

# Svenska RG Landslaget

2023-01-26

Nutid –Framtid



# Landslaget 2023

## Hur ser landslagsverksamheten ut 2023

Vi har inför 2023 tagit ut 12 seniorer och 1 junior

Vi har en tillförordnad förbundskapten – Jimmy Ekstedt

Vi har två landslagstränare – Katarina Söderberg och Emma Sandell

Och en fysio – Jessica Haarala Mattsson

# Lägerplanering 2023

- Vi har i januari redan haft ett uppstartsläger med gymnasterna på Bosön.
- Vi planerar ett sommarläger på Lingvallen 26-30/7
- Uppladdning inför EM
- Eventuellt ska vi försöka få till ett läger i Finland under hösten

# Tävlingsplanering - seniorer

- Miss Valentine i Estland Grand Prix (Alva - egen betalning)
  - EM-kval i Uppsala 11/3 (egen betalning)
  - RS1 i Södertälje 1-2/4 (egen betalning)
  - Ljublijana Slovenien 7-10/4 / Sofia Cup i Bulgarien (subventionerat från förbundet)
  - World Cup Portimao Portugal 28/4-3/5 ( Två gymnaster från placeringarna 1-3 på SM 2022 kommer åka )
  - RS 2 i Staffanstorps 12-14/5 (egen betalning)
  - EM i Baku 17-22/5 ( Enligt uttagningskriterierna)
  - SM i Uppsala 2-4/6 (egen betalning)
  - VM i Spanien 23-27/8
- Under hösten tillkommer det nationella tävlingar och kanske även internationella.

Hur ser framtiden ut  
och vad ska vi jobba  
med?



## Seniorlandslaget

Ska bestå av 6 gymnaster. Hur uttagningar inför 2024 kommer ske arbetar vi med och återkommer när vi är klara med den processen.

## Juniorlandslaget

Juniorlandslaget ska fyllas på med gymnaster födda -09 eventuellt -10 och även dem ska vara upp till 6 stycken.

## Landslagsledningen

Vi ska även inför 2024 förhoppningsvis ha på plats en ny förbundskapten.

## Utvecklingsgrupp

Vår målsättning är att till 2024 få fram en utvecklingsgrupp i samarbete och ledning av RTK.



# Vad är våra styrkor enligt nuvarande landslag?

- Gemenskap
- Hälsa
- Stöttning utav varandra
- Att vi är trygga med oss själva
- Att vi inte ger upp
- Ödmjukhet

# Vad kan RG Sverige utveckla för att du ska hålla motivationen att fortsätta satsa som gymnast de kommande åren? Vad är viktigt för dig?

Våra gymnasters svar och förslag:

- Ha internationella gästtränare på våra läger
- Åka på internationella tävlingar med stora delegationer
- Göra mer PR för landslaget, visa vad vi gör och sprida vad vi står för till yngre gymnaster
- Fler läger för även dem som inte är landslaget. Man skapar en härlig gemenskap och lär känna varandra mer.
- Att få möjligheten att kunna tävla i en gren/ett program som man gör i AG.
- Kunna tävla på fristående även som junior och senior





# Mästerskap under 2024

- NM/JNM i Finland
- EM i Budapest
- SM/JSM



# Mål för seniorlandslaget på NM 2024

- 3 individuella medaljer
  - 2 medaljer för trupp och DTQ
  - Målet är att vi ska åka med full delegation och med väl förberedda gymnaster.
- 
- Uttagningskriterier kommer så fort dem är bestämda.

# Juniorlandslagets mål på JNM 2024

Vi vill ha ett juniorlag som är med för att skapa erfarenhet och förbereda sig för framtida landslagsrepresentationer på seniornivå.

Målet är att dem ska ha en positiv upplevelse och visa upp bra gymnastik på en nivå som (om möjligt) räcker för att kvala in till någon grenfinal.

# Diskussion

Vi har några frågor ni får diskutera och ni får gärna lägga till och ställa andra frågor eller lyfta andra funderingar.

- Hur blir vi bättre på att kommunicera med föreningstränarna?
- Vad tycker ni om idén att ha en utvecklingsgrupp?
- Hur kan föreningarna hjälpa landslaget att bli bättre?
- När är man skadefri?
- Har ni några tankar på hur vi ska ta fram en ny förbundskapten?

# Tack!

Kontaktinformation:

[Jimmy.ekstedt@gymnastik.se](mailto:Jimmy.ekstedt@gymnastik.se)

[Katarina.soderberg@gymnastik.se](mailto:Katarina.soderberg@gymnastik.se)

[Emma.sandell@gymnastik.se](mailto:Emma.sandell@gymnastik.se)

