

## PRESENTASJON AV BJARTE VIK LARSEN SOM SPORTSSJEF



### **Bakgrunn**

Som utøver har jeg representert Norge på både junior- og seniorlandslag. I 2016 og 2017 tok jeg henholdsvis bronse og sølv i klassisk benkpress under U23-VM, og kom på sjetteplass sammenlagt. Parallelt har jeg fungert som trener for mange konkurrerende styrkeløftere, og fått ta del i utviklingen av utøvere fra første klubbstevne til nasjonale og internasjonale mesterskap. Jeg har gjennomført trenerløypen til Norges Styrkeløftforbund, og har siden januar 2019 hatt ansvaret som regionstrener for Styrkeløftregion Vest. Mine arbeidsoppgaver har primært omfattet tett oppfølging av utøvere på landslag og regionslag, oppdrag på internasjonale mesterskap, besøk i klubbene i regionen, veiledning av klubbtrenerne, og utforming og gjennomføring av kurs i regi av Norges Styrkeløftforbund og Norges Idrettsforbund. Jeg har brukt mye tid på å lese, forstå og implementere kunnskapsbasert

litteratur innen styrketrening og styrkeløft, og har erfaring med å holde workshops for treningsentre og idrettslag, og å undervise gym- og idrettsklasser i videregående skole.

Fra tidligere har jeg erfaring som konkurrerende utøver i fotball, håndball og friidrett, og som trener for elitegrupper med fotballungdom, basistrening i idrettslag, og som instruktør ved idretts-SFO for barn.

Ved siden av idrett, har jeg studert medisin ved Universitetet i Bergen fra 2013-2019. Etter dette har jeg jobbet vel et år som lege på Kreftavdelingen ved Haukeland universitetssykehus, og fra slutten av februar 2021 som lege i spesialisering ved Molde sykehus.

## **Motivasjon**

I mitt arbeid motiveres jeg av: 1) Hvorfor og hvordan? Jeg har alltid vært opptatt av å finne ut av hvorfor ting skjer og hvordan de henger sammen. Dette har ledet til en interesse for eksperimenter og forskning, og fokus på læring, kompetanse og refleksjon. 2) Progresjon og optimalisering. For meg er det essensielt å jobbe mot å gjøre både meg og mine medspillere så gode som mulig. Over tid vil dette forhåpentligvis også gjøre oss bedre enn alle våre konkurrenter. 3) Å hjelpe andre. Dette gjelder for organisasjoner, utøvere og pasienter. Jeg ønsker å møte mennesker der de er, og legge til rette for mestring, utvikling, måloppnåelse, og god fysisk og psykisk helse.

## **Visjon**

Min visjon for DSF er å gjennom kunnskapsbasert praksis optimalisere vår elitestrategi og utdanning, løfte trenere og utøvere til nye nivåer, og sikre en rød tråd gjennom hele organisasjonen. Hensikten med dette er å skape en sterk idrettslig og verdimeisig utvikling og rekruttering – av landslagsløftere, parautøvere, klubbtrenerne, barn og unge, og alle andre konkurrerende og ikke-konkurrerende medlemmer rundt i klubbene. Sterk, smart og sunn – sammen!