

Välkomna till det andra Simidrottsinformationsmötet

28/9-2023

- Döp er i deltagarlistan till:
ert namn, vilket simidrott ni tillhör
- Ha gärna er kamera på, men stäng av er mikrofon
- Mötet kommer att spelas in
- Vi börjar kl. 12.30



Ny kollega - **Kristian Svensk**

Projektansvarig Idrottsklivet



Ny kollega – **Emma Sundstedt**

Utbildningskoordinator

Håll utkik efter...

Inbjudan till en digital träff den 26 oktober
kl. 19.00 där vi pratar om

Verksamhetsinriktningen för 2025-2026.

Välkomna!



Glädje & Gemenskap



Demokrati & Delaktighet



Allas rätt att vara med



Rent spel

Glädje & gemenskap

Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet.

Demokrati & delaktighet

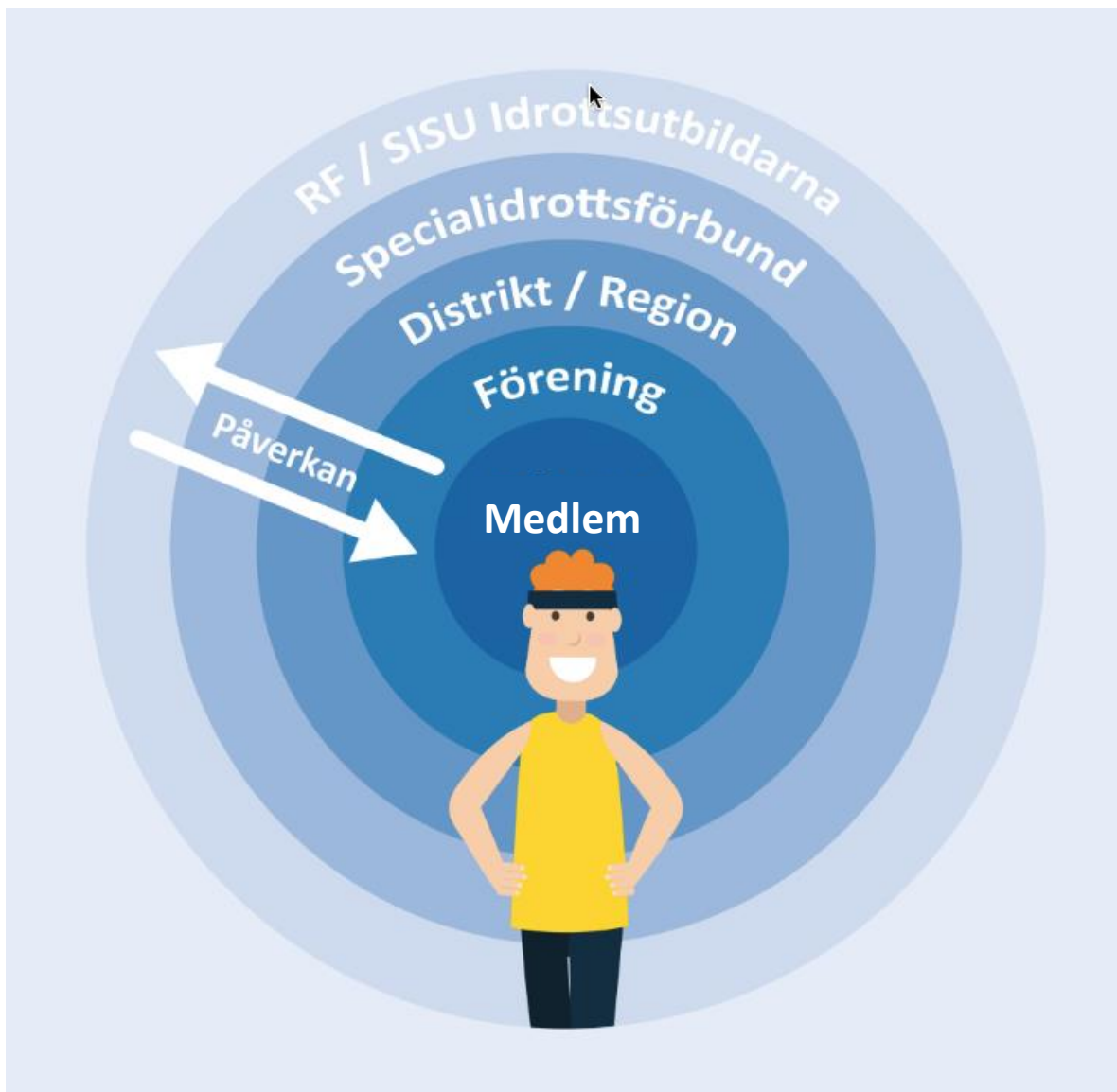
Föreningsdemokrati innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Allas rätt att vara med

Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill oavsett kön, könsidentitet och uttryck, etnisk och social bakgrund, religion/trosuppfattning, funktionsförmåga, sexuell läggning eller ålder får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

Rent spel

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att följa överenskommelser och leva efter god etik och moral. Detta inkluderar bland annat att aktivt arbeta mot doping, matchfixing, osund ekonomi och annat fusk samt mot diskriminering, trakasserier, kränkningar och våld såväl på som utanför idrottsarenan.



