



## **Værdisæt for deltagelse på og omkring landsholdet**

DSF har en sportslig ambition om at være en del af eliten internationalt inden for Styrkeløft og Klassisk Styrkeløft. Gennem tiden er der vundet mange medaljer til såvel NM, som EM og VM. Det vil vi gerne blive ved med og det kræver derfor, at vi kontinuerligt arbejder aktivt med strategier og tiltag, som kan styrke forhold og strukturer omkring landsholdet. Dette skal ske på alle niveauer, hvor alle fra bestyrelse over eliteudvalget til leder, trænere og atleter løfter i fælles flok og tager deres del af ansvaret for, at den sportslige ambition kan indfries.

Som leder, træner eller atlet omkring landsholdet i DSF er vi alle rollemodeller for andre med interesse for sporten. Derfor har vi også en særlig forpligtelse til at efterleve de værdier, som Dansk Styrkeløft Forbund står for. Centralt står her fællesskabet, stærke ambitioner, udvikling af sporten og egne færdigheder og sidst men ikke mindst en ren og ærlig sport.

### **Fællesskabet**

- Vi er aktive i det sociale fællesskab og opsøger hinanden
- Vi har tillid til, at vi vil hinanden det bedste
- Vi hjælper hinanden med at være fokuserede
- Vi snakker med og ikke om hinanden
- Vi tager individuelle hensyn

### **Stærke ambitioner**

- Vi sætter ambitiøse mål
- Vi har et formål med vores træning og træner struktureret
- Vi udfordrer grænserne både sportsligt og menneskeligt
- Vi er fuldt ud til stede i træning og til konkurrence

### **Udvikling af egne færdigheder**

- Vi prioriterer Styrkeløft højest
- Vi planlægger og strukturerer hverdagen
- Vi forbereder os, nørder og evaluerer
- Vi fokuserer på det, vi kan kontrollere
- Vi har gode rutiner omkring mad, træning og søvn

### **Udvikling af sporten**

- Vi kommunikerer klart og tydeligt
- Vi deler vores viden med vores omgivelser
- Vi bidrager aktivt også, når vi ikke selv er i fokus
- Vi giver og modtager konstruktiv feedback
- Vi fejrer succeserne

### **En ren og ærlig sport**

- Vi bidrager til at fremme en sport uden brug af præstationsfremmende midler
- Vi bidrager til troværdige konkurrencer og resultater
- Vi har respekt for vores konkurrenter og officials