



Svensk tjej- och damskidåkning uppföljning och utveckling



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION



231109

SVENSK TJEJ- OCH DAMSKIDÅKNING – UPPFÖLJNING OCH UTVECKLING

I denna rapport analyserar en arbetsgrupp inom Svenska Skidförbundet resultatutvecklingen för svensk damskidåkning på nivåerna omedelbart under världscupnivå. Rapporten belyser särskilt utmaningarna när de aktiva ska välja om de vill fortsätta att satsa på längdskidåkning då de går från juniornivå till seniornivå. Förslagen på åtgärder handlar till stor del om miljön kring de aktiva och möjligheterna för dem att göra olika typer av satsningar. Rapporten lyfter här fram behovet av ett holistiskt synsätt där individens utveckling står i centrum.

Svenska Skidförbundet

Riksskidstadion, SE-791 19 FALUN
Telefon: +46 (0)10-708 69 00
Webb: www.skidor.com

Sida 2 (32)

Huvudsponsor





Innehållsförteckning

Inledning.....	4
Projektets frågeställningar	5
Arbetsgruppen	5
Metod	6
Steg 1: Resultatdatabas	6
Steg 2: Enkätundersökning.....	7
Resultat	8
Genomgång av resultatdatabas.....	8
Skandinaviska cupen	9
U23-VM.....	10
Junior VM	11
Övergång från junior till senior	12
Antal aktiva inom SSF längd, junior till senior.....	13
Genomgång av enkätundersökning	14
Aktivas karriäravslut.....	14
Upplevelse, motivation och välmående	16
Bemötande	17
Skidgymnasium.....	19
Föreningsverksamheten.....	21
Ekonomi	22
Långlopp	23
Diskussion	24
Resultattrend	24
Övergång mellan junior- och seniornivå	24
Den hållbara skidåkaren	25
Få fler att fortsätta längre!?!.....	26
God kultur och miljö – ett holistiskt synsätt	27
Organisation	28
Förslag på åtgärder	29
Referenser.....	32



Inledning

Mot bakgrund av vikande resultat för elitaktiva damer precis under världscupnivå (Skandinavisk cupen, U23-VM och junior-VM) tillsatte Svenska Skidförbundet (SSF) under hösten 2022 en arbetsgrupp för att utreda och analysera resultatutvecklingen inom svensk damskidåkning. Syftet med projektet var att

- undersöka om det finns en trend med vikande resultat
- slå fast vilka orsaker det i så fall kan finnas
- föreslå eventuella insatser inom svensk längdskidåkning.

I denna rapport kommer ungdomar och juniorer benämnas som killar och tjejer och seniorer som herrar och damer.

Sverige har i dag ett av världens bästa damlandslag på längdskidor. SSF vill att landslaget ska behålla denna position, och för att det ska vara möjligt krävs ett gott arbete med att skapa en stark återväxt inom idrotten längdskidor. SSF:s strävan är att fler tävlingsaktiva tjejer/damer ska välja att fortsätta med sin idrott under en längre period i livet. Förhoppningen är att detta leder till att fler tjejer/damer utvecklas till sin fulla potential, och att svensk skidåkning därmed har fler tävlingsaktiva strax under världscupnivå.

Projektets uppdrag ligger i linje med SSF:s strategiska plan Strategi 2026. I den är missionen för samtliga grenar att "Vi ska bli fler och vi ska bli bättre". I Strategi 2026 har SSF även definierat en målbild för år 2026:

"Skidförbundet är 2026 det naturliga valet för dig som vill idrotta, vi har en stor bredd och en elit i världsklass. Vi har aktiva som är goda förebilder, vårt ledarskap är i framkant med personliga utvecklingsmöjligheter och vi är en samhällsaktör som blir lyssnad på.

Vi är fler – som tränar och är engagerade i föreningar, som vinner medaljer och som fortsätter vara aktiva livet ut."

Med Strategi 2026 som grund har SSF utformat en verksamhetsplan för längdskidåkning med följande långsiktiga och kortsiktiga mål:

- vara den bästa nationen i världen
- ha "fler russin i kakan"



- effektivisera landslagsmiljön och resursanvändningen
- utveckla samt vässa elitmiljöerna.

Projektets frågeställningar

De frågor projektet har sökt svar på handlar dels om resultatutvecklingen, dels om de aktivas upplevelser av elitsatsningar.

- Hur ser resultatutvecklingen ut för tjejer och damer som är aktiva omedelbart under världscupnivå (Skandinavisk cupen, U23-VM, junior-VM) de senaste åren?
- Vad beror resultatutvecklingen på?
- Hur många tjejer fortsätter vid nivåövergångarna från ungdom till junior samt från junior till senior?
- Hur upplever tjejer/damer i skidsverige sin satsning på längdskidor?
- Hur kan SFF göra det mer attraktivt för enskilda aktiva att fortsätta med sin elitsatsning på längdskidor?

Arbetsgruppen

Arbetsgruppen för projektet består av nio personer med koppling till längdskidåkning som aktiva, tränare, ledare eller förbundsanställda inom SSF. Gruppen har satts samman med god spridning när det gäller kompetens och geografisk hemort.

- **Ida Ingemarsdotter**, projektledare. Tränare Svenska Spel och tidigare elitaktiv samt tidigare tränare på Fjällgymnasiet, Åsarna.
- **Robin Isbring**, längdskidkonsulent SSF Syd. Är med i utvecklingsgruppen inom SSF Längd. Tidigare tränare på Mora skidgymnasium och tränare inom landslagsorganisationen.
- **Jenny Limby**, barn- och ungdomsansvarig SSF längd. Tidigare elitaktiv.



- **Mattias Persson**, tränare Skiduniversitetet Östersund. Tidigare elitaktiv, tränare på Gällivare skidgymnasium och tidigare tränare inom landslagsorganisationen.
- **Kina Westervall**, tränare Jämtlands gymnasium Åre. Tidigare elitaktiv. Har arbetat som verksamhetsutvecklare inom RF (Riksidrottsförbundet), elitidrottsavdelningen.
- **Linda Finnskog**, tränare Ulricehamn skidgymnasium. Teknisk delegat inom Internationella skidförbundet och är med i SSF:s tävlingsprogramgrupp. Tidigare elitaktiv.
- **Linda Danvind-Malm**, tränare Team Svenska Spel junior. Tidigare elitaktiv, tränare på Gällivare Skidgymnasium och vallare inom landslagsorganisationen.
- **Charlotte Kalla**, tidigare elitaktiv och Sveriges genom tiderna mest framgångsrika längdskidåkare på damsidan.
- **Johan Granath**, tränare Dalarna Sports Academy, Falun. Tidigare tränare på Mora skidgymnasium och tränare inom landslagsorganisationen.

