

2026-02-01

Regler för instegstävling i konstsimm

Målgruppen för en instegstävling i konstsimm är barn upp till 12 år och aktiva, oavsett ålder, som ännu inte kan utföra figurer eller musikprogram utifrån World Aquatics krav. Tävlingen ska utformas på ett sådant sätt att alla kan delta efter sin förmåga och fokus är på sportsligt uppträdande, glädje och utveckling.

Arrangören är fri att utforma sin tävling utifrån de allmänna tävlingsreglerna. Tävlingen kan arrangeras som en enskild tävling, men också integreras med en fortsättningstävling och eller sanktionerade tävlingar med fullt regelverk.

Allmänna regler

- Tävlingen består av en eller två av följande delar. Figurer och musikprogram.
- Den aktive har möjlighet att tävla utan bedömning ifall hen önskar.
- Tävlingen genomförs med mixade klasser.
- Resultatlistor ska endast presenteras efter startlista eller bokstavsordning.
- Hel bassäng är inget krav, ett par banor eller halv bassäng går bra. Det är upp till arrangör att besluta om tävlingsyta.
- Inga krav på särskilda tävlingsdräkter.
- Enklare smycken är okej att ha på sig så länge de inte utgör skaderisk. Det rekommenderas att tränare ser till att aktiva tar bort smycken som är i vägen. Slutlig bedömning ligger hos tävlingsledaren.

Huvudsponsor Svensk Simidrott

 **Pahlen**[®]
Premium pool equipmentc/o Bauhaus Sickla
Sickla Allé 2–4, 131 65 Nackawww.svensksimidrott.se

Funktionärsbemanning

För att kunna genomföra en konstsimsstävling behövs vissa nyckelroller. Tanken är att tävlingen ska vara en så begränsad administrativ börda som möjligt för arrangören. Detta innebär att samma person kan ha flera roller för att underlätta bemanning.

Startlistor och resultat hanteras med fördel genom Thomas R. tävlingsdataprogram ([länk](#)). Det går också bra att hantera det manuellt.

Tävlingsledare

Person som är ansvarig för tävlingen i helhet. Tävlingsledaren ska vara en erfaren tränare eller domare som kan de övergripande tävlingsreglerna i konstsim.

Tävlingsledaren har ett övergripande ansvar för tävlingen, domare och tävlingsvolontärer. Vissa uppgifter kan dirigeras till andra föreningspersoner.

Inför tävlingsstart förklarar tävlingsledaren hur tävlingen och bedömningen ska genomföras. Ser till så scheman för de olika grenarna och listor på vilken ordning och vilka figurer som ska genomföras finns tillgängligt.

Musikansvarig

Det behövs en person som ansvarar för uppspelning av musik. Musikmästaren ansvarar för musik vid pauser och under musikdelen av tävlingen. Se så rätt musik spelas och starta tävlandes musik vid angiven signal från tävlingsledaren.

Speaker

Kan vara samma person som tävlingsledaren, musikmästaren eller annan ur sekretariatet. Speakern behöver verifiera att alla konstsimmare är på plats vid start för respektive gren och att rätt namn läses upp vid varje start under musikprogramsdelen.

Inmatare av poäng

En person som tar fram startlistor, för in domarpoäng och ser till så rätt protokoll finns utskrivna och tillgängliga. Om poäng ska registreras i Tempus behövs en person som sköter inmatningen av domarsiffror i konstsimmets nationella tävlingsdataprogram. Det finns inga krav på att fler än en person ska skriva in domarsiffror, detta kan kontrolleras av extra person vid pauser eller avslutad tävling. Slutlig kontroll görs tillsammans med tävlingsledaren. Naturligtvis går det bra att registrera poäng manuellt utan att lägga in de i Tempus.

Tävlingsvolontär

Övriga volontärsuppgifter står beskrivna i samband med aktuell tävlingsdel då dessa skiljer sig lite utifrån figur- och musiktävlingen. Dessa arbetsuppgifter kräver ingen utbildning, men volontärsmöte kommer hållas före tävlingen. [Du kan läsa mer arbetsuppgifter för tävlingsvolontärer här.](#)

Domare

För att underlätta deltagandet för framför allt mindre föreningar finns inget krav på att föreningarna ska representeras av en domare. Antalet domare och vilka personer som ska vara domare bestäms i samråd med arrangören och kräver flexibla lösningar.

