

# INBJUDAN

# Elitcoach 2028

## Nominera kommande elitcoach till vår utbildning under 2025

Du har nu som förening/distrikt möjlighet att nominera kvinnor som vill bli elitcoacher. Vi, Svenska Bandyförbundet, Svensk Simidrott och Svensk Friidrott har lyckats få ett stöd från RF för att skapa en unik utbildning för kvinnor som önskar bli elitcoacher i framtiden. Idag är mindre än 10 % kvinnor bland våra elitcoacher i Sverige och vi är säkra på att vi därför missar många kunniga och kompetenta tränare som skulle kunna bidra till Sveriges framgångar i framtiden. I utbildningen ingår drygt 4 träffar för de kommande elitcoacherna, för att träffas och utvecklas tillsammans inom våra tre idrotter. Ett utbildningspass ute i er förening ingår också då ni är helt avgörande för hur dessa tränare kommer trivas och utvecklas i framtiden. Då kommer vi ut till er, och vi träffar er styrelse och sportchefer för ett samtal om hur vi skapar en ännu bättre och mer inkluderande miljö i er verksamhet. Där ni kan bidra med vilka utmaningar ni har för era elitcoacher och vi kan ge input från andra idrotter och verksamheters erfarenheter.

### Behörighet för att nominera/söka:

Coach är du som ser dig själv inom 3–5 år arbeta på elitnivå. Förening som kan nominera är ni som ser dessa som era kommande elitcoacher. Vi önskar också att coacherna är utbildade, har påbörjat en utbildning eller har en plan för att utbilda sig inom sin idrott. De kan även vara före detta elitaktiva som nu vill satsa vidare som coach inom er idrott.

Definitionen av elitcoach i projektet är den som vill jobba med äldre juniorer/seniorer som vill satsa på att ta sig till nationell elit eller mot internationella mästerskap.

Se anmälningsblankett.

### Vad ger det dig som kommande elitcoach?

Vi hoppas att denna utbildning skall ge dig ett bra stöd och hjälp att vilja och kunna ta steget vidare mot elittränare. Vi tror också att du kommer få ett fantastiskt nätverk av kunniga coacher inom flera olika idrotter vilket ger dig en unik chans att jämföra hur vi jobbar inom flera idrotter.

### Vad ger det er som förening?

En chans att få fram fler kompetenta och bra coacher som kan bidra i er förening kommande år mot nya framgångar.



# Tidplan och innehåll

## 20 dec

Sista dag att nominera kommande elitcoacher.

## 5 feb

### Upptastsmöte.

Via teams på kvällstid där vi presenterar oss och går igenom året som kommer, ca 4 h.

Deltagare är projektledare från samtliga förbund, du som kommande elitcoach och sportchef/ ordförande från din förening.

## 5–6 apr

### Ledarskap och lagbygge.

Fysisk träff två dagar, ort meddelas senare.

**Föreläsare:** Frida Rutqvist (landslagstränare bandy), Anne Forsell (mentor och fd. elittränare), Karin Torneklint (sportchef svenska bandyförbundet och fd. förbundskapten friidrott) och Ulrika Sandmark (sportchef Svensk Simidrott och fd. förbundskapten simning). Kristina Andersson (tränare friidrott) och Robert Söderlind Odin (tränare friidrott).

## 7–8 maj

### Fysiska förutsättningar och hur man tränar dessa utifrån idrott, ålder och gren.

Teamsmöte 2x4h på kvällstid.

**Föreläsare:** Johanna Vikström (styrketränare kast), Malin Sundström (tränare uthållighet löpning), Maria Vitazka (teknikträning simning), Ida Kyrilis (PhD fysiologi och Prestations utvecklare på RF) och Johanna Rosén (PhD biomekanik och Prestations utvecklare på RF).

## Jun–sep

Föreningsträffar tillsammans med deltagarna, där föreningens sportchefer och styrelser träffar representanter från Svenska Bandyförbundet, Svensk Friidrott och Svensk Simidrott för en gemensam utbildning.

## Oktober

### Hållbart ledarskap – träningsplanering på kort och lång sikt.

Fysiskt möte två dagar under Finalen av Svenska Cupen Bandy. Datum och ort meddelas senare.

**Föreläsare:** Karin Hägglund (forsare och doktorand GIH), Helena Duplantis (tränare friidrott), Per Göran Fahlström (forskare Linneuniversitetet), Susanne Linnér (forskare Linnéuniversitetet).

## Jan–mar 2026

Utvärdering och en fysisk uppföljningsträff en dag.

## Apr–dec 2026

Återkoppling med deltagare för att se och lära vad mer som behövs i stöd.

**Kostnad:** Själva utbildningsträffarna ang. föreläsare, logi och mat är bekostade av RF, och det klubben måste stå för är tid avsatta för deltagarna, tid för att möta upp projektet när de besöker hemmaklubben och kostnader för resor.

**Programmet ovan kan komma att kompletteras.**

# NOMINERINGSBLANKETT

## Elitcoach 2028

Vi vill nominera följande person till Elitcoach 2028.

Senast den 20 december skall denna blankett sändas till [karin.torneklint@svenskbandy.se](mailto:karin.torneklint@svenskbandy.se)

Namn på nominerad coach: \_\_\_\_\_

Idrott: Bandy \_\_\_\_\_ Simidrott: \_\_\_\_\_ Friidrott: \_\_\_\_\_

Vi i föreningen ser fram emot att stötta personen i dess utveckling och delta i vår träff med projektet:

Förening: \_\_\_\_\_

Namn: \_\_\_\_\_

Funktion: \_\_\_\_\_

Motivering från förening:

Coachens utbildningsplan/genomförd utbildning:

Coachens egna motivering till varför deltagande i detta skulle bidra till sin egen utveckling:

Om textfälten ovan inte räcker till kan du bifoga en bilaga när du skickar in din ansökan.