Metod

Steg 1: Resultatdatabas

I den första delen av arbetet gjordes en nulägesanalys med hjälp av en resultatdatabas, samtal med några utvalda personer med kunskap inom ämnet samt diskussioner inom arbetsgruppen.

Den resultatdatabas som sammanställdes består av resultat från olympiska spel, världsmästerskap, svenska mästerskap, världscupen, Skandinaviska cupen, U23-VM, junior-VM och Ungdoms-OS. Den innefattar även antal deltagare och ålderskullar för ungdoms-SM, junior-SM och senior-SM. När det gäller urvalet av tävlingar ville arbetsgruppen ha med både sprintdistans och traditionell distans. Distanserna skulle vara fasta över tid.

De tävlingar som valdes ut för analys var sprintprolog samt de individuella distansloppen från 5 km upp till 10 km. Data som namn, placering och ålder samlades in via SSF:s tävlingskalender där samtliga resultat finns med från år



2010 och framåt. En statistiker analyserade resultatdatabasen utifrån årskullarna och studerade vad som hände med antalet startande över tid, från ungdoms-SM via junior-SM till senior-SM. Data samlades även in för antalet aktiva inom landslagsstrukturen från 2006 och framåt samt för hur könsfördelningen över tid har sett ut. Detta gjordes för att kunna jämföra antalet tjejer/damer och killar/herrar i grupperna och till viss del även jämföra resurstilldelning över tid. Även antalet antagna till skidgymnasieverksamheterna RIG och NIU de senaste tio åren noterades.

Steg 2: Enkätundersökning

I den andra delen gjordes en enkätundersökning. Syftet med undersökningen var att ta reda på hur tjejer/damer hade upplevt sin satsning på längdskidor samt vilka anledningar de såg till att fortsätta idrotta respektive att sluta idrotta/satsa på sin idrott. Områden som arbetsgruppen ville undersöka var

- välmående
- värdegrund
- tiden på skidgymnasium
- föreningsverksamhet
- stöd runt de aktiva
- specialisering
- ekonomi.

Enkäten och frågorna utformades i samarbete med Origo Group. Företaget har verksamhet inom både kvantitativ och kvalitativ analyskompetens i offentlig och privat sektor.

Målet med enkäten var att nå ut till så många tjejer/damer som möjligt som hade tävlat eller fortfarande tävlar inom längdskidåkning. Enkäten spreds via SSF:s egna kanaler inom sociala medier, men även via arbetsgruppens kontaktnät. Kriterierna för deltagande sattes till att den svarande skulle vara född 1975–2006, tävlingsaktiv skidåkare eller tidigare tävlingsaktiv och kvinna. Syftet var att få ett brett underlag och att kunna se eventuella förändringar över tid. Tjejerna/damerna fick själva anmäla sitt deltagande genom att fylla i en länk med sin mejladress samt namn. Origo Group sände sedan ut enkäten till de adresser som hade inkommit, ca 700st. 425 personer svarade sedan på enkäten.



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION



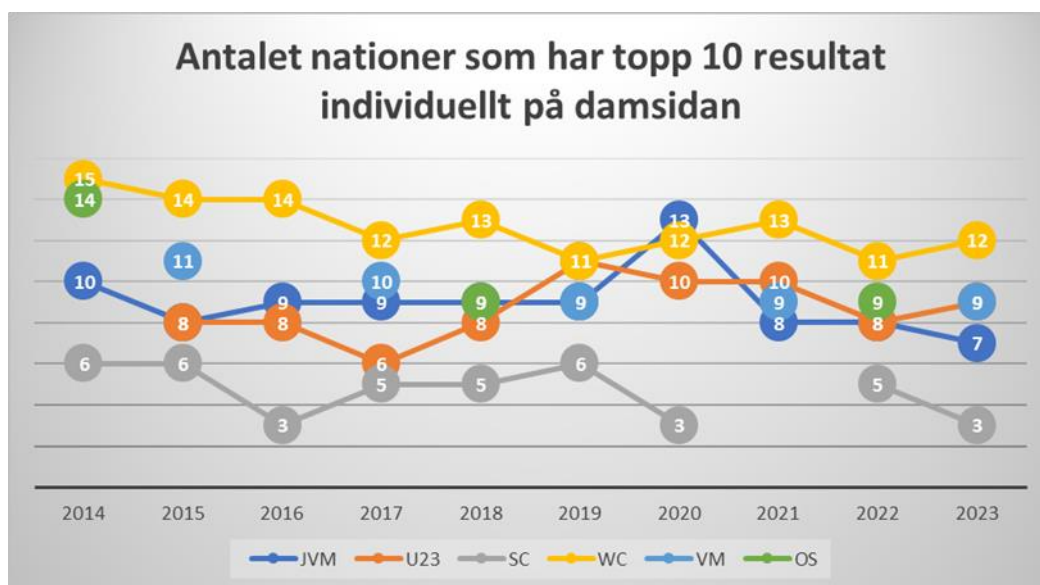
I enkäten kunde deltagarna anmäla intresse för att medverka i en djupintervju, och 325 personer erbjöd sig att medverka. Utifrån enkätsvaren, såväl statistik som fritextsvar, gjordes underlag för djupintervjuer. Underlaget gjordes av studenten Karolina Hedenström. Djupintervjuerna genomfördes sedan av ovan nämnda student som studerar vid Mittuniversitetets idrottsvetenskapliga program som en del av studentens C-uppsats för examen. Hen djupintervjuade åtta personer födda 1995–2003 för att analysera nuläget. Deltagarna var på olika nivåer, från internationell elit till nationell elit. Hälften av de som svarade hade fortsatt sin karriär efter övergången till seniornivå och hälften hade avslutat sin karriär innan de hade tagit steget till seniornivå. I urvalet till intervjuerna togs ingen hänsyn till geografisk spridning i landet, exempelvis uppväxtort eller skidgymnasium.