Domarsystemet ska eftersträva att vara minst tre domare men det är också möjligt att genomföra tävlingen med ett annat antal domare. Försök att inte använda för många domare då detta kan upplevas som "skrämmande" för de oerfarna aktiva.

En huvuddomare behövs för att fatta beslut vid oklarheter (kan vara en av domarna eller tävlingsledaren).

Huvuddomaren behöver ha god erfarenhet av hur konstsimsstävlingar går till samt bedömning av dessa. Domarna behöver inte ha genomgått domarutbildning i sin helhet, men ska vara bekanta med bedömningens grunder inför tävlingen, vilket domarna blir genom att läsa in sig på tävlingsformens tillhörande domarmanual. Domargenomgången kan göras internt i föreningen eller av den som är huvuddomare för tävlingen. Domarna har möjlighet att samtala kring bedömningen både före och under tävlingen, eftersom det är betydelsefullt för deras utveckling. Detta ska inte göras inför aktiva eller tränare under tävlingens gång.

Vid figurtävling:

- Samtliga deltagare utför fyra figurer. Dessa bestäms i samband med inbjudan utifrån detta [figurkompendium](#).
- Det bör vara 1 figurpanel per ca 15–20 deltagare.
- Vid poängsekretariatet ska det framgå för de aktiva vilken figur som är aktuell.
- Poängsekretariatet består av följande volontärsuppgifter.
 - **Iputtare:** ser till så att rätt deltagare infinner sig vid figurpanelen och matar fram deltagarna en och en framför domarna.
 - **Poänguppläsare:** läser upp poängen som domarna visar.
 - **Protokollförare:** skriver ner siffrorna som uppläsaren säger. Kan vara 2st på denna post. Används ett digitalt beräkningssystem lämnas poängprotokollet vidare till ansvarig för datorprogrammet. Om inte beräknas poängen utifrån fastställd uträkning från tävlingens egna bestämmelser.
- Om tävlande utför fel figur framför domarna finns två möjligheter. Vid mindre felaktigheter bedöms figuren som den utförts. Vid grövre felaktigheter/ fel figurer så får konstsimmaren göra ett nytt försök. Därefter sätts en siffra med lägsta nivå *Hardly recognizable*.

- Utförandet av figuren bedöms genom poäng med 0.25 intervaller. (bedömningsskalan finns i slutet av dokumentet)

Vid musiktävling:

- Deltagarna kan simma musikprogram som solo, par, trio eller lag. Vad som gäller för programmen finns beskrivet i separat musikkompendium [här](#).
- För musiktävlingen behövs följande volontärer utöver de som beskrivits i det övergripande stycket:
 - **Kontrollant:** bockar av obligatoriska moment från inlämnat Coach Cards för varje program. Lämnar detta till utsedd ansvarig.
 - **Lappspringare:** samlar ihop domarnas lappar efter varje program och lämnar till poängsekretariatet.
 - **Poängsekretariat:** Här sitter ansvarig för poängberäkning. Det kan vara tillsammans med speaker och musikansvarig.
- Domarna bedömer **koreografi, framträdande och övergångar** genom att sätta 3 poängsiffror.
För bedömning se förenklad domarmanual [här](#).
- Domarpoäng visas inte för deltagare under musiktävlingen utan skrivs ned på lappar som lämnas in till poängsekretariatet.
- Programmen bedöms genom poäng med 0.25 intervaller. (Samma skala som vid figurtävlingen)

Perfect	10	Satisfactory	5.75 – 5.0
Near perfect	9.75 – 9.5	Deficient	4.75 – 4.0
Excellent	9.25 – 9.0	Weak	3.75 – 3.0
Very Good	8.75 – 8.0	Very weak	2.75 – 2.0
Good	7.75 – 7.0	Hardly recognizable	1.75 – 0.25
Competent	6.75 – 6.0	Completely failed	0

Har du frågor kring dokumentet är du välkommen att ställa dessa till madeleine.jonasson@svensksimidrott.se