Du som är en del av Svensk Simidrott

- Ambassadör för Svensk Simidrott
- Värdegrunden ska återspeglas i våra handlingar i de uppdrag som utförs inom Svensk Simidrott varje dag
- Vägledande i vårt arbete



Traineeprogrammet

- Adam Schön
- Arvid Strömbeck
- Gergö Nagy
- Kevin Speiner Thorvaldsson
- Moa Äppelgran
- Rik op het Veld
- Sandra Allerrud



Karriärsprogrammet

Ett stöd i den fortsatta planeringen kring deras dubbla karriär, för våra elitaktiva simidrottare på eftergymnasialnivå, som befinner sig på väg mot eller i landslag.

Möjlighet till hjälp med:

mentorskap, kompetenshöjande föreläsningar, extra jobb, kontakter mm

- Sista anmälningsdag 30 sept!

<https://svensksimidrott.se/aktiv/kombinera-studier-med-idrott/karriarsprogrammet>



RIG & NIU

RIG – sista ansökningsdag 15 oktober
Helsingborg & Jönköping

NIU – sista ansökningsdag 1 december
på 21st olika orter/skolor i Sverige

- Antagning ht 2024
- Håll utkik efter skolornas öppet hus
- Prata med er simmare

<https://svensksimidrott.se/aktiv/kombinera-studier-med-idrott>

Glöm inte söka: Stipendier

- Svensk Simidrotts tränar-ledarstipendium, för ledare, ansök senast 8 okt
- Utbildningsstipendium, för aktiva, ansök senast (15 sept) 10 feb
- Stig Ohlssons ledarskapsstipendium, för ledare, ansöka senast 8 okt
- Elitidrottsstipendiet, delas ut av RF, för aktiva, ansökan jan – 2 maj
- Prins Bertil & Prinsessans Lilians idrottsfond, för ledare, ansökan till SF senast 6 dec

<https://svensksimidrott.se/om-oss/utmarkelser-fortjansttecken--stipendier>

Undersök även möjligheterna för lokala varianter av stipendium!

Utvecklingsplan

Ett verktyg för dig, tillsammans med din chef eller tränare, att skapa en väg och förutsättningar för vidareutveckling mot ditt mål!

- Utvecklingsplan för: Simidrottare, Konstsimmare, Simhoppare & Simmare samt Veckoplaneringsmall
- Utvecklingsplan ledare samt "Projektpil"
- Utvecklingssamtal / Avstämningssamtal

www.svensksimidrott.se/utbildning/mallar--verktyg



Licenskurs: Trygga & hållbara utvecklingsmiljöer

- Två inriktningar: Barn & Ungdom , Elit & Landslag
- Elit & Landslag kommer framåt att kravställas för landslagsuppdrag
- Kommer bland annat innehålla:
Värdegrund, Coaching, Hållbara ledare, Trygg Simidrott,
Media & kommunikation, mm.

Utbildningar öppna för anmälan

Konstsim

DTC utbildning, 20-22 oktober Göteborg. Sista anmälningdag 29 september. [Länk till inbjudan.](#)

Chief Recorder, 28–29 oktober Södertälje. Sista anmälningdag 15 oktober. [Länk till inbjudan.](#)

Domarutbildning D1, 2–3 december Stockholm. Sista anmälningdag 31 oktober. [Länk till inbjudan.](#)

Simhopp

Baskurs, 14-15 oktober Södertälje. Sista anmälningdag 1 oktober. [Länk till inbjudan.](#)

Simning

Simlinjeinstruktör 12-17 år, 18-19 november Bosön + 12-14 januari Göteborg. Sista anmälningdag 13 oktober. [Länk till inbjudan.](#)

KLÄRK utbildning, 17-19 november, Stockholm. Sista anmälningdag 10 oktober. [Länk till inbjudan.](#)

Babysimsledare 12 oktober digitalt + 2-3 december + 11 januari. Sista anmälningdag 1 oktober. [Länk till inbjudan.](#)



SVENSK
SIMIDROTT

VARMT VÄLKOMMEN TILL

Simidrotts-
GALAN

LÖRDAG | 13 JANUARI

18:00

Clarion Hotell Stockholm



SVENSK
SIMIDROTT

Tävlingar för barn 12 år och yngre

- **Simning:** Projektgrupp tillsatt (övergångsgrupp)
- **Simhopp:** Framtaget dokument ska ses över av SU och sedan implementeras
- **Konstsim:** Arbetsgrupp lämnar förslag till KU
- **Vattenpolo:** Klart sedan tidigare
- **Öppet vatten:**

Frågor, synpunkter och inspel från tävlingar/matcher till mig fortfarande 😊

erika.meeker@svensksimidrott.se



TRÄNARKONFERENS SVENSK SIMIDROTT

13–15 september 2024

Tränarkonferens 2024

- Göteborg
- Bidra gärna med dina tankar och idéer!



<https://response.questback.com/svenskasimfrbundet/mzexpviugg>

Nästa möte

Reservera redan nu den:

30 november kl. 12.30 – 13.30

För nästa, det tredje, Simidrottsinformationsmötet 2023!

Möteslänk - <https://us02web.zoom.us/j/81524425930>



30min uppdelning

Nu kommer ni delas in i mindre rum för mer information inom respektive Simidrott!