Resultat

Genomgång av resultatdatabas

Nedan redovisas, som bakgrundsinformation, antalet nationer som nått individuella topp-10 placeringar på internationella tävlingar sedan 2014. Det vill säga OS, VM, WC, Skandinavisk cup, U23-VM och junior-VM för tjejer/damer. Det bör påpekas att det är svårt att jämföra olika mästerskap och tävlingar då flera aspekter påverkar resultaten, exempelvis antalet deltagare och konkurrenternas nivå.

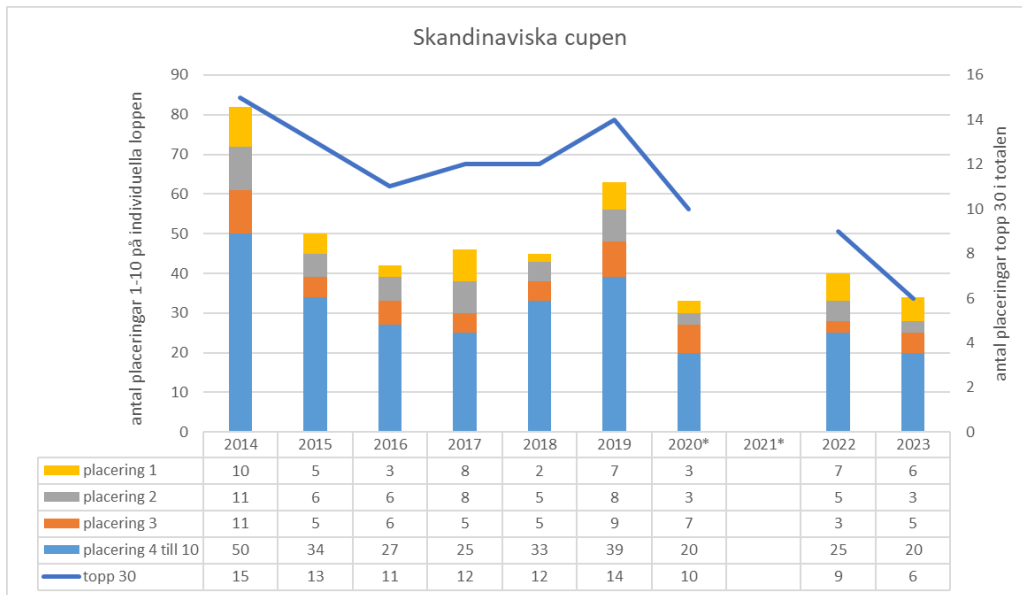
Även en sådan faktor som mästerskapets geografiska placering har betydelse för hur många aktiva de olika nationerna skickar. Värt att notera är att under säsongen 2022/2023 deltog inte Ryssland.



Figur 1: Antal nationer som har haft topp tio-placeringar individuellt på damsidan i junior-VM (JVM), U23-VM (U23), Skandinaviska cupen (SC), världscupen (WC), VM och OS 2014–2023.

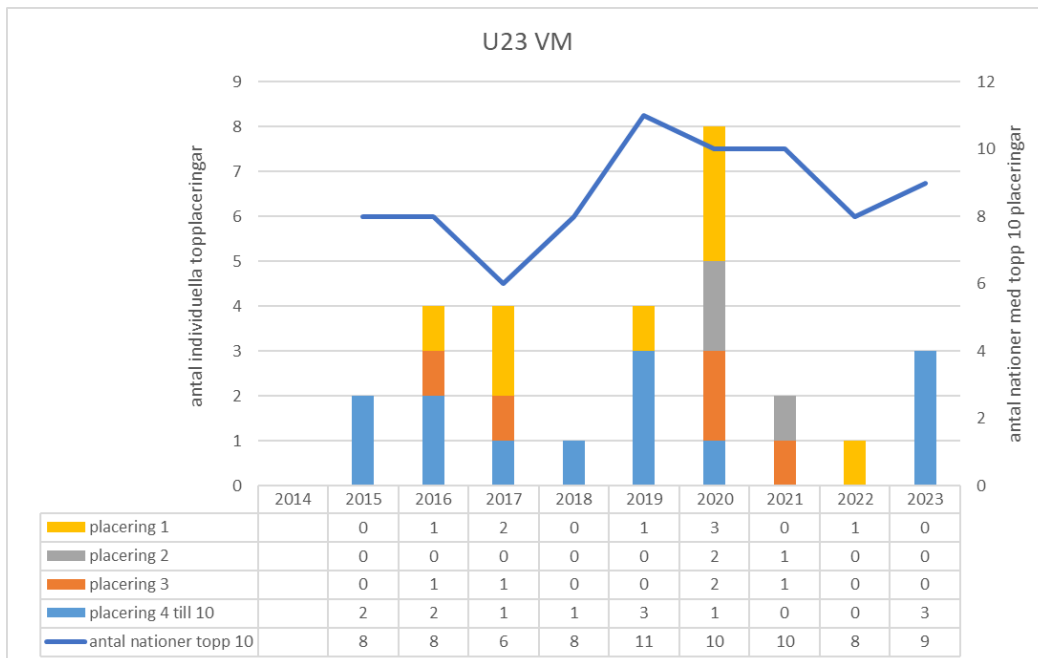
Skandinaviska cupen

I Skandinaviska cupen finns en tydligt vikande trend från toppåret 2014 till i dag när det gäller antalet svenska deltagare som placerar sig bland de 30 främsta totalt (se blå linje i figur 2). En stor skillnad ses också i antalet placeringar från 4:e till 10:e plats i enskilda lopp. Värt att notera är att 2020 års cup avslutades i förtid och 2021 års cup blev inställd, båda gångerna till följd av covid-19-pandemin. Svenska åkare har vunnit Skandinaviska cupen vid två tillfällen: 2016/2017 (Anna Dyvik) och 2022/2023 (Moa Lundgren). Under vissa år (2016, 2020 och 2023) presterade endast tre nationer topp tio-resultat. Under andra år (2014, 2015 och 2019) fanns deltagare från sex nationer bland de tio bästa. De svenska deltagarna presterade bättre de år då åkare från fler nationer var bland de tio bästa.



Figur 2: Antal topplaceringar för svenska deltagare i skandinaviska cupen säsongerna 2014–2023. Placering 1–10 gäller individuella lopp, och topp 30 innebär placering 1–30 i den totala cupsammanställningen.

