

## Svensk Badmintonmodell Elitprogrammet

---

### Innehåll

1. Inledning
2. Organisation och struktur
3. Träningsmiljöer
4. Träning och utbildning
5. Förbundets träningsmiljöer
6. Hörnstenar i Elitprogrammet
7. Framtagandet av Svensk Badmintonmodell

### Inledning

Svenska Badmintonförbundet önskar genom Svensk Badmintonmodell skapa en tydlig och gemensam spelarutvecklingsplan för spelare, ledare och värdnadshavare. Parallellt med detta dokument finns en Spelarutvecklingsplan.

Ambitionen är att alla träningsmiljöer som spelaren kan tänkas befinna sig i under sin karriär ska kunna implementera valda delar av modellen utifrån spelarens behov. Implementeringen av Svensk Badmintonmodell sker dagligen i klubbar, badmintongymnasier, riksidsrottsuniversitet, elitidrottsvänliga lärosäten och förbundets aktiviteter, via Elittruppens träning på Badminton Sweden Elitcenter (BSE), riksläger, mästerskap etc. Genom dialog och samarbeten är ambitionen att dom olika träningsmiljöerna implementerar rekommendationer och att Svensk Badmintonmodell blir just hela badmintonsveriges modell.

Svensk Badmintonmodell baseras på Badminton Swedens värdegrund, [BadmintonVill](#). Genom ett gemensamt arbete som präglas av ett prestigelöst samarbete, kunskap och engagemang har vi en spännande resa framför oss. Badminton Sweden nyttjar befintliga relevanta studier och rekommendationer från bl.a. Riksidrottsförbundet genom bilagor och länkar.

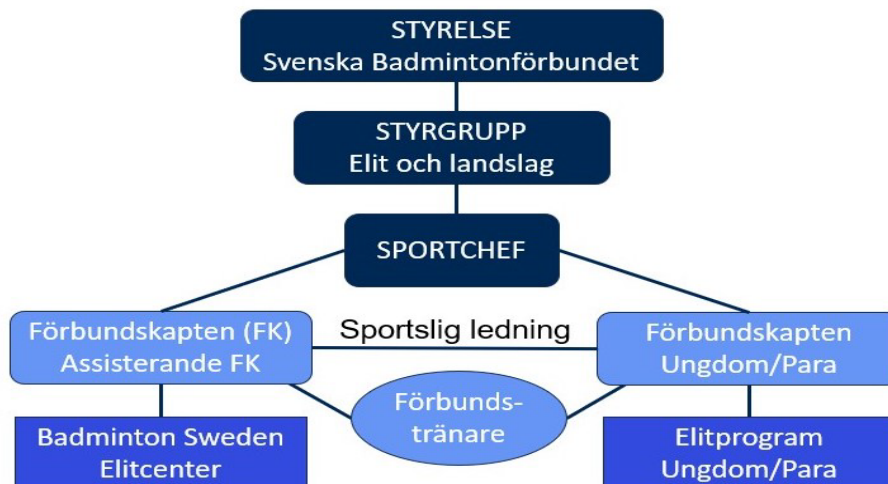


Jessica Silvennoinen och Ludwig Axelsson

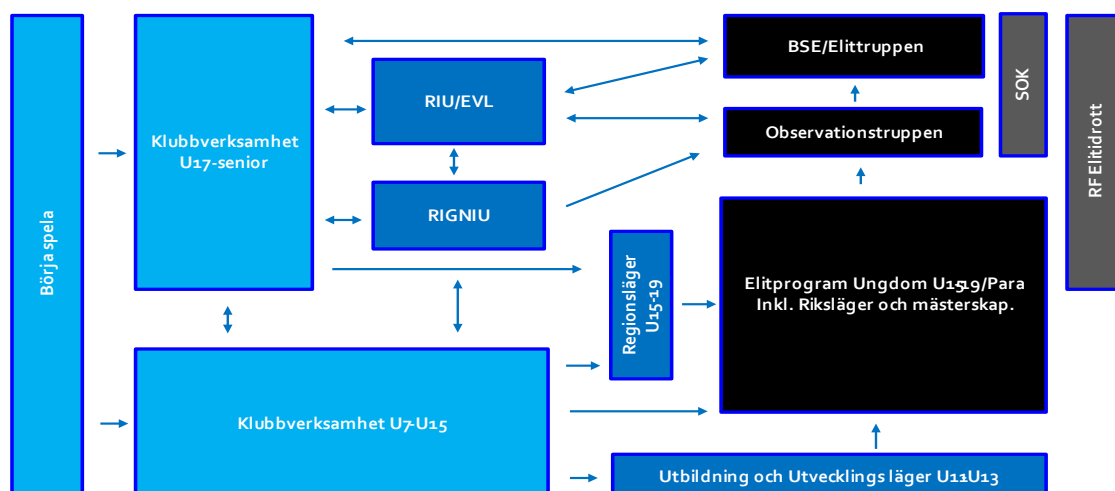
Svenska Badmintonförbundets strategiska målsättning med Elitprogrammet fram till 2025:  
*Svensk badminton erbjuder genom våra föreningar och elit/landslagsverksamhet goda utvecklingsmiljöer från barn och ungdom, via gymnasier till seniorelit, vilket resulterar i att vi konkurrerar om medaljer på internationella mästerskap.*

