

Uttagningsprinciper för Öspelen 2027

Syfte

Skapa en transparent och utvecklingsinriktad uttagningsprocess som främjar långsiktig satsning, laganda och prestationer på hög nivå

Arbetsgruppen har bestått av Jonas Nordberg, Björn Karlsson och Miisa Weuro

Kvalificeringsperiod

Träningsmängd samt tävlingsresultat under perioden 1.1 – 31.12 2026 ligger till grund för möjligheterna att bli uttagen till truppen.

Dessutom bedöms utveckling, inställning, ansvarstagande och laganda.

Uttagningsgruppen består av Alexis, Kjell och Annika Aspholm.

Intresseanmälan för att komma i fråga görs senast 2025-12-31 via Suomisport. Intresseanmälan behövs för att tränarna ska kunna följa träning och tävling för de som vill delta.

Träning och utveckling

Simmaren ska bedriva kontinuerlig träning fram till Öspelen 2027

Träningen planeras i samråd med tränarna, riktlinje är minst 4 simpass per vecka

Träningsdagbok är obligatorisk och ska innehålla träningsmängd, reflektioner, frånvaro och utveckling. Utdrag ur träningsdagboken redovisas månatligen på samma sätt som tidigare.

Uppföljning med tränare var 3:e månad där mål, utveckling och träningsstatus diskuteras och utvärderas.

Individuella delmål och mål på Öspelen 2027 fastställs i samråd med tränarna under våren 2026.

Resultat- och prestationskrav

Tidskraven är tider som ska uppnås för att ha en möjlighet att vara med i truppen. Uppnådd tid innebär inte att simmaren har en garanterad plats!

Simmaren ska visa utveckling och stabila prestationer under hela kvalificeringsperioden, helst i nivå med eller bättre än sina personliga rekord per 1.1 2026.

Tiderna har tagit fram enligt följande principer:

- 200m och längre: Genomsnittlig 12:e tid på distansen de 5 senaste spelen
- 50/100m: Genomsnittlig 16:e tid på distansen de 5 senaste spelen

Slutlig uttagning

Den slutgiltiga truppen tas ut i januari 2027, endast simmare som fyller minst 14 år under 2027 är aktuella.

Truppen tas ut bland de simmare som nått resultatnivåerna, visat en vilja att träna och utvecklas samt anses ha en möjlighet att prestera på hög personlig nivå.

Truppen kan maximalt bestå av 8 herrar och 8 damer.

Fördelning av sträckor

Endast simmare som har en registrerad tävlingstid på önskad sträcka under 2026 kan komma i fråga.

Sträckorna fördelas i början av april 2027 baserat på resultaten fram till 31.3 2027 till de två snabbaste som vill simma respektive sträcka.

Preliminära stafettlag tas också ut i april 2027, men dessa kan ändras ända fram till respektive tävlingspass.

Uttagningen baseras på individuella resultat, andra stafettinsatser samt dagsform och lagdynamik.

Justeringar under tävlingen beslutas av lagledarna på plats.

Tillgänglighet och uppförande

Simmaren ska vara skadefri och träningsduglig

Frånvaro kan påverka uttagningen

Kortare avbrott från träning för t.ex. skador, sjukdom, jobb mm behöver diskuteras med tränarna

Alla simmare ska uppträda som ett lag, följa lagledarnas instruktioner och respektera föreningens regler gällande alkohol, tobak, kost och uppträdande.

Tider

Gren	Herrar	WA	Damer	WA
50 fj	0:27,71	483	0:31,40	468
100 fj	1:05,24	392	1:11,57	430
200 fj	2:30,42	349	2:49,17	361
50 ry	0:30,92	348	0:33,56	383
100 ry	1:07,87	350	1:12,69	411
200 ry	2:27,03	420	2:34,50	459
50 br	0:32,60	448	0:37,05	448
100 br	1:11,39	464	1:22,55	431
200 br	2:40,27	421	2:53,15	469
50 fr	0:25,71	482	0:28,75	534
100 fr	0:57,20	481	1:03,17	503
200 fr	2:01,39	548	2:14,65	549
400 fr	4:25,58	510	4:52,87	492
800 fr	9:19,43	501	10:52,93	390
1500 fr	18:21,19	458	20:45,31	409
100 me	1:05,35	428	1:13,27	458
200 me	2:18,89	491	2:34,84	487
400 me	5:15,85	426	5:40,20	444