

Rikssimmare 2020-2021

Uttagningskriterier

Uttagning till rikssimmare 2020-2021 och nedanstående aktiviteter har gjorts på resultat uppnådda 1 mars 2019 - 31 juli 2020 i 50 m- och/eller 25 m bassäng.

Simmare som uppnått nedanstående FINA-poäng på en av följande distanser har blivit uttagna: 100, 200, 400, 800, 1500 frisim, 100, 200 ryggsim, 100, 200 bröstsim, 100, 200 fjärilsim eller 200, 400 medley:

Pojkar 18-19 år/flickor 17-18 år = 725 FINA-poäng.

Pojkar 17 år/flickor 16 år = 700 FINA-poäng.

Pojkar 16 år/flickor 15 år = 675 FINA-poäng.

Uttagna simmare

Sofia Åstedt	2003	ELFSBORG
Thilda Häll	2005	ELFSBORG
Lucie Hanquet	2003	GÖTEBORG
Alva Landälv	2005	HS
Daniel Fischer	2002	HS
Henning Cederlund	2003	HS
Johan Rydahl	2001	HS
William Lundblad	2004	HS
Annie Hegmegi	2003	JÖNKÖPING
Saga Boråker	2004	JÖNKÖPING
Olivia Hansson	2003	KIVIKS SK
Olivia Klint Ipsa	2005	KSLS
Lina Dahlgren	2005	KUNGSBACKA
Linus Kahl	2001	LANDSKRONA
Alvin Vålkki	2004	MASS
Elias Persson	2002	MKK
Kristina Orban	2004	MKK
Elsa Bergh	2002	NJURUNDA
Gloria Muzito	2002	NJURUNDA
David Falk	2003	POSEIDON
Emilia Rönningdal	2002	S 71
Moa Bergdahl	2003	SK LAXEN
Hilja Schimmel	2003	SKÖVDE SS
Trine Forss	2003	SKÖVDE SS

Gustav Henriksen	2002	SPÅRVÄGEN
Robin Hanson	2001	SPÅRVÄGEN
Tone Sandsjö	2003	SPÅRVÄGEN
Emelie Fast	2004	SÖDERTÖRN
Saliha Colic	2003	SÖDERTÖRN
Sofia Abrahamsson	2005	UDDEVALLA
Felix Bengs Stattin	2002	UMEÅ SS
Mikael Söderberg	2003	UPSALA S
Martin Melinder	2001	VÄSBY SS
Edith Jernstedt	2002	VÄSTERÅS
Elvira Mörtstrand	2003	VÄSTERÅS
Filippa Sterling	2002	VÄSTERÅS
Julia Månsson	2002	ÖSA

Aktiviteter

Digitalt Riksläger

Uttagna rikssimmare och dess hemmatränare erbjuds att delta på ett digitalt riksläger under HT20, med start 23 september kl. 19:00. Det digitala lägret kommer att beröra områden såsom raceanalys med Antonio Lutula NEC och kost med Emma Lindblom RF. Föreläsningar som redan nu är planerade är 6 okt kl. 19:00, 21 okt kl. 19:00 och 2 nov kl. 19:00. Mer information och upplägg ges på uppstartsmötet den 23 september. Inbjudan till mötet kommer via mail.

Träning på NEC, Stockholm

Rikslägret som var tänkt att genomföras i januari kommer att utgå pga. Covid-19. Med tanke på rådande pandemi ser vi istället möjlighet i att simmare i små grupper, förslagsvis klubbvis besöker NEC i Stockholm för träning och testning HT20 eller VT21. Kost, logi och resa bekostas initialt av respektive klubb. Därefter finns möjlighet att få ersättning mot uppvisade av kvitto upp till 1000 kr/simmare och 1000 kr/tränare. Boka med carl.jenner@svensksimidrott.se. Vi rekommenderar boende på Motel L och lunch på Luma Eatery i Hammarby Sjöstad.

Raceanalys

Samtliga rikssimmare erbjuds raceanalys i samband med SM/JSM i november i Helsingborg, under förutsättning att mästerskapet blir av. Boka vilka distanser/lopp som ni vill få analyserade senast 31 oktober, boka via formulär [här](#).

Utvecklingsplan, Simfysprofilen & Commit Swimming

Rikssimmare rekommenderas, tillsammans med sin hemmatränare, börja arbeta med Svenska Simförbundets [utvecklingsplan](#), [Simfysprofilen](#) och [Commit swimming](#). Titta gärna på föreläsningarna som finns på Simidrotts-TV/Kategorier/ Föreläsningar Svensk Simidrott.



Svenska Simförbundet
Heliosgatan 3
120 30 Stockholm
svensksimidrott.se

Fortsättning VT21

I slutet av året görs en utvärdering och aktiviteter för VT21 bestäms. Ambitionen är att dessa insatser ska utbilda, inspirera och utveckla svenska simmare och tränare i en föränderlig och utmanande tid.

Stockholm, 2020-09-08

Jenny Gustavsson
Talangutvecklingsansvarig, simning
073-968 77 80
jenny.gustavsson@svensksimidrott.se

Carl Jenner
NEC, simning
070-928 49 07
carl.jenner@svensksimidrott.se