SVENSK SIMIDROTT

Händelser i VATTENPOLON

Höst-vinter

NR 1: 2025

HÖSTENS LANDSLAGS RESULTAT



De blev en 4:e plats i EU-Nations Cup

för både dam & herrlandslaget

Både damerna & herrarna tog sig till spel om 3:e-plats men lyckades inte borga bronset. För herrarna var placeringen den bästa hittills i turneringen. Damerna vann 2023.

U18-killar tog bronsplatsen i EU-Nations Cup



Då vare sig Finland eller Litauen lyckades med att arrangera ett NM för U18-killar fick laget istället spela EU-Nations Cup. De blev en 3:e placering för dem. Nikita Alekhin valdes till turneringens MVP.



Silver till U18-tjejer & brons till U16-killar i NM

Sista helgen i november spelade NM i finska Esbo. U16-laget tog hem bronset efter att ha krossat Estland. U18-tjejerna tog andra platsen i turneringen efter att ha vunnit sina båda matcher mot Norge. Finska tjejerna och Danmarks killar vann NM. Petar Kragulac valdes till bästa målvakt i U16-turneringen.

Nytt format för U12 & U14-matcher

Med start denna säsong kommer vi prova att spela matcher för U12 & U14 lag på mindre plan (15x10 m) och med mindre antal spelare på plan, 4 utespelare + målvakt. Matcherna spelas i cupformat. I kolumnen till höger ser ni vilka turneringar som är planerade. Fler lär tillkomma. Anmäl ert lag och kom igång med matchspel med era spelare.



Planerade Cuper 2026

U14-Cup i Falun, 24 januari 2026
Anmäl er senast 22 december 2025.
annasoderlund_1@hotmail.com

U12-Cup i Linköping, 31 jan. 2026
Anmäl er senast 29 december 2026.
johannzdolsek@yahoo.se

U14-Cup i Västerås 14 febr. 2026
Anmäl er senast 14 januari 2026.
jacoblithammer@hotmail.com

U14-Cup i Linköping, 14 mars. 2026
Anmäl er senast 14 februari 2026.
johannzdolsek@yahoo.se

Varför det nya formatet för ungdomspolon?

Utbildningsansvarig för vattenpolo på SSF, Erik Rudberg svarar

Vad är syftet med det nya formatet för U12 & U14-spel

De skall vara roligt att spela match. Med mindre plan blir alla mer involverade och aktiva i spelet.

Ser du några andra fördelar med att man spelar på mindre plan, förutom att det krävs mindre antal spelare i lagen

De blir mer fokus på teknik och att utveckla spelförmågan. Med fler repetitioner av spelsituationer förbättrar spelarna sin kapacitet att ta snabba beslut, vilket utvecklar spelsinnet. Långa sträckor med simning kan vi fokusera mer på när barnen blir lite äldre.



Med tekniken och spelsinnet på plats kan vi sedan börja addera mer fysik, taktik och konditionsträning när barnen passerat puberteten.

Passar det här nya format även andra målgrupper än U12 & U14

De skulle passa tjejpolon perfekt. Många klubbar har få tjejer, med det här formatet blir det lättare att få ihop ett lag för att spela matcher.

Ser du samma fördelar även för tjejer som killar med mindre plan

De viktiga är att tjejerna kommer igång med matchspel. Sedan är det absolut samma fördel för dem att fokusera på teknik och att alla blir delaktig i spelet.

Vaccinera klubben mot doping



Med start 2026 måste alla föreningar som planerar att delta i ett Svenskt Mästerskap ha genomfört utbildningen ”Vaccinera klubben mot doping”. Vaccinera klubben mot doping är ett upplägg för idrotts-föreningar att göra en egen strategi för antidopingarbetet, både förebyggande och akut. Se till att vaccinera er klubb innan nästa mästerskap. Mer info. finner ni via följande länk: vaccineraklubben.se

Statusrapport från VSS vattenpolo

Jacob Lithammer ansvarig för VSS ungdoms-verksamhet i vattenpolo.



Hur är läget i VSS vattenpolo 2025

Toppen! Vi är på gång igen med våra ungdoms-grupp. Vi har idag ca 25 barn & ungdomar som tränar regelbundet, och som ser framemot att få börja spela matcher.

Planerar ni att delta i ungdomsturneringar

Precis, formatet passar oss perfekt då vi inte har så stor trupp med spelare i samma ålder.