U23-VM

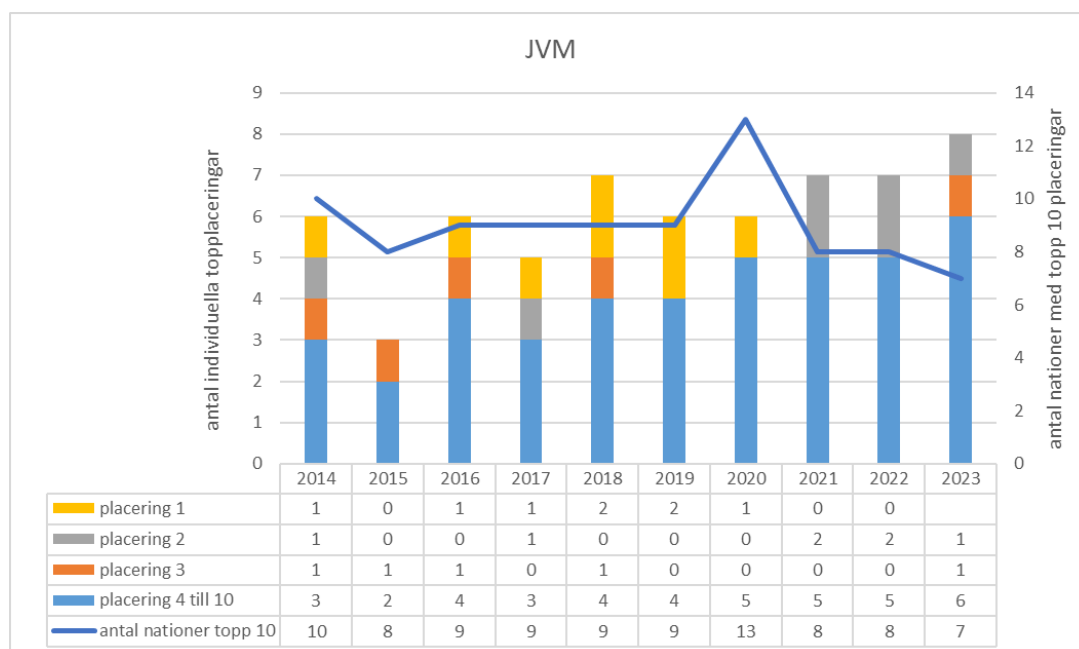




Figur 3: Antal topplaceringar för svenska deltagare i U23-VM i de individuella loppen. År 2023 deltog inte Ryssland.

U23-VM är ett mästerskap för seniorer mellan 21 och 23 år. Här ser resultatutvecklingen ut på ungefär samma sätt som för Skandinaviska cupen, om än med en något otydligare trend. Under de senaste tre åren har färre svenska deltagare placerat sig bland de tio främsta. År 2020 sticker ut då flera av de aktiva som åkte världscup ställde upp under U23-VM, något som inte sker varje år. År 2020 var ett i övrigt mästerskapsfritt år för seniorerna (varken VM eller OS). På U23-VM ses en ökning sedan 2015 när det gäller antalet länder som når topp tio-resultat.

Junior VM



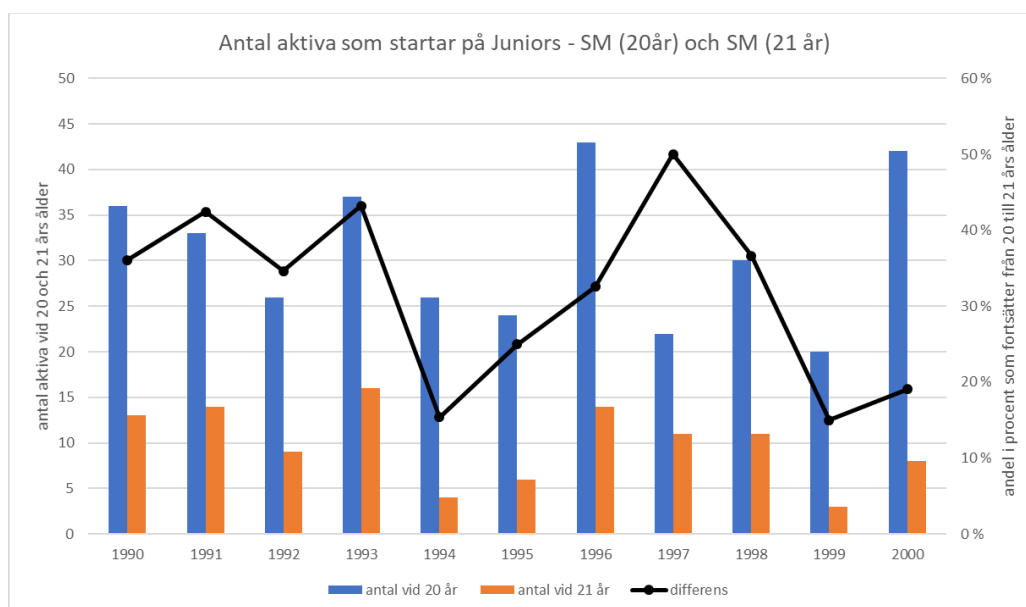
Figur 4: Svenska topplaceringar i junior-VM från de individuella loppen. År 2023 deltog inte Ryssland.

De senaste fyra åren (2019–2023) ses en positiv trend för antalet topp tio-placeringar för svenska deltagare på junior-VM. Antalet medaljer är mer eller mindre konstant över tid. Noterbart är att de senaste åren har ingen svensk aktiv tagit guldmedalj. Antalet nationer som har topp tio-resultat på junior-VM har varit förhållandevis stabilt 2014–2023 med i genom snitt åtta nationer per år.



Övergång från junior till senior

I analysen av antalet startande på ungdoms-SM, junior-SM och senior-SM syns en vikande trend bland antalet deltagare från sista året som junior till första året som senior vilken framgår i kommande diagram. I tidigare genomgångar som SSF har gjort framgår att cirka 70 procent av de aktiva fortsätter från ungdomsnivå till juniornivå. Vid övergången till seniornivå är det i genomsnitt cirka 31 procent av juniorerna som fortsätter som seniorer åtminstone ett år. Detta motsvarar cirka tio tjejer per årskull som deltar på junior-SM som 20-åringar och sedan på senior-SM som 21-åringar.



