

Välkomna till 2026 års första simidrottsmöte!

Vi startar strax - under tiden kan du se till att du *namnger dig med simidrott du vill vara med i sista halvtimmen.*

Simning, senior och junior

Simning, ungdom

Parasimning

Simkunnighet

Simhopp

Vattenpolo

Konstsim



Presentation av nya medarbetare

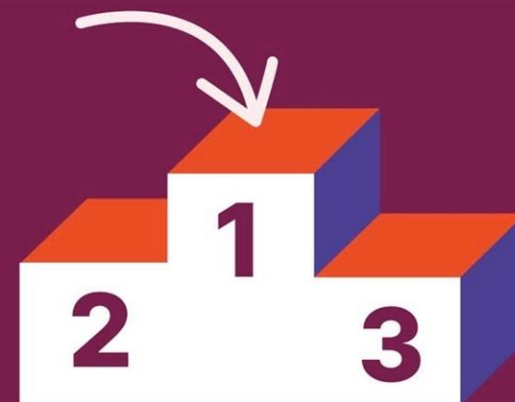


Jesper Svensson
förbundsadmin



Caroline Skoglund
förbundsadmin

Vaccinera klubben,
134 klubbar!



Grattis
Simförbundet!
Ni vann förra året.



SVENSK
SIMIDROTT



SIMFÖRBUNDSMÖTE
SVENSK SIMIDROTT
STOCKHOLM 25-26 APRIL 2026





TRÄNARKONFERENS
SVENSK SIMIDROTT
STOCKHOLM 11-13 SEPT 2026





GIH

THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES



**SVENSK
SIMIDROTT**



**SVENSK
SIMIDROTT**



Utbildningsveckor Para, 16 – 26 mars

Licenskurser:

Kravprofil Simsätten – Maj 2026

Trygga & Hållbara Utvecklings- &
Landslagsmiljöer – 2026

Tema: Ledarskap – 2026

D1 Vattenpolo – April-Juni 2026

SVENSK
SIMIDROTT

SVENSK SIMIDROTT

Strategi 2035



Distanscupen

SVENSK SIMIDROTTS Karriärsprogram

Ta del av framgångsrika verktyg inom
fortbildning, nätverksbyggande,
mentorskap och erfarenhetsutbyte!



Erfarenhetsutbyte



Fortbildning



Nätverksbyggande



Karriärsprogrammet 2026

Info läggs på hemsidan

Intresseanmälan i november och december

Starta vecka 4 2026, pågår januari – maj/juni



Mellannorrlands

Simförbund



Här finns vi i Norrland



Medlems föreningar 17 st



Föreningar med tävlande simmare 8 st
Tävlingsarrangörer 5 st



Planerade tävlingar 2026 i Tempus 17 st



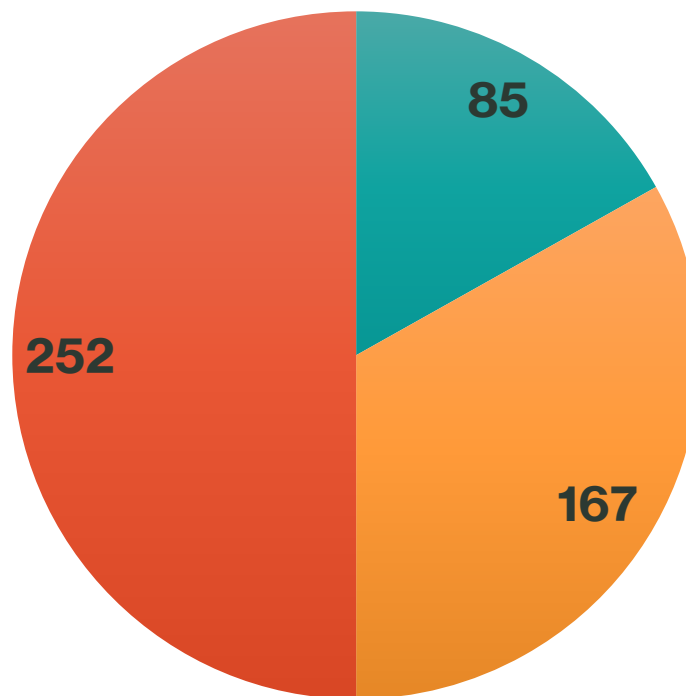
SK Ägir Östersund har 18 mil till
närmsta tävling





Statistik 2025

Simmare 0-12 år



■ 0-12 - Herrar ■ 0-12 - Damer ■ 0-12 totalt



Barntävlingar 12 år och yngre i STP arbetet

Barntävlingarna synliga i tävlingsplaneringen

Integrera i inbjudningstävlingar

Många tävlingstillfällen

Minska resandet

MNSF Medley cup, minska kostnader

Följa upp resultat

MNSF Medleycup Målsättning



Premiera

- Glädje
- Deltagande
- Utmanande
- Uthållighet

Format

- Endagars tävlingar
- Korta tävlingar
- Annan aktiviteter, Poolparty, Äventyrsbad
- Annorlunda lagkapper

Förutsättningar

- Prioriterad tävling
- Gemensam inbjudan
- Priser och Diplom framtagna & bekostas av distriktet
- Hållbart
- Uppföljning



