

INFORMATION GULDSTEGET 2025/26

Guldsteget är tillbaka för kommande säsong och nu har ansökan för spelare öppnat. Ansökan gäller medverkan under säsongen 2025/26 och nedan följer information om Guldsteget I stort samt vilka spelare som är aktuella för att söka.

Guldsteget är en del av Svensk Innebandys utvecklingstrappa med syfte att utbilda kommande seniorlandslagsspelare.

Guldsteget har genomförts årligen sedan säsongen 2016/17 som ett led i att komplettera klubbarnas arbete för att överbrygga glappet mellan U19 och seniorlandslag.

Guldsteget är en utbildning för spelare i åldern 20–24 år (födda 2001–2005) som har stora ambitioner och mål med sin innebandy och som bedöms ha potential att nå seniorlandslagsspel i framtiden.

Inför säsongen 2025/26 kommer en del justeringar att ske för att minska belastning på både spelare och ledare som är involverade i Guldsteget samt att återskapa en tätare dialog med förbundskaptenerna, vilket tidigare Guldstegetspelare efterfrågat.

Aktuella spelare

Guldsteget är en utbildning för spelare i åldern 20–24 år (född 2001–2005) som har som mål att spela i landslaget i framtiden. Du ska ha ett stort driv och en vilja att utvecklas. Du ska också bedömas av ansvariga att vara en potentiell framtida A-landslagsspelare.

Följande kriterier krävs för att kunna söka till Guldsteget:

- Född mellan 2001–2005
- Spelar i SSL eller Allsvenskan

Utbildning

I Guldstegets verksamhet kommer du under säsongen 2025/26 få möjlighet att fördjupa dina kunskaper inom ett antal områden med syfte att dig som spelare verktyg att själv kunna driva dig egen karriär och utveckling framåt.

Områden som utbildningen bland annat kommer att beröra:

- Arbete med videoanalys med målsättning att i slutändan kunna göra videoanalys på ditt eget spel
- Framtagande och uppföljning av individuell utvecklingsplan
- Grundläggande kunskaper inom idrottspsykologi och konkreta verktyg att arbeta med i vardagen
- Säsongspanering med fysiologiskt fokus
- Dubbla karriärer och en långsiktigt hållbar karriär
- Insyn i vad som krävs för att spela i A-landslaget tekniskt, taktiskt, fysiskt och mentalt

Postadress: Idrottens Hus, Box 11016, 100 61 Stockholm | **Besöksadress:** Skansbrogatan 7, Stockholm

Telefon: 08-514 274 00 | **E-post:** info@innebandy.se | www.innebandy.se

- Regelbunden återkoppling och feedback från respektive förbundskapten för A-landslagen

Av spelaren förväntas

- Närvaro vid fysiska träffar
- Egenarbete i form av analys av sina egna matcher
- Deltagande på två teamsmöten/säsong med respektive förbundskapten där den individuella utvecklingsplanen följs upp
- Deltagande på en Teamsföreläsning per höst/vår

Övrig information

- Förbundet betalar resor till och från läger samt mat- och boendekostnader under lägerdagar
- Ingen ersättning för förlorad arbetsinkomst betalas ut
- Din förening behöver godkänna ditt deltagande i Guldsteget

Ansöknings- och uttagningsprocess

Spelare som är intresserade av att delta i Guldsteget fyller i formuläret nedan och skickar in sin ansökan till julia.sidklev@innebandy.se senast 13/4.

Ansökningar kommer att gå igenom av förbundskapten för respektive landslag och förbundskaptenerna är dem som slutligen väljer vilka som blir antagna. Förbundskaptenerna kommer att tillsammans med ansökan samla information från tränarna i klubbtagen och vid behov genomföra intervju med aktuell spelare för att få en helhetsbild av den sökande.

I slutändan måste spelarens förening godkänna deltagande i Guldsteget

Vid frågor eller funderingar, tveka inte att höra av dig till Julia Sidklev via mejl, julia.sidklev@innebandy.se, eller telefon, 073-400 18 35.

Preliminärt schema för Guldsteget säsongen 2025/26

23-24 maj	Ett första läger tillsammans med ett av landslagen (dam). Herrspelare har eget schema dessa dagar, men är också på plats i Uppsala. Fokus på erfarenhet i landslagmiljön, individuella utvecklingsplaner (IUP), analysarbete samt idrottspsykologi.
Under hösten	En teamträff med respektive Förbundskapten om sin IUP. Teamsföreläsning om nutrition
November/december	Under VM-uppehållet en fysisk träff på Bosön. Fokus på tester, säsongsplanering och analys/taktiska moment.
Under våren	En teamträff med respektive Förbundskapten om sin IUP. Teamsföreläsning om dubbla karriärer/karriärövergångar.
Maj	Avslutande läger tillsammans med landslaget (herr). Damspelare på plats med eget schema. Fokus på erfarenhet i landslagmiljön, individuella utvecklingsområden, analysarbete samt idrottspsykologi.

Postadress: Idrottens Hus, Box 11016, 100 61 Stockholm | **Besöksadress:** Skansbrogatan 7, Stockholm

Telefon: 08-514 274 00 | **E-post:** info@innebandy.se | www.innebandy.se