## Organisation och struktur

Badminton Sweden har organiserat ansvaret för Elitprogrammet efter nedanstående översikt.



Vägen från att börja med sporten och hela vägen till Elittruppen är beskriven i nedanstående. Klubbverksamheterna har en mycket central roll i Elitprogrammet och spelarutvecklingen.





Från vänster: Kamaldeep Singh (centertränare), Albin Hjelm (centertränare), Amanda Högström (FK), Emelie Fabbeke (FK Ungdom/Para), Victor Bengtsson (fystränare) och Henri Hurskainen (FK).

## Träningsmiljöer

En spelare kommer sannolikt under sin karriär att träna i flertalet olika träningsmiljöer. Att vara öppen för nya kompisar, sparring och ledare är mycket viktigt. Likaså att känna sig trygg i sin träningsmiljö och att man kan utvecklas både som person och spelare.

Tabell utifrån ungefärlig fördelning per träningsmiljö under spelarnas åldersutveckling i Elitprogrammet. Tabellerna ska ge en övergripande bild för fördelningen mellan träningsmiljöerna. Viktigt att understryka är att spelare utvecklas olika och gränserna mellan exemplen på olika spår flexibla.



© Cecilia Wang

Risha Patil

## Exempel, spår 1

Ålder	Klubb	Badmintongymnasium	BSE	UU-läger	Riksläger
9-12	95%			5%	
13-15	85%				15%
16-18	45%	45%			10%
19+	5%		95%		

## Exempel, spår 2

Ålder	Klubb	Badmintongymnasium	RIU/EVL*	UU-läger	Regionsläger
9-12	95%			5%	
13-15	95%				5%
16-18	50%	50%			Försummande liten del.
19+	50%		50%		

## Exempel, spår 3

Ålder	Klubb	Badmintongymnasium	RIU/EVL*	UU-läger	Riksläger
9-12	95%			5%	
13-15	95%				15%
16-18	45%	45%			10%
19+	100%				

\* Riksidrottsuniversitet och Elitidrottsvänliga lärosäten

### Klubbträning

Klubbträningen är helt avgörande för spelarutvecklingen, inte minst för att det i dem allra flesta fall är den första kontakten med vår idrott. Att klubbar tar emot, inspirerar och utvecklar spelarna lägger grunden för en spännande utveckling inom badminton. För en spelare i Elitprogrammet sker den absoluta majoriteten av spelarnas badmintonträning i klubbmiljö upp till och med högstadiet.

Det är mycket viktigt att betona betydelsen av klubbarnas träning även efter gymnasieåldern. Att ha möjlighet att utvecklas även om en spelare inte på tidpunkten är uttagen till exempelvis Elittruppen är mycket viktigt för spelaren, klubben/regionen och svensk badminton.

## Träning och utbildning

### Badmintongymnasium

Från Riksidrottsförbundet:

*Det finns två olika möjligheter för elever som vill kombinera studier med elitidrott på gymnasiet: riksidrottsgymnasium (RIG) och nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU). RIG har riksrekrytering medan NIU har lokal/regional antagning.*

*Kombinationen elitidrott och utbildning är en viktig grund i den svenska idrottsmodellen. Varje elitidrottare ska ges möjligheter att satsa helhjärtat på sin idrott, men lika viktigt är att kunna kombinera satsningen med en gymnasieutbildning. Det ger elitidrottaren förstärkta möjligheter att vidareutbilda sig och att komma in på arbetsmarknaden under eller efter avslutad karriär.*

Inom Badmintonförbundet ingår det två RIG-verksamheter, Göteborg och Uppsala. Verksamheterna är inkluderade i Elitprogrammet via möten, tränarforum och annan fortbildning. Det ingår åtta NIU-verksamheter, från Malmö i söder till Umeå i norr. Samtliga verksamhetsansvariga på RIG och NIU ingår i ett nätverk med gemensamma möten och aktiviteter.