Genomförande 2025

Fyra deltävlingar

Februari Örnköldsvik
Maj Sundsvall
Oktober Östersund
November Njurunda

Tidseffektivt

Insim: 09:30-10:15
Tävling: 10:30-ca 12:30
Paus: 45-60 min efter
sista gren på fm
Tävling: ca 13:30-ca 15:30

Aktivitet efteråt:
äventyrsbad, poolparty, simmarhörna

Deltagaravgift

100 kr per simmare & deltävling

Grenordning 50-400 m

Pass 1	Tävling 1 Februari	Tävling 2 Maj	Tävling 3 Oktober	Tävling 4 December
1	200 ryggsim	200 frisim	200 fj m fenor	200 bröstsim
2	50 frisim	50 fjärl	50 frisim	50 fjärl
3	100 frisim	100 fjärl	100 frisim	100 fjärl
4	50 bröstsim	50 ryggsim	50 bröstsim	50 ryggsim
5	100 bröstsim	100 ryggsim	100 bröstsim	100 ryggsim
Pass 2				
6	100 medley	200 medley	100 medley	400 frisim
7	50 fjärl	50 frisim	50 fjärl	50 frisim
8	100 fjärl	100 frisim	100 fjärl	100 frisim
9	50 ryggsim	50 bröstsim	50 ryggsim	50 bröstsim
10	100 ryggsim	100 bröstsim	100 ryggsim	100 bröstsim
11	Lagkapp	Lagkapp	Lagkapp	Extralopp
12				Lagkapp

Simmaren väljer 50 eller 100 m

Lagkapp bestäms av arrangör,
lag blandas mellan föreningarna

Premiering



- Deltagarmedalj: varje deltävling till alla simmare
- Diplom: fyll i vilka grenar du simmat
- Liten pokal: simmat alla deltävlingar under året
- Stor pokal: simmat alla grenar innan du lämnar cupen.



TILL

BRONS	SILVER	GULD
50 m fjärlsim _____	100 m fjärlsim _____	200 m fjärlsim _____
50 m ryggswim _____	100 m ryggswim _____	200 m ryggswim _____
50 m bröstswim _____	100 m bröstswim _____	200 m bröstswim _____
50 m frsim _____	100 m frsim _____	200 m frsim _____
	100 m medley _____	200 m medley _____
		400 m frsim _____

SKRIV IN DATUM NÄR DU HAR SIMMAT STRÄCKORNA.



Final deltävling 4, 2025

3 simmare simmat alla distanser
22 simmare simmat alla deltävlingar
100 simmare sista deltävlingen

Uppföljning/ utvärdering

Simmarnas svar



Svar: Simmare: **74 st** (födda 2013-2018)

1) Vad har varit roligast med tävlingen?

Simma (17),

Vara med kompisar (7),

Simma nya grenar man inte kört (4)

Tävla (4)

Få medalj (3)

Vinna (3)

2) Vad tyckte du om aktiviteterna? (n=58)

Bra (16)

Kul/roligt (14)

Superbra/roligt (6)

Uppföljning/ utvärdering

Simmarnas svar



4) Vad tyckte du om att få deltagarmedalj & diplom? (n=67)

Bra (31)

Roligt/kul (15)

Jättebra (6)

Några synpunkter:

“Blir trött på det när man är äldre”

“Diplomen onödiga”

“Jag är långsam och får inte medalj på annat sätt”

5) Vad tycker du vi borde göra annorlunda? (n=27)

Tydligaste förbättringsönskemål:

Jämnare heat (5)

Heatpris (3)

Tävla med jämngamla (3)

Helhetsbetyg till tävlingen: 8.8 av 10

Uppföljning/ utvärdering

Föräldrarnas svar, 48 st



Vad tycker du har varit bäst?

- Endagstävling (9)
- Gemenskap/sammanhållning (5)
- Atmosfär/trevlig stämning (4)
- Arrangemanget (3)
- Kort tävling (orkar & glädje) (2)

Vad tycker du om att alla får deltagarmedalj och diplom?

- Bra (25)
- Jättebra (15)
- Viktigt (2)
- Kanon, positivt, fint (3)

Vad tycker du vi kan utveckla till nästa år?)

- Jämnare heat (6)
- För stor åldersskillnad upplevs skapa nervositet; önskan om mer "rimlig chans att vinna" och jämnare lagkapper.

• Bättre/tydligare information

- "Info om upplägget har vi inte nåtts av." (3)
- "Bättre info om medleycupen." (2)
- Samt kopplat till diplom: oklart vad som gäller.

Helhetsbetyg till tävlingen:

8,7 av 10

MNSF Medleycup 2026



- 4 deltävlingar
- 1 tävling med läger, tävla lördag / läger söndag ?
- Seedning av heat, säkerställs
- Extralopp i sista deltävlingen
- Följa upp och utvärdera och utveckla till 2027



Tack

Notera årets möten

10/2 kl 11.30-12.30

28/5 kl 19.30-20.30

30/9 kl 11.30-12.30

23/11 kl 19.30-20.30

Uppdelning

Simhopp	Susanne Meckbach
Parasimning	Annika Friberg
Vattenpolo	Stefan Keisu
Konstsim	Fredrik Isberg
Simning, jun/sen	Martina Aronsson
Simning ungdom	Ulrika Sandmark
Simkunnighet	Erika Meeker