- **Konstsim – Madelene Jonasson**
- **Para - Annika Friberg**
- **Simhopp - Susanne Meckbach**
- **Simning - Martina Aronsson (OW med Micke Rosén)**
- **Simundervisning - Erika Meeker**
- **Vattenpolo - Stefan Keisu**

Säkerställ att ni bakom ert namn angett vilket rum ni vill skickas till

Simkunnighet

Erika Meeker

Verksamhetsutvecklare för barn, ungdom och simkunnighet

Erika.meeker@svensksimidrott.se

010-476 53 16



Simkunnighetsnätverk

- I varje distrikt på Facebook "Simkunnighetsnätverk X"
- Ett centralt på Facebook: "Svenskt Simkunnighetsnätverk"
- Lägg gärna ut tips, frågor, erfarenheter och tankar
- Träffar fysiskt och/eller digitalt med ett tema

Skolsim och LGR22

- Förtydligande till kunskapskrav och centralt innehåll i LGR22
- Fortbildningar för idrottslärare
- Simlärarutbildning för skolpersonal

Konkurrensutsatt simskola i kommuner

Ev. kommer konkurrensen att prövas där kommunerna bedriver egen simskola i sina kommunalt drivna simhallar

Vi har lämnat information till Konkurrenskommissionen

Vad kan vi göra för att stötta er?

Hör av er med tankar och idéer till mig!

Vi behöver veta vad ni behöver och vill ha



Simidrottsmöte 28 september 2023

Konstsimsspecifika delen 13:00-13:30

SVENSK
SIMIDROTT

Idag

1. Tävlingskalendern 2024
2. Status arbetsgrupper ”nya tävlingsformer”

Tävlingsformer för 12 år och yngre

Tävlingsformer för 13 år och äldre

Tävlingskalender 2024

Föreningar fyllt i önskat tävlingsdatum i Google Drive Excelfil (*deadline 13 sep*).

KU ser över datum och tävlingar på KU-möte 28 september.

Färdig tävlingskalender publiceras på konstsimmets *Årshjul* senast 13 oktober.

[LÄNK TILL ÅRSHJUL](#)



Meddela gärna åldersklasser
på era tävlingar.

Tävlingskalender 2024

	Förening	Tävling	Datum	Åldersklasser
FEB	Jönköping SS SK Neptun	Speedo Cup Konstsim Inbjudningstävling	3 februari 18 februari	C- och B-klass, Junior/Senior. Ej angett.
MAR	Järfälla SS Göteborg Sim SK Täby Synchro	Järfälla Synchro Open Valhalla Artistic Täby Synchro Cup	8-9 mars 16 mars (prel.) 24 mars (prel.)	C- och B-klass, Junior, Senior, Masters. C- och B-klass, Junior, Senior, Masters. Ej angett.
APR	Örebro SA	Örebro Syncho Cup	13 april (ev. start 12/4)	Ej angett.
MAJ	SK Neptun (prel.)*	USM	10-12 maj	C- och B-klass, Junior.
JUN	SK Täby Synchro (prel.)*	JSM/SM Junior EM	14-16 juni 12-16 juni	Junior, Senior, Masters.

Prel. kalender utifrån vad föreningar fyllt i.

* Meddelat intresse om att vara med och arrangera mästerskapet.

Bakgrundsinfo

- Under VT23 skickades förfrågan ut till föreningar om att vara med i arbetsgrupper (A+B).
- Syfte att arbeta fram nya tävlingsformer.
- Görs av Karin L, Madeleine HJ, Lena P och representanter från föreningar samt Erika Meeker (från Svensk Simidrott)

karin.lobenius@svensksimidrott.se
madeleine.jonasson@svensksimidrott.se
erika.meeker@svensksimidrott.se

Arbetsgrupper – status

A. Tävlingsformer yngre/bredd – färdig förslag hos KU

- Tävlingsförberedande tävlingsformer
- Tävlingsformer för yngre barn/nybörjare
- Riktlinjer för tävlingar i barnidrott
- Alternativa tävlingsformer/klasser för ungdom (tex de som är för gamla för sin klass, börjat senare, ej elitsatsande)

B. Tävlingsystemet mästerskapsnivå (svenska) – arbete ska påbörjas

- Utveckla befintligt tävlingsystem med inriktning mot svenska mästerskap (USM, JSM, SM)
- Inkluderar kvältävlingar till mästerskap (nuvarande inbjudningstävlingar)
- Ålderskategorier för klasser och grenar

Förslag: Tävlingsformer

Instegstävlingar

Fortsättningstävlingar
(förslag att ersätta nuvarande C-klass)

Sanktionerade tävlingar
(dagens inbjudningstävlingar & mästerskap)

(A) Tävlingsformer yngre/bredd

**(B) Tävlingsystemet
mästerskapsnivå**

Förslag: Tävlingsformer yngre/bredd

Första steget i konstsimssveriges tävlingsstege (efter ev. märkestagning eller liknande inom klubben).

Öppen för alla åldrar. Ingen kvalificering till mästerskap.

Tävling under enklare former

- Enklare figurer (jämfört med C-figurer).
- Färre funktionärer och domare (3 st).
- Pris (diplom/medaljer) utifrån uppnådd figurpoäng. Tävling mot sig själv.
- Får ha annat än vit badmössa/svarta badkläder samt OK att ha simglasögon vid musiksimning.

Tävling med förenklat regelverk

- Förenklad beräkning av figurerresultat (beräkningsprogram behövs ej).
- Inga siffror stryks (figurer).
- Bedömningsskala är 0.25 (figurer).
- Musikprogram bedöms inte, funktionär checkar att obl. moment genomförs.
- Musikprogram i valfri längd, max 2 min.

Förslag: Tävlingsformer yngre/bredd

Andra steget i konstsimsveriges tävlingsstege (*ersätta dagens C-klass*).

