalt kord aastas teeb juhatus ülevaate arengukava elluviimise kohta ning vajadusel lisab täpsustused ja täiendused. Arengukava elluviimist toetab tegevuskava, kus on määratletud olulisemad detailid, ootused, vastutajad, koostööpartnerid, ressursid ja ajakava.