Figur 5: Antal startande tjejer/damer på junior-SM (20 år) och senior-SM (21 år) samt differensen mellan åldrarna. Årtalen på X-axeln anger årskullarna.

Sett till årskullarna 1990–2000 där de aktiva var 20 och 21 år under 2010–2022 framgår följande:

- Årskullarna är olika stora när det gäller antal deltagare. Den svarta linjen anger hur stor andel av deltagarna som fortsätter från 20 till 21 års ålder.
- Årskullen 1999 var 21 år under pandemin 2020 och jämförs därför med år 2021 när de var 22 år. Jämförelsen blir således mellan 20 och 22 års ålder för den åldersgruppen (födda 1999).



- Årskullen 2000 var 20 år under pandemin 2020 och jämförs därför med år 2019 när de var 19 år. Jämförelsen blir mellan aktiva 19 år och aktiva vid 21 år.

Under senior- SM 2023 startade 53 procent av föregående års sistaårsjuniorer som förstaårsseniorer. På junior-SM 2022 deltog 30 tjejer, och 16 av dessa deltog sedan på senior-SM året därpå.

Antal aktiva inom SSF längd, junior till senior

Tabellen nedan visar hur den svenska längdssystemet (junior-senior) har sett ut och hur det har förändrats över tid. Den visar antalet deltagare, könsfördelningen inom de olika grupperna och antalet uttagna i landslagsgrupper respektive antagna på riksidrottsgymnasier (RIG) och nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU) samt i elitmiljöer. Under perioden 2017–2020 var det ett kombinerat juniorlag och U23-lag där majoriteten av damerna var aktiva på U23-nivå och 4–5 tjejer per år var juniorer. Efter gymnasiet är elitmiljöer (i detta fall verksamheterna i Falun, Östersund och Umeå) ett av alternativen för unga aktiva. Där har damerna varit i minoritet jämfört med männen de senaste sex åren: 40,7 % av de antagna har varit damer. I gymnasieverksamheterna under samma år var 46,8 procent av de antagna på RIG tjejer, och på NIU var siffran 46,7 procent. Det bör dock påpekas att fler killar än tjejer är tävlingsaktiva i dessa åldrar.

Tabell 1: Antal antagna till olika verksamheter inom SSF Längd.



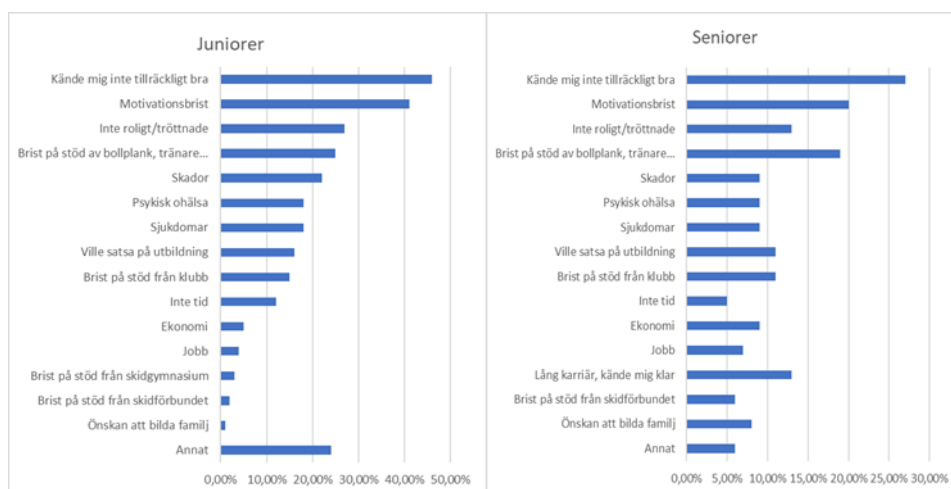
Antagna i verksamhet per säsong	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	Totalt
A-landslag Damer	8	9	12	9	10	9	8	9	7	6	87
A-landslag Herrar	8	9	12	10	10	10	6	5	5	6	81
Utvecklingslandslag Damer	8	8	5	8	5	5	4	5	4	5	57
Utvecklingslandslag Herrar	8	8	5	7	6	6	8	3	4	5	60
Juniorlandslag Tjejer	8	8	8	8				4	4	4	44
Juniorlandslag Killar	8	8	8	8				4	4	4	44
Junior/U23 landslag Damer					12	12	10				34
Junior/U23 landslag Herrar					12	12	14				38
Team svenska spel Damer								7	4	3	14
Team svenska spel Herrar								14	12	6	32
Elitmiljö Damer					30	26	26	26	23	28	159
Elitmiljö Herrar					39	40	38	43	38	34	232
Skidgymnasium RIG Tjejer	14	17	13	11	13	15	18	13	14	16	144
Skidgymnasium RIG Killar	16	13	15	16	21	19	17	17	15	12	161
Skidgymnasium NIU Tjejer	37	23	35	32	40	32	30	32	29	27	317
Skidgymnasium NIU Killar	52	32	35	33	43	27	40	41	36	31	370

Genomgång av enkätundersökning

Enkätundersökningens resultat bygger på såväl statistik (slutna frågor) som fritextsvar (öppna frågor) samt djupintervjuer. Nedan är resultaten uppdelade efter ämnesområden.

Aktivitas karriäravslut

Enligt enkäten var de viktigaste skälen till att satsa på längdskidåkning att de svarande ville utvecklas och se hur bra de kunde bli. Det var också viktigt att de trivdes. Detta gällde oavsett om de svarande var junior eller senior. Bland skälen för att sluta tävla nämns bland annat "Kände mig inte tillräckligt bra" samt "Motivationsbrist" som starka faktorer. I figur 6 nedan visas orsakerna till att tjejerna/damerna valde att sluta tävla som antingen junior eller senior.



Figur 6: Orsaker till att tjejer/damer valde att sluta tävla som junior eller senior.

I enkäten kunde deltagarna ange flera skäl till att de slutade. Av de personer som angav att de slutade tävla som junior (40 procent) uppgav 46 procent som främsta skäl att de inte var tillräckligt bra. 41 procent av de svarande angav motivationsbrist som skäl, 27 procent menade att det inte var roligt att fortsätta och 25 procent angav brist på stöd från tränare eller annat bollplank. Däremot slutade få på grund av bristande stöd från skidgymnasium eller förbundet. Inte heller jobb eller ekonomi var en viktig anledning. De som slutade tävla som senior (62 procent) uppgav samma skäl, men 27 procent angav också att de ville satsa på sin utbildning.