Öppen för alla åldrar. Ingen kvalificering till mästerskap.

Förslag – Figurtävling

- C-figurer enligt WAQ.
- 4 figurer (obl. + lottade).
- Vid fel figur sätts 0, men vid dåligt utförd figur ska denna bedömas.

Förslag – Musiktävling

- Lag, par, trio, solo (ej kombi).
- Musiklängd enligt WAQ.
- Antal HYB + ACRO enligt WAQ.
 - *Trio samma regler som par.*
- AI domare + EL domare enligt WAQ.
- Ej DTC. Funktionär checkar att obl. moment genomförs.

Förslag: Tävlingsformer yngre/bredd

Vad är syftet?

- Det ska vara *kul* och *enkelt* för barn att tävla!
- Bygga upp ett tävlingssystem för barn, i enlighet med riktlinjer för barn- och ungdomsidrott från RF och Svensk simidrott (baseras bl.a. på Barnkonventionen).
- Efterlikna det arbete Svensk Simning gjort. Simhopp har påbörjat samma arbete.

Input från Erika / Svensk Simidrott

- Förslaget (*Instegs- och Fortsättningstävling*) är tävling – i förenklare former. Det är inte helt enligt regelsystemet, och detta är okej.
- Det gör inget om det blir lite fel. Barn vet i många lägen om de gjort bra/dåligt eller helt fel. Det behöver vi inte berätta för de, och inte heller bestraffa dubbelt pga. det under deras första tävling(ar) genom att inte anpassa tävlingsformerna till de.

Förslag: Tävlingsformer yngre/bredd

Processen framåt

- Förslag för Instegs- och Fortsättningstävling ligger hos KU.
- Information kommer ut under HT23.
- Kommer gälla fr.o.m. 2024.
- Tävlingsformerna kommer vara under förändring – vi kommer **testa, utvärdera** och **justera**.

Simhopp

Stockholm, 2023-09-28



Simhoppssutskottet 2023-2024



Ossian Illiste
Linköping



Ronja Gunnefur
Uppsala



Anna Lönnberg
Örebro



Nils Carlberg
Polisen

Tävlingsformat – Ungdomstävling

- Behov av en större bredd av tävlingar som är anpassade efter barn och unga
- Gemensamt format på en tävlingsform som skapar fler möjligheter att tävla
- Tolv representanter från små och stora föreningar (arbetsgruppen tävlingssystem)
- Tävlingsformatet "*Ungdomstävling*" presenterades under våren 2023
- Simhoppet måste börja tillämpa riktlinjerna mer aktivt och genom formatet
- Svensk Simidrott får en likriktad tävlingsstruktur för barn och unga
- Samma terminologi som simning och konstsим (instegs- och fortsättningstävling)
- Simhoppetsutskottet arbetar vidare med tävlingsformatet
- Förslag skickas sedan till föreningarna

Mentorskapsprogram

- Start i mellansvenska distriktet samt Linköping och Visby
- Mentorskap i ledarskap och simhoppkunskap
- Forum för erfarenhetsutbyte
 - digitalt, fysiskt och sociala medier
- Lärande i praktiken
 - Inspirationslägret
 - Gemensamma träningar

Möte utbildningsstruktur i simhopp

Onsdag 11/10 kl. 19.00-20.30

- Eskilstuna Simklubb
- Karlstads Simsällskap
- Kungsbacka Simsällskap
- Linköpings Allmänna Simsällskap
- Oxelösunds Simsällskap
- Uppsala Simhoppsklubb
- Växjö Simsällskap
- Wisby Simsällskap
- Örebro Simallians
- Umeå Simsällskap

Torsdag 12/10 kl. 11.30-13.00

- Göteborg Sim
- Jönköpings Simsällskap
- Malmö Kappsimmingsklubb
- Simklubben Neptun
- Simklubben Poseidon
- Stockholmspolisens Simhopp
- Västerås Gymnastikförening
- Södertälje Simsällskap

Save the date

Inspirationsläger i Katrineholm

1-4/8 2024

Vattenpolo



INFORMATIONSMÖTE 28 SEPTEMBER

VATTENPOLO

PUNKTER FÖR VATTENPOLON

- **FRAMTIDSKONFERENS** – första kvartalet 2024
- **SM-SLUTSPEL** – säsong 2023-2024
- **LANDSLAG** – Läger, landskamp och landslagsturneringar
- **REGELÄNDRINGAR** – Vilka som införs nu och andra som skall diskuteras vidare vid senare tillfälle
- **SERIEPLANERING** – Viktiga datum
- **POLOUTSKOTTET** – Medlemmar

TÄNKT UPPLÄGG FÖR KONFERENS

- Liknande upplägg tidsmässigt som för pololedarkonferens. Från lunch på lördag till lunch på söndag.
- 1-3 personer per förening. Huvudansvarig i förening samt någon som ansvarar för nyrekrytering samt för dam verksamhet
- Kommer preliminärt hållas någonstans i Stockholm
- Hjälpt av processledare att driva arbetet
- Preliminärt i februari-mars månad 2024 (ev. 3-4 febr.)