Mer information om badmintongymnasier kan du läsa på hemsidan, [För spelare | Svenska Badmintonförbundet](#).

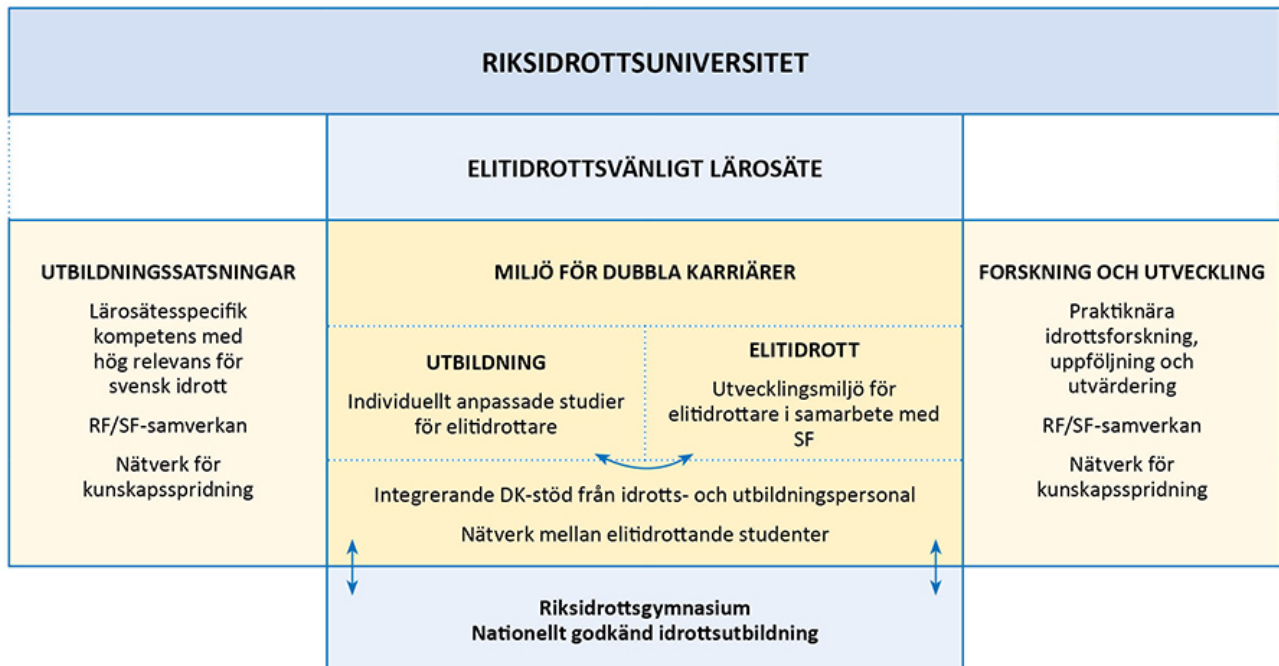


Mio Molin

Riksidrottsuniversitet och Elitidrottsvänliga lärosäten

Från Riksidrottsförbundet:

*Riksidrottsuniversitet (RIU) och Elitidrottsvänliga lärosäten (EVL) har som främsta syfte att möjliggöra en kombination av elitidrott och högre utbildning.*



Det är framför allt i Umeå som RIU-verksamheten har tagit in badmintonträningen i programmet med anställd tränare och träningsmängd för att utvecklas mot internationell konkurrenskraftighet.

[Badmintons kompetenscentrum \(BKC\) i Umeå \(umu.se\)](https://umu.se/badminton)

### Förbundets träningsmiljöer

#### Utveckling och Utbildningsläger

Sker regionvis, dvs ett läger i norr, ett i söder, ett i väst och ett i öst. Breda läger med öppen anmälan där klubbarna anvisas anmäla spelare som spelar högsta och näst högsta tävlingsnivån i respektive ålder för U11 och U13. Genomförs en eller två gånger per år, och samlar omkring 140–200 spelare vid varje tillfälle. Innehållet styrs centralt från förbundet. Lägren fokuserar mycket spelmässigt på dubbel (teknik och taktik) och fotarbete i singel. Även teoretiska genomgångar om uppvärmning (varför, hur och när), tävlingsnivåer i svenska systemet, samt lägerverksamhet för U11-U15 som genomförs i förbundets regi.