I liknande forskning har det framkommit att det ofta finns en kombination av orsaker till att en person väljer att avsluta sin idrottssatsning. Här följer ett citat ur fritextsvaren från enkäten:

”Främsta anledningen till att jag slutade var att jag inte kände att jag var tillräckligt bra för att tycka att det var värt att satsa vidare. Jag fortsatte dock att träna ganska mycket parallellt med jobb/universitetsstudier, och om det hade ansetts 'mer ok' att ställa upp i nationella skidtävlingar även fast man inte är elitsatsande hade jag definitivt kunnat fortsätta åka skidtävlingar.”

Varannan tjej/dam som svarade på enkäten slutade tävla i skidåkning under eller direkt efter gymnasiet. Bland de som slutade hade 38 procent studerat på RIG och 47 procent på NIU. Dessa data överensstämmer med resultaten från andra undersökningar vid idrottsgymnasier.



De flesta svarande (77 procent) som hade slutat tävla fortsatte att träna längdskidåkning för att det var roligt, för att må bra och för att bibehålla god kondition/hälsa. Liknande siffror framkommer i den så kallade Ungdomsbarometern från Riksidrottsförbundet (RF).

Upplevelse, motivation och välmående

Att må bra, trivas och känna sig sedd och bekräftad var enligt enkäten viktiga faktorer för att fortsätta tävla. Av fritextsvaren framgår det tydligt att tjejerna/damerna ansåg att det var mycket viktigt att bli sedd oavsett vilka resultat de gjorde i skidspåret. De ville känna gemenskap och tillhörighet och önskade "en familjär känsla" inom idrotten.

I enkätsvaren syns tre tydliga områden som var viktiga för att personerna skulle satsa på längdskidåkning både under junior- och seniortiden:

- eget driv att utvecklas
- viljan att se hur bra hen kan bli
- att trivas som idrottare.

Under juniortiden var även "kul med vänner (socialt)" en viktig faktor.

I djupintervjuerna framkom det att de tjejer/damer som hade reflekterat över sin drivkraft och syftet med sin stora satsning över tid kände sig mer motiverade att fortsätta jämfört med de tjejer/damer som inte hade funderat över detta.

I enkäten ställdes även frågan: "Finns det något ytterligare du vill tillägga kopplat till dina upplevelser och erfarenheter som skidåkare?" Denna fråga gav en splittrad bild av tjejernas/damernas upplevelser. Många svarade att de hade upplevt många positiva saker i samband med sin längdskidsatsning. Exempelvis kände de en stor tacksamhet över de kunskaper de hade fått med sig, goda vänner, god hälsa med mera. Här följer två exempel på fritextsvar från enkäten:

"Att gemenskapen som finns ute i Skid-Sverige är otroligt familjär och någonting som man saknar med tiden som elitsatsande. Att få åka runt och tävla på nya platser och träffa nya kompisar. Så tanken att komma tillbaka som ledare i klubbverksamhet har absolut slagit mig bara för att få uppleva gemenskapen."

"Jag är så otroligt tacksam att jag har ägnat mig åt skidåkning och elitidrott. Det är något jag har nytta av resten av mitt liv, såväl fysiskt som psykiskt."



Ungefär lika många belyste negativa upplevelser av favorisering, utanförskap, dåligt bemötande och prestationsångest samt negativa upplevelser kring kost och näringsintag.

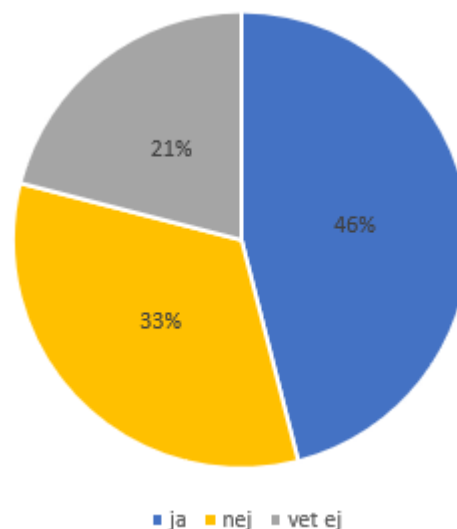
”Att ofta upplever jag att det finns en mall som man ska eftersträva som traditionell längdskidåkare. Pluggar man alltid eller väljer att jobba på sidan av sin satsning så anses man inte vara tillräckligt 'seriös'. Jag ser tjejer avstå tävlingar för att dom inte tycker dom är bra nog, och den rädslan upplever jag kommer ifrån deras tankar om att dom inte uppfyller mallen som finns.”

”Idrotten har gett mig mycket, men den gav tyvärr inte verktyg att hantera press, att skilja på prestation och person samt att vara trygg i mig själv. Däremot så gav den mig roliga upplevelser, vänner, sammanhang, förmåga att själv ta ansvar och jobba mot mål.”

I djupintervjuerna fanns följande uttalande:

”... tränarna la märke till att jag gick ner i vikt och att det gick väldigt fort och att jag liksom inte mårde bra, men det var ingen som sa någonting. [...] Där och då och det var egentligen det enda jag ville [...] Jag ville att någon skulle säga så här. 'Hej, hur mår du?' Men det var verkligen knäpptyst, vilket gjorde att jag kanske mårde ännu sämre.”

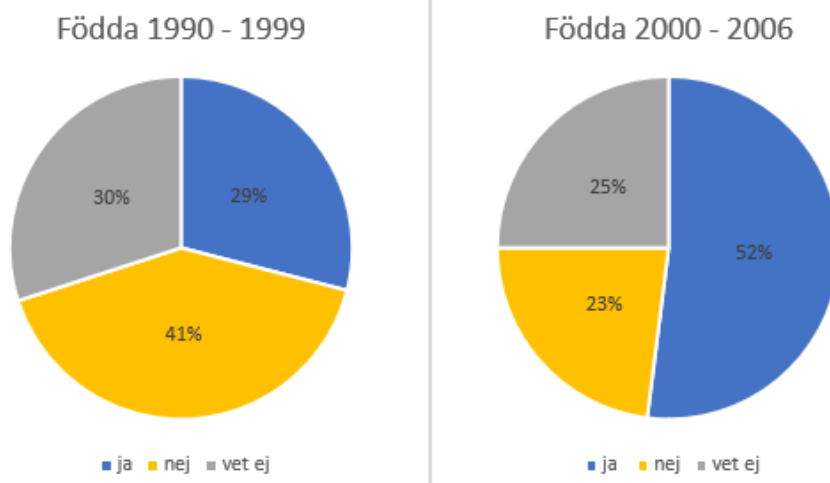
Bemötande





Figur 7: Upplever du att skolor, tränare och föreningar inom skidåkningen har ett välkomnande bemötande oavsett ålder eller nivå?