PUNKTER SOM SKALL DISKUTERAS/BESLUTAS

- Hur får vi fler barn och ungdomar att börja spela
- Vilka åtgärder krävs för att främja svensk tjej & dampolo
- Behöver regeländringar genomföras som förenklar för er klubbar att delta i seriespel samt för att få fler aktiva spelare i föreningen
- Vad är ni klubbar/individer redo att göra för att främja landslagsaktiviteter för ungdomar, seniorer, dam & herr

SM-SLUTSPEL SÄSONG 2023-2024

FRÅN J20 I JANUARI 2024 TILL BEACHPOLO-SM I JUNI 2024



SVENSKA MÄSTERSKAP I VATTENPOLO

- **J20-KILLAR:** 26-28 januari 2024. Plats: Ej fastställd
- **U16-TJEJER:** Ej fastställt datum & plats
- **U16-MIX:** 9-11 februari 2024, Eriksdalsbadet
- **SENIOR-SM:** 4 maj 2024, Eriksdalsbadet
- **U18-KILLAR:** 17-19 maj 2024, Lund
- **U18-TJEJER:** Datum ej fastställt. Plats: Stockholm (Lund)
- **BEACH-SM:** 28-30 juni 2024, Västerås

LÄGER, LANDSLAGKAMP & TURNERINGSDELTAGANDE

- **U15 & U17, läger 2:** 21-22 oktober, Eriksdalsbadet
- **DAMLANDSLAGET, läger 2:** 4-5 november, Nälsta, Stockholm
- **HERRLANDSLAGET, läger 2:** 3-4 november, Ängelholm
- **NM U15 & U17:** 24-26 november, Odense, Danmark
- **EU-NATIONS CUP DAMER:** 1-3 december, Brno, Tjeckien
- **EU-NATIONS CUP HERRAR:** 8-10 december, Brno, Tjeckien



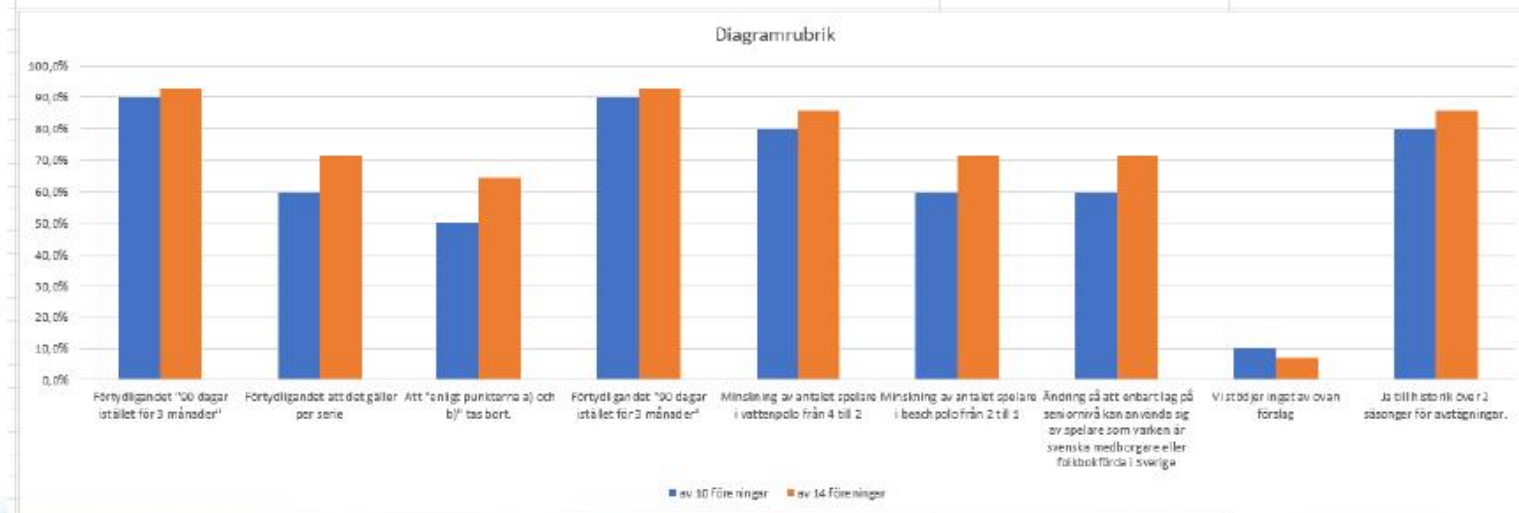
ÄNDRINGAR I GÄLLANDE TÄVLINGSBESTÄMMELSER

- *I regel 660.3.42 förtydligas numreringen av målvakter respektive utespelare. En anpassning har gjorts till World Aquatics regelverk.*
- *Regel 660.3.45 klargör att VAR inte används i Sverige och 660.3.46 klargör vilka matcher som kan sluta med oavgjort resultat.*
- *Regel 660.6.2 skärpa påföljden vid upprepade förseelser och därför ska man vid upprepade förseelser också räkna in eventuella förseelser som skett under föregående säsong.*

ENKÄTSVAR REGELÄNDRINGAR

ALLMÄNNA BESTÄMMELSER SAMT MÄSTERSKAPSBESTÄMMELSER

	av 10 föreningar	av 14 föreningar
Förtydligandet "90 dagar istället för 3 månader"	90,0%	92,9%
Förtydligandet att det gäller per serie	60,0%	71,4%
Att "enligt punkterna a) och b)" tas bort.	50,0%	64,3%
Förtydligandet "90 dagar istället för 3 månader"	90,0%	92,9%
Minskning av antalet spelare i vattenpolo från 4 till 2	80,0%	85,7%
Minskning av antalet spelare i beachpolo från 2 till 1	60,0%	71,4%
Ändring så att enbart lag på seniornivå kan använda sig av spelare som varken är svenska medborgare eller folkbokförda i Sverige	60,0%	71,4%
Vi stödjer inget av ovan förslag	10,0%	7,1%
Ja till historik över 2 säsonger för avstämningar	80,0%	85,7%



SERIEPLANERING 2023-2024

ELITSERIEN & ALLSVENSKAN

KRITISKA DATUM

- Samtliga seriematcher i Elitserien och Allsvenskan som **spelas senast den 4 februari 2024** skall ha datum och vara tidsangivna i FX samt avstämda med motståndarna senast på **måndag den 2 oktober**.
- Övriga grundseriematcher för Elitserien samt Allsvenskan fram till **mars månads utgång 2024** skall vara tidsatta, tidsangivna samt avstämda med motståndarna senast den **30 november**.