Kan ni tänka er att själva stå som cuparrangör

Ja, vi planerar för en U14-turnering lördagen den 14 februari. Får vi in tillräckligt med lag så är planen att vi arrangerar en turnering i Västerås.

Hur ser det ut på seniorsidan. Funderar ni på att delta i Beach-SM i Karlstad nästa sommar. Om så, siktar ni på medalj även denna gång?

Vi har pratat lite om det. Vi får se hur motiverade ”gubbarna” är när solen och värmen återvänder. I bästa fall är vi där med ett blandat gäng av äldre och lite yngre spelare. Ja, varför inte. Deltar vi så är det bra att sikta högt.

AKTUELLT:

Save the date! ’Årets polospelare’
Tillkännages i mitten av januari 2026

Vattenpolotränare Nivå 2, (2 träffar) 9-11 jan. & 20-22 febr. i Stockholm
Sista anmälningsdag 29 december.
Läs mer: Vattenpolotränare

Simidrottsmöte tisdag 10 februari 2026, Kl 11:30-12:30 (Zoom-möte).

Domarutbildning Nivå 1, 11 april 2026. Teori hålls på Teams. Praktik ’Upptramp Cup’ i Järfälla.

Upptramp Cup, 13-15 juni 2026
Ungdomsturnering i Järfällabadet.

Save the date! Tränarkonferensen
11-13 september 2026. Plats ej fastställd. Mer info. kommer.

SM VECKAN

Sommaren 2026 är beachpolo tillbaka som en idrott på SM-veckan som arrangeras i Karlstad. Planen är att vi spelar mästerskapet i Inre hamn (alldeles vid Löfbergs Lilas rosteri). Preliminärt 26-28 juni.

ÖVRIGA SVENSKA MÄSTERSKAP

Junior-SM 13-15 mars, Stockholm
U16-SM 24-26 april, Ängelholm
Senior SM, 9 maj, Stockholm
U18-SM 29-31 maj, Linköping

Fyra frågor till, Alexandros Vlastos internationell domare & ansvarig för SFF, domarutbildningar



De har varit ett intensivt år för dig med både nationella & internationella uppdrag, berätta

Det har varit ett bra år, med uppdrag från ungdoms-slutspel till EM-kval. Nivån på spelet varierar så klart från fall till fall, men det är oavsett kul att döma matcher tillsammans med duktiga domarekollegor. I början av året fanns det fortfarande en del frågor kring de nya reglerna, men när det närmade sig sommarens EM-kval var de flesta mer eller mindre insatta i ändringarna. Nu börjar vi också se att de landar hos både spelare och ledare.

Du ansvarar för vattenpolons domarutbildning hos SSF, hur skall vi få fler att bli vattenpolodomare

För att få domare som utbildas att växa och så småningom kunna döma seniormatcher, samt slutspel krävs ett gott samarbete mellan förbund och klubbar. Klubbarna måste ge nya domare chansen att få döma matcher, så att de kan utvecklas, helst tillsammans med mer erfarna domare. Med tiden kan de sedan få mer krävande uppdrag. De är dock viktigt att vi skyndar långsamt så att vi inte ”bränner” våra nya förmågor i jakten på snabba lösningar.

Har du några goda råd att ge domare i deras utsatta position

Det är viktigt att förstå att domare, precis som andra i en match, gör fel. När så sker är det av stor vikt att domaren kan vända sig till en annan domare för råd. Om så sker är chansen att det händer på nytt mindre. Under match är det dock viktigt att det är tydligt att domarparet är de som bestämmer, och undviker diskussioner eller argumentationer. Svara tydligt på frågor om det finns möjlighet, men undvik argumentation. Det leder sällan till något bra när det sker under en match.

Hur står sig svensk vattenpolo i internationell jämförelse, och vad behöver vi förbättra?

Med tanke på hur få spelare och lag vi har i våra serier står vi oss ganska bra, skulle jag säga. Men för att lyckas ta sig till slutspel i EM och JEM krävs fler lag & spelare i rätt åldrar. Det behövs även fler och mer rutinerade coacher som arbetar mer långsiktigt med ett lag, och inte behöva ansvara för ”alla” ungdomslag i föreningen. Satsningar som JEM-kval, EU-Nations med P18 och Nordic League för U16, är nyare projekt som bör prioriteras mer kontinuerligt framöver, så att resultaten kan börja synas efter några år.