Därutöver syftar lägren också att sprida Svensk Badmintonmodell och träningsmetoden till tränare över hela Sverige då hemmatränare bjuds in att kostnadsfritt få delta på lägret och få genomgångar före och efter varje pass av de utsedda tränarna. Lägren syftar också till att låta spelare i unga år träffa, träna och umgås med spelare från andra klubbar för att öka sammanhållningen.

## Regionsläger

Genomförs regionvis en gång per år för U15-U19-spelare i augusti-september. Lägren tas ut till enligt nedan:

- Alla rikslägerspelare är uttagna
- Utöver ovan tas topp 8 i varje ålderskategori ut, dvs 8 killar och 8 tjejer.
- Utöver det kan lägeransvariga ihop med förbundet ta ut wildcard-spelare
- Utöver det: Varje distrikt SKA HA minst en spelare representerad, och dessa tas vid behov ut utanför ovan kriterier.

Lägren blir därmed stora, och samlar runt 200 spelare varje år.

## Riksläger

För ungdom (U15-19) och Para Elit genomför förbundet tre riksläger under en säsong. Målsättningen med Rikslägren är att utveckla, utbilda, inspirera och lära känna spelare på hög nationell nivå. Rikslägren fungerar också som en viktig plattform för kommunikationen mellan förbundet, klubbar, huvudtränare och vårdnadshavare. För uttagning till U19 höjs kraven från hög nationell nivå till konkurrenskraftig på europainivå.

Förutom träning enligt förbundets spelarutvecklingsplan innehåller rikslägren bl.a. utbildning och information kring idrottspsykologi, nutrition, antidoping, gymnasieprogram, eftergymnasiala studier/dubbla karriärer och förberedelser inför en eventuell uttagning till Elittruppen.

Lägerverksamhet i Elitprogrammet följer säsongen (höst/vår). Observera att de internationella åldersklasserna löper kalenderår.



Matilda Ståhle

## Badminton Sweden Elitcenter (BSE)

BSE i Uppsala är svensk badmintons nationella elitscenter. Elittruppen tränar permanent på BSE och består av cirka 24 platser. Förbundskaptenerna Amanda Högström (föräldraledig till 241231) och Henri Hurskainen, Centertränare Kamaldeep Singh och Albin Hjelm ansvarar för den dagliga verksamheten. Verksamheten sker i nära samarbete med fystränare och fysioterapeut (Victor Bengtsson), samt stödfunktioner såsom idrottspsykolog och nutritionist via RF Elitidrott. Sportslig ledning bjuder löpande in klubbspelare till Elittruppens träning på BSE för observation, inspiration och sparring.

Till Observationstrupp tas spelare ut som Badminton Sweden anser vara långt fram i den internationella konkurrensen i sin ålder (från gymnasiet till ung senior), samt har visat på ett stort eget driv och ansvar i sin badmintonutveckling.

## **Hörnstenar i Elitprogrammet**

"Vi mot världen – utveckling mot internationella medaljer" togs gemensamt fram Elittruppen och sportslig ledning 2021. Vid Elitprogrammets dagliga verksamhet och aktiviteter arbetas det aktivt med att diskutera och följa upp dokumentet, men frågeställningar som; vilka vill vi vara och vilken miljö önskar vi bidra till?



*Damlaget vid lag-EM 2023*

## Mästerskap

Ambitionen är att delta vid samtliga mästerskap, lag och individuellt. Inför varje mästerskap tas en landslagstrupp ut. Förbundet har inga specifika uttagningstävlingar inför mästerskap.

## Uttagningar

Ansvarig för uttagningar till tävlingar, läger och mästerskap är respektive förbundskapten. Inför alla uttagningar har Sportslig ledning uttagningsmöten där förbundstränare, som bedöms ha extra stor kunskap gällande den specifika uttagningen, bjuds in. Inför vissa tävlingar i ungdom och till samtliga mästerskap tas en landslagstrupp ut. Elittruppen och Observationstruppen har ingen förtur till mästerskapsuttagning.

- Elittruppen
- Observationstruppen
- Riksläger
- Mästerskap och tävlingar

Grundkrav till ovanstående uttagningar:

- inneha svensk spelarlicens;
- inneha svenskt pass;
- inte ha representerat annat land i mästerskap under de senaste tre åren (enligt BWF:s Statutes/General Competition Regulations §6);
- att uttagen spelare tränar på BSE sista veckan inför lagmästerskap för seniorer.