POLOUTSKOTTETS MEDLEMMAR

- **Stefan Keisu** - Verksamhetsutvecklare
- **Kendra Carr** – Göteborgs Sim
- **Göran Kron** – (Klubblös)
- **Bengt Sehlmark** – Neptun
- **Stefan Mikaelsson** – Hellas, domarkommittén
- **Bengt Wikenfalk** – HÄVP



SIMNING

DAGENS AGENDA:

- Svensk Simnings ledstjärnor
- Coaches Corner - viktig kommunikationskanal
- Svensk Simning i Världsklass, Mål & Möjligheter
- Svensk Simnings fyra gemensamma fokus- & utvecklingsområden
- Svensk Simning - Organisation & Miljöerna
- Open Water – Mikael Rosén
- Frågor & Funderingar



Möjliga synonymer till ledord

- slagord.
- lösenord [data]
- fältrop.

DELAKTIGHET

STÄNDIG
UTVECKLING

KOMMUNIKA-
TION

LÅNGSIKTIGHET

=
TILLSAMMANS



SIMLANDSLAGETS
LEDORD

- * Workshop på våra samlingar kring ledorden – vad betyder det för dig?
- * Coachprogram
- * Fortbildningar, tex ACT, Nutrition
- * Coaches Corner
- * Ind samtal utifrån 'Utvecklingsplanen'

BAKGRUND COACHES CORNER

Målsättning:

Informera & Kommuniera

Inspirera & utbilda

Högt & Lågt, Viktigt & Oviktigt

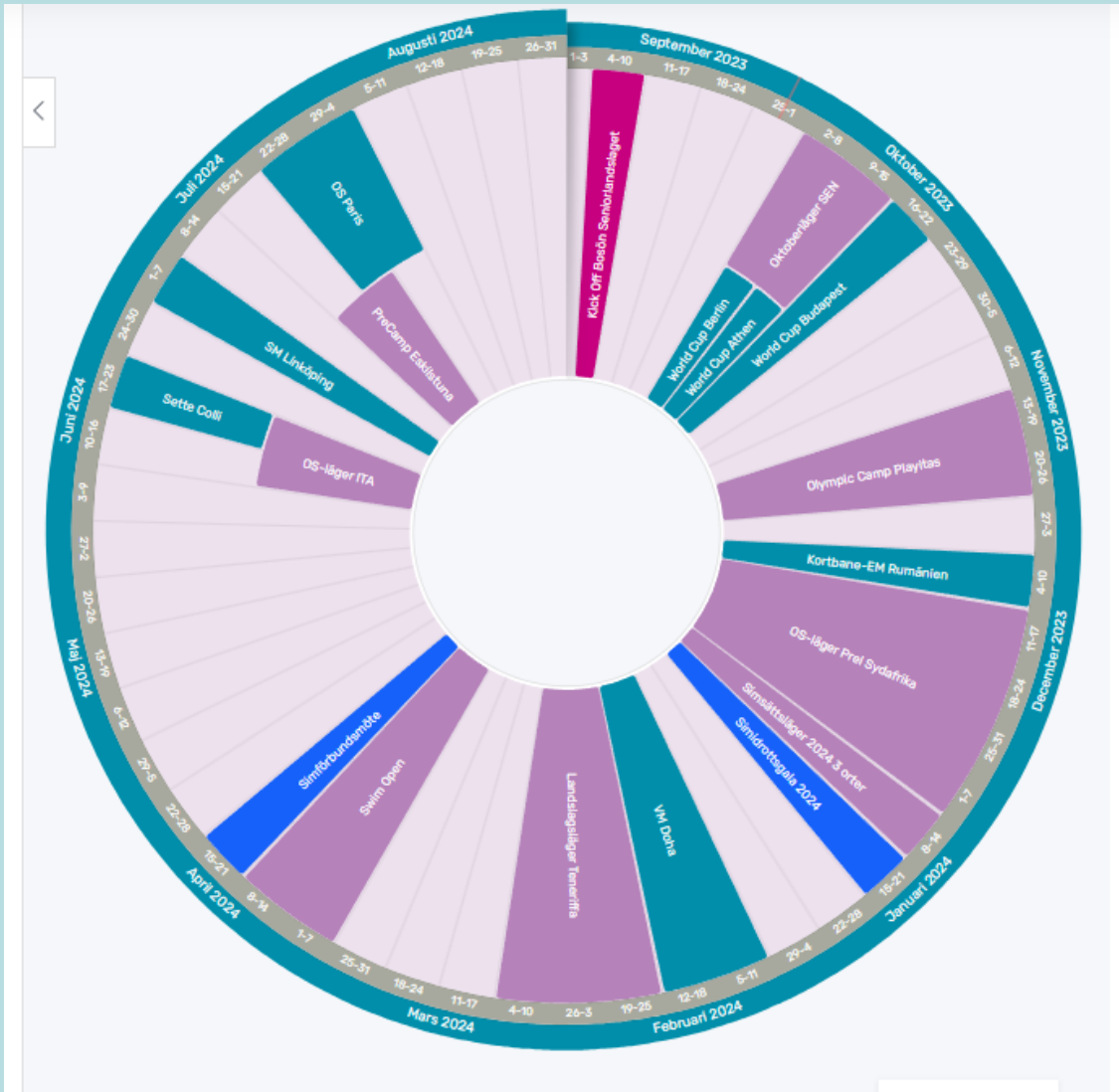
För tränare som har simmare i landslaget eller måla att simmare i landslaget

