



# Seniorlandslagets verksamhet 2009

---

Så äntligen är vår säsong igång och jag tänkte passa på att informera om seniorlandslagets verksamhet under resten av året.

## Målsättning

Att under första etappen 2009 erbjuda 88 av landets bästa seniorspelare att tävla om de 45 platser som skall representera Sverige i tre landskamper under 2009. Att sedan kunna erbjuda de slutgiltiga 45 spelare en plats att delta i förberedelsen (landslagsakademin 2009-2010) inför EM 2010 i Tyskland.

## Etapper

### Klubbsäsong

Vi inom landslagsstaben har tittat på många seniormatcher och kommer att kunna erbjuda 88 spelare att delta i seniorlandslagets träningsläger i juli månad. Det är en omöjlighet för oss att täcka alla divisioners seniormatcher och därför uppmanar jag alla som vill rekommendera spelare att kontakta mig för vidare diskussion. Det kan vara bra att ha filmunderlag tillgängligt på aktuell spelare om ni starkt vill rekommendera ev. spelare som vi kan ha missat i vårt arbete. YouTube eller dylikt är ett snabbt och enkelt kommunikationsmedel i denna ev. process.

### Seniorlandslagets träningsläger 20 - 23 juli, Tyresö Bollmoravallen

Detta läger är ett uttagningsläger med 88 spelare, där 45 spelare kommer att bli uttagna till att representera Sverige i två landskamper mot Storbritannien (den 25 juli) och Australien (den 23 juli). Meningen med detta läger att vi skall kunna sortera ut den trupp som senare under hösten skall spela Finnkampen den 3 oktober på Zinkensdamms IP.

Kostnaden för en spelare som åker med till England är 3000:-/person och är för flygbiljetten endast, alla andra kostnader står SAFF för väl på plats i England. Information om lägerkostnader kommer i kallelsen till 88mannaläget.

### Finnkampen 2-3 oktober

Med basen från den grupp som spelade landskamperna i Storbritannien kommer vi att erbjuda 45 spelare ett endagars träningsläger och match den 3 oktober på Zinkensdamms IP.

### Landslagsakademin

Vi kommer att starta ett nytt koncept som vi har valt att kalla för landslagsakademin. Vi kommer vart efter vi har klart med finansieringen kunna leverera mer detaljerad information om detta koncept.

Syftet med akademien är att grundligt kunna förbereda det landslag som skall försvara Sveriges EM Guld från 2005 i nästa sommars senior EM i Tyskland.

Metoden kommer att vara i helglägerform där vi kommer att träffas en gång i månaden från och med oktober 2009 till april 2010. Det kommer att bli sju träningsläger där vi kommer att arbeta med de 45 spelare som vi tror kommer att utgöra grunden till det landslag som skall spela EM 2010.



Innehållet på dessa träningsläger kommer att vara,

- ✓ Fotbollsträning
- ✓ Fysiologisk träning, styrka, snabbhet, explosivitet, funktionell träning, uthållighetsträning m.m.
- ✓ Testning, IN och UT värden vid varje akademitillfälle
- ✓ Utbildning inom träningskoncept, näringslära, mental träning, kommunikation m.m.
- ✓ M.m.

På plats kommer hela seniorlandslagsstaben att vara men även extern experthjälp inom alla områden av fysiologisk och psykologisk träning.

## Vad händer nu?

Under vecka 23 kommer vi att kalla den 88-manna grupp som bjuds in till det första lägret i sommar 20-23 juli som sedan skall mynna ut i den 45-manna trupp som skall åka till Storbritannien och spela de två landskamperna.

Ni som blir utvalda ges en vecka att bekräfta er plats och mer information kommer att ges i samband med kallelsen. Om man inte bekräftar sin plats inom den tidsramen kommer den platsen gå vidare till näste man på tur.

Alla tränare inom seniorlandslagsstaben har varit mycket aktiva under starten av vår seniorsäsong och är mycket inspirerade att få starta detta arbete med att förbereda oss inför EM 2010 och har skapat ett bra underlag till kallelse som kommer nästa vecka.

Lycka till med helgens spel och på återhörande nästa vecka!

Jan Jenmert  
Förbundskapten  
[jan.jenmert@saff.se](mailto:jan.jenmert@saff.se)