Undantag kan göras i grundkraven om arrangören/Badminton Europe/BWF tillåter det.

## Kriterier

Spelare och lag, som anses på kort och/eller lång sikt, bäst kunna bidra till att nå förbundets övergripande målsättningar att konkurrera om medaljer på internationella mästerskap tas ut.

Nedanstående punkter är det förbundet utgår ifrån vid samtliga uttagningsdiskussioner. Prioriteringen mellan punkterna varierar mellan typ av uttagning och åldersklass.

- Vilja
  1. driv att utveckla sig vid träning och tävling.
  2. livsstil och val som prioriterar sin badmintonutveckling.
- Nivå, utvecklingskurva och utvecklingspotential\*
  1. Teknik
  2. Taktik
  3. Fysik
  4. Mentalt
- Resultat
  1. Internationella tävlingsresultat som indikerar hög internationell nivå.
  2. Förmåga att konkurrera och prestera mot olika nivåer av motstånd i olika tävlingsmiljöer.

*\*Utvecklingspotential med hänsyn till tidigare och nuvarande träningsmiljöer, träningsmängd, träningskvalitet och inte minst vilja att utvecklas.*

### Prioriteringar och värderingar vid uttagningar

Badminton Sweden

- värderar resultat högre stegvis i åldersklasserna. Resultat närmare uttagningstillfället värderas generellt högre;
- strävar efter att ta ut fasta konstellationer i dubbelkategorierna.
- värdesätter en öppen kommunikation och ett samarbete med spelaren och huvudtränaren;
- värdesätter om spelaren, vid tidigare uttagningar, bidragit till en utvecklande och inspirerande tränings- och tävlingsmiljö.

Rankinglistor är endast ett verktyg i arbetet vid uttagningar där gjorda resultat vägs in i helhetsbilden.

### Trygg idrott

I Elitprogrammet tar vi regelbundet upp teman kring trygg idrott och vad vi önskar stå för under träning och tävling. Mer information finns i dokumentet Badminton Vill och [Trygg idrott | Svenska Badmintonförbundet](#)

### Idrottspsykologi, nutrition och fysisk träning

Vi arbetar i nära samarbete med RF Elitidrott gällande idrottspsykologi, nutrition och fysisk träning. Detta genom riktade insatser mot individer och i större projekt för att utveckla Elitprogrammet.

### Antidoping

Alla spelare som är i vårt Elitprogram önskar vi ska genomföra Antidopings Sveriges utbildning Ren Vinnare. Vid representation vid mästerskap, U17 och äldre, är genomförd utbildning ett krav. Vid ett tillfälle per säsong genomförs en föreläsning med uppföljande frågestund för samtliga i Elitprogrammet.

Spelare uttagna i SOK:s Topp och Talangprogram och/eller anser konkurrera om EM-medaljer av Sportlig ledning ska vistelserapportera.



*Moa Sjöo Gozzi och Tilda Sjöo*

**Framtagandet av Svenska Badmintonmodell**

Inspiration har hämtats ifrån

Badminton Danmarks Talangutvecklingsstrategi 2020-2024

Svenska Badmintonförbundets Talangutvecklingsprogram från 2012

Riksidrottsförbundet Elitidrott

[Elitidrott - Riksidrottsförbundet \(rf.se\)](https://www.rf.se)

Samt många intressanta diskussioner mellan personer i badmintonsverige och dom erfarenheter som vi gemensamt har.

Arbetsgruppen för Svensk Badmintonmodell – Elitprogrammet

PH Croona; Sportchef och processansvarig

Amanda Högström; Förbundskapten

Henri Hurskainen; Förbundskapten

Emelie Fabbeke; Förbundskapten Ungdom och Para

Albin Hjelm, Centertränare

Kamaldeep Singh, Centertränare

Claes Johansson; Föreningsutveckling

Thomas Csiffary; Projektledare barn och ungdomsidrott (SBF)

Hannes Andersson; Utbildningsansvarig (SBF)

Victor Bengtsson; Leg. Fysioterapeut och fystränare med MSc Physioterapy och MSc sport medicine

I samarbete med

RF Elitidrott, SOK och Parasport Sverige

Referensgrupp

PG Fahlström

Styrgruppen Elit och landslag

Förbundstränare

Verksamhetsansvariga för Badmintongymnasier