När:

Coaches Corner - första onsdagen varje månad, 4/10

Coaches Corner Ungdom – onsdag 14 dagar efter CC, 18/10

Svensk Simidrotts Årshjul



KOMMUNIKATION & DIALOG MED SIMMARSVERIGE




COACHES CORNER 9/11

Högt & Lågt
Oviktigt & Viktigt

Välkomna!

Nästa CC-möte
December 6/12 kl 13.00



**KAPACITETANALYS OCH UTVECKLINGSPLAN**

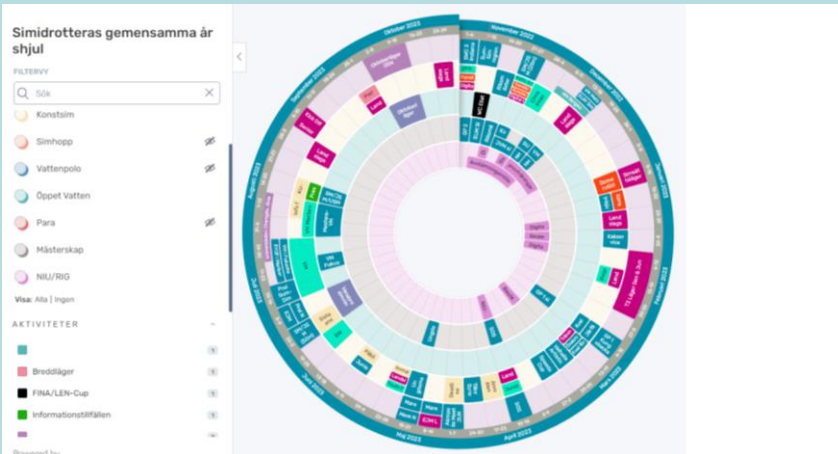
Program: _____ Specialförbund: SSF
Simmare: _____ Ansvarig tränare: _____
Säsong: _____

Bytet med kapacitetsanalys är att få kännedom om vilka kapaciteter, färdigheter och utmaningar som är de mest avgörande för en enskild simmarens utveckling och därmed kunna utforma ett systematisk långsiktig träningsplan där SSF kan bistå med support och expertis. Med bakgrund av raceanalys från tävling, tidigare träningsdata och eventuella testerresultat kan en god utvecklingsplan utformas och SSF kan ge adekvat support.

Flerårsplan Beskriv kortfattat träningsprogressionen för de kommande 4 åren

Kalender år				
Tävlingsmål				
Processmål				
Antal simpass/v				
Landpass				
Årsckla				
Utbildning /arbete				

UTVECKLINGSPLANEN



Svensk Simnings Årshjul
Coaches Corner 8 ggr per år
Coaches Corner Ungdom 8 ggr per år
Simningens infomöte 4 ggr per år
Runda bordet TT 5 ggr per år (inkl alla resurspersoner)
Digitala möten mästerskap/aktivitet inkl tränare
Besök i föreningarna
Individuella möten utifrån utv planen



SimmarSverige

Ringar på vattnet

Förebilder

Simmaren i förarsätet

Hemmamiljön

Utvecklingsplan

Helhet & Verktyg

SVENSK SIMNING I VÄRLDSKLASS

Svensk Simidrott i världsklass –

Så länge så möjligt & så många som möjligt – så bra som möjligt!

- **MÅL**
Svenska medaljer på OS
Lagkappslag i alla olympiska grenar
+10 simmare i Topp & Talang
Mästerskapssimmare

På vägen →

VM, EM, U23 samt Junior- & Ungdomslandslag

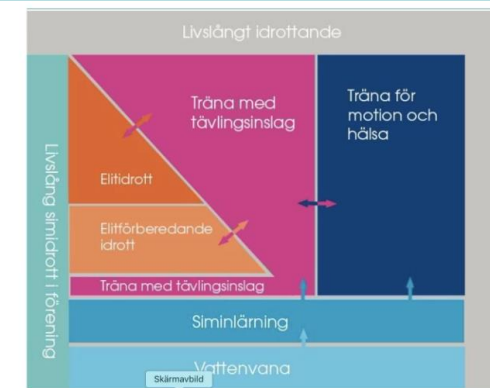
Svensk Simnings fyra gemensamma fokus- & utvecklingsområden



Syfte och målsättning

Vision 2025 Simidrott för alla

Simidrott i världsklass



"Fler börjar och stannar kvar i vår verksamhet där alla utvecklas utifrån sina egna förutsättningar och kan välja att simidrotta för att det är roligt, för att må bra och för att satsa och nå yttersta eliten."