När det gäller bemötande finns det stora skillnader mellan de olika årskullarnas svar. De mest markanta skillnaderna finns mellan årskullarna 1990–1999 respektive 2000–2006 (se figur 7). Dessa årskullar sticker ut åt var sitt håll där personer födda 1990–1999 i högre grad upplevde ett sämre bemötande än de födda 2000–2006.



Figur 8: Skillnader mellan årskullarna 1990–1999 respektive 2000–2006 när det gäller upplevelse av välkomnande bemötande.

I fritextsvaren från denna fråga svarade en stor andel att bemötandet hade varit bra och miljön välkomnande. Bland de negativa kommentarerna märks favorisering och att de bästa blev bäst bemötta. De svarande upplevde också att föreningar och förbund hade brist på tålamod med de aktiva som hade sämre resultat och gav dessa sämre möjligheter till fortsatt satsning.

”Har tyvärr under hela min skidkarriär tyckt att detta fokus på resultat (och inte deltagande och utveckling) gjort det hela väldigt jobbigt bitvis i perioder. Att det ofta blir favorisering av vissa individer för att de når resultat på tävling och så, samt att resultaten ju blir så avgörande för allt stöd man får eller inte. Vet att många i min omgivning också tycker detta är ett stort problem och tycker tyvärr ofta skidåkningen (på elitnivå) känns mer exkluderande än inkluderande och därav tror jag många slutar.”

Ett område som var av stor betydelse för de som medverkade i djupintervjuerna var hur tjejerna/damerna agerar mot varandra på tävlingsplatser och hur de



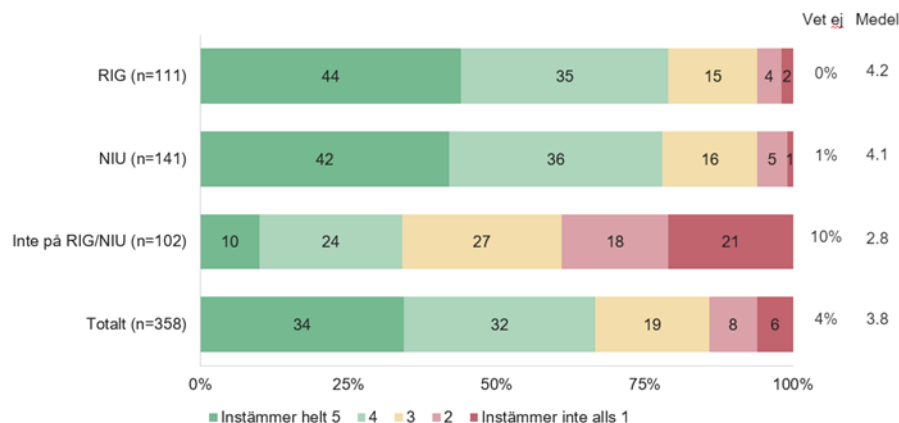
kommunicerar. I dag verkar det finnas en kultur som säger att det inte är okej att vara nöjd med sina resultat om de inte är långt över förväntan.

”Jag tror att det hade kunnat blivit bättre klimat och att man kunde hjälpa varandra på ett annat sätt[...]. Då blir det ju också mer press som försvinner [...]. Hade det varit lite mer så här avslappnat så kanske flera tyckt att det har varit en rolig upplevelse också att åka på tävlingen även när det gått lite sämre.”

Av intervjuerna framgår det att det i längdskidsverige finns en kultur där det ses som underligt att tävla utan att ha viljan eller drivkraften att bli bäst. De intervjuade tjejerna/damerna vill i stället skapa en kultur som uppmärksammar allas goda insatser och utveckling, uppmuntrar alla att nyttja varandras styrkor och stöttar de som inte lyckats med vad de har föresatt sig att göra. Tjejerna/damerna lyfte även fram att detta är ett gemensamt ansvar och att alla måste behandla andra så som de själva vill bli bemötta. Att tillsammans skapa ett socialt tillåtande klimat där alla är välkomna ansåg de svarande vara avgörande för att fler ska vara en del av idrotten även efter avslutad satsning.

Skidgymnasium

I dag har en väldigt stor andel av de som önskar gå på skidgymnasium faktiskt också möjlighet att göra det. Det är dock inte säkert att de kommer in på sitt förstahandsval. I enkäten svarade deltagarna på frågor kopplade till skidgymnasier. De viktigaste faktorerna när de valde gymnasium var träningsmiljö, sociala faktorer och tränarkompetens. De underströk att miljön var utvecklande för deras idrottande, och detta gällde oavsett gymnasieort.

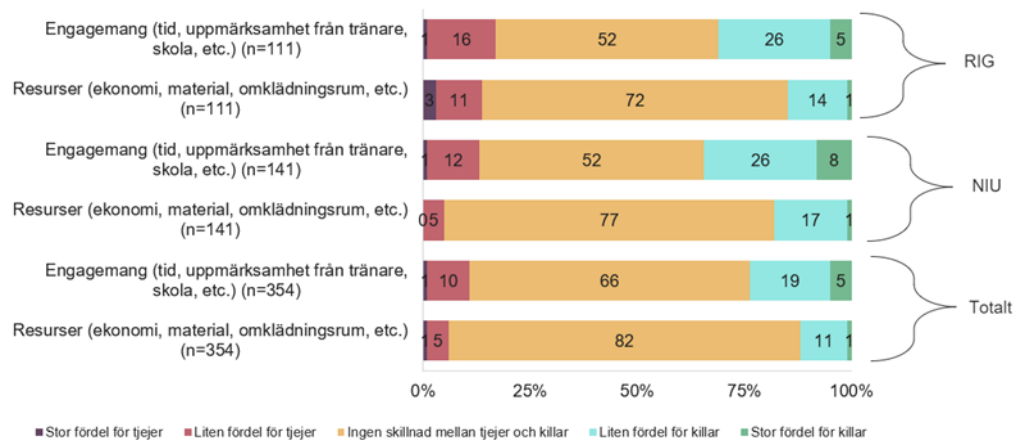




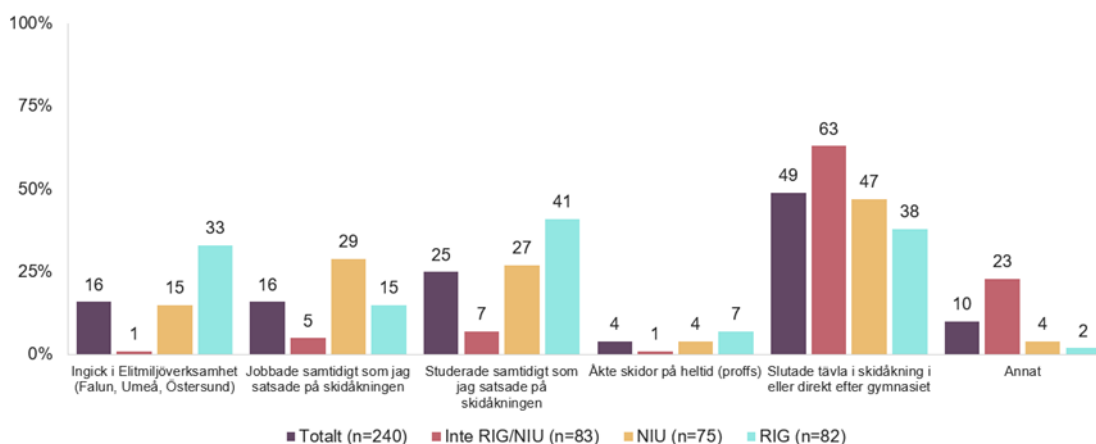
Figur 9: Deltagarnas upplevelse av miljön på skidgymnasiet som mer eller mindre utvecklande för deras idrottande.

Deltagarna fick också bedöma engagemanget från andra under skidgymnasieåren. Vissa av de svarande ansåg att engagemanget från tränare/lärare hade varit bättre under de första två åren av skidgymnasiet medan andra ansåg att det hade varit bättre de sista två åren.

På en fråga om uppmärksamhet från tränarna nämnde deltagarna att de upplevde att killarna på RIG och NIU fick lite mer uppmärksamhet och stöd från tränarna än vad tjejerna fick (se figur 10).



Figur 10: Fördelning av engagemang och resurser mellan tjejer och killar på skidgymnasiet.



Figur 11: Diagrammet ovan visar vad tjejerna valde att göra efter sin gymnasietid. Staplarna är uppdelade på totalt, ej RIG eller NIU, NIU samt RIG.

Slutligen fick deltagarna svara på en fråga om vad de valde att göra efter skidgymnasiet. Några saker som är värda att lyfta fram är att endast få av de svarande (4 procent) upplevde att de kunde satsa på längdskidor på heltid efter skidgymnasiet. Var fjärde tjej som fortsatte efter skidgymnasiet valde att kombinera sin satsning med studier. Totalt 16 procent av de som efter gymnasiet kom in i en elitmiljö valde att jobba samtidigt som de satsade på sin skidåkning (se figur 11).

Föreningsverksamheten

Majoriteten av de aktiva (78 procent) upplevde att de har haft bra stöd av sin förening i samband med sin aktiva period. Många upplevde att de hade "tvingats" byta klubb för att vara i en tillräckligt konkurrenskraftig klubb med goda tävlings- och träningsmöjligheter. Det viktigaste enligt många var att få vara en del av en grupp och ett sammanhang, att inte behöva vara ensam tjej/dam samt att få möjlighet att tävla i lag vid till exempel stafetter.

"Ensam i min moderförening under ett års tid, saknade gemenskapen på nationella tävlingar. Hade min personliga tränare i klubben jag bytte till. Såg hur professionella klubben var då jag blev medbjuden på träningsläger."

"Avsaknad av tjejer, de flesta tjejerna slutade i samband med junioråldern. Jag ville gärna ha några att tävla tillsammans med, åka stafett osv."



En stor andel av de svarande lyfte fram att är de som inte var elit och inte hade framskjutna placeringar fick sämre möjligheter till fortsatt satsning från sin förening. Kommentarer som favorisering och att de bästa blir bäst bemötta är vanliga. Klubbarna hade enligt många "dåligt tålamod" med de åkare som hade sämre resultat.

Vid djupintervjuerna framkom också flera positiva erfarenheter från föreningsverksamheten. Så här sa en aktiv:

"Dels att vi har väldigt, väldigt kul när vi är ute på tävlingar. Även de som har lagt av är ju fortfarande med! De kanske följer med som ledare, följer med och vallar. Så att man ändå liksom blir kvar i klubben på något sätt för att man tycker det är kul att åka med."

Ekonomi

Ekonomisk trygghet, exempelvis att kunna betala hyran kommande månad, var för 25 % av de svarande en helt avgörande faktor för fortsatt satsning. Ytterligare 46 procent menade att ekonomisk trygghet var mycket viktigt för att satsa på längdskidåkning. Ändå var dålig ekonomi inte en huvudorsak till att aktiva avslutade sin karriär (se figur 6).

91 procent av juniorena och 58 procent av seniorerna angav att deras föräldrar stod för huvuddelen av finansieringen. Juniorer kompletterade detta med sommarjobb, stöd från föreningen och studiestöd från CSN. Seniorer kompletterade med studiestöd, arbete (hel- eller deltid), sponsorer och stöd från föreningen.

"Att det är svårt ekonomiskt när man inte är på elitnivå men satsar lika hårt som någon som är på elitnivå. Det är fråga jag ofta tänker på när jag funderar på om det är värt att satsa vidare. För jag går väldigt mycket back på att satsa på längdskidor och känner att jag nästan måste studera 100 % för att få ut fullt studiestöd + jobba på somrarna för att har råd. Det gör att det blir ganska hög belastning att samtidigt försöka träna hårt."

En annan punkt värd att nämna är att det finns en förskjutning när det gäller varifrån de aktiva kommer. Detta syns såväl bland de svarande i enkäten som i den ungdomsrapport (enkät till alla deltagare i förbundets ungdomscuper för 13–16