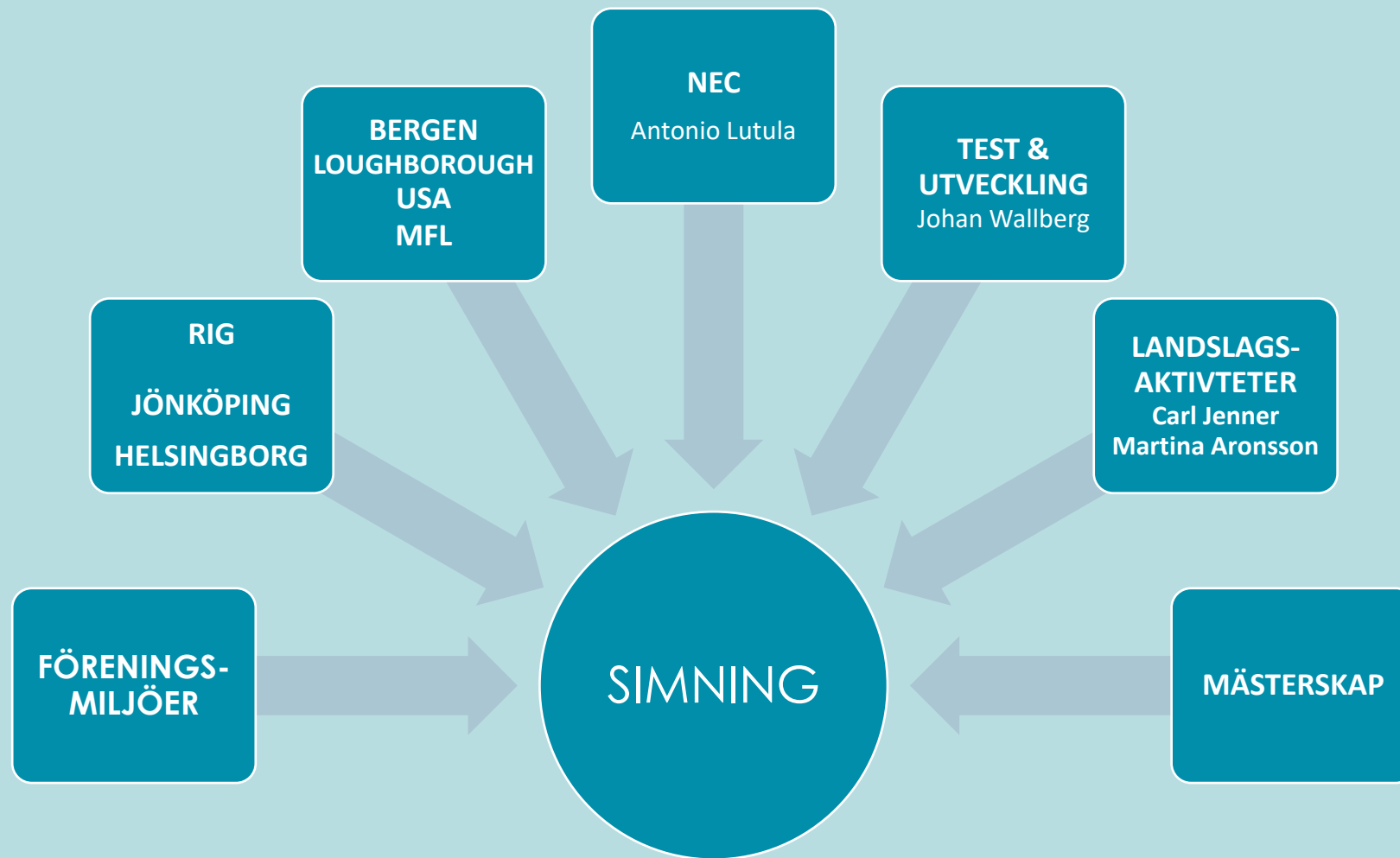


Svensk Simnings fyra gemensamma fokus & utvecklingsområden:

- Träningplanering & - utvärdering
- Landträning
- Teknikutveckling inkl:
Strokelength & efficiency
Benspark, -tag, -kick & uv
- Racerutiner inkl raceplan

Kommuniceras på:
Varje Coachsamling
Varje Coacher Corner

SIMNING & MILJÖERNA



SVENSK SIMNING I VÄRLDSKLASS

- **UTMANINGAR & MÖJLIGA UTVECKLINGSOMRÅDEN**

→ Fler miljöer i världsklass - göra det man kan i sin miljö & i rätt fas

Veta vad som krävs, beredd att göra arbetet - kontinuitet & progression (ständig utveckling)

→ Fortbildning bland Coacher & tid för att jobba som Coach

(ex CT, SC mm)

→ Kravanalysen – presentation & samt implementering, FoU Johan Wallberg

Internationell Elit & Nationell Jun/Ung

→ Eliten under Eliten

Samarbete med Carl Jenner, miljöer, nya mästerskap, fler simmare, STP

Olika vägar till T O P P E N – Alla gör olika men ändå lika



SIMTRÄNING

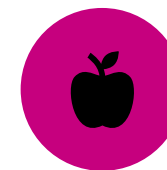


SUPPORT
RESURS

RACEANALYS
TEKNIKANALYS
IDROTTPSYKOLO
GISK RÅDGIVNING



LANDTRÄNING



NUTRITION



OPEN WATER

MIKAEL ROSÉN



FRÅGOR?

TACK FÖR IDAG!

martina.aronsson@svensksimidrott.se
carl.jenner@svensksimidrott.se
johan.wallberg@svensksimidrott.se
antonio.lutola@svensksimidrott.se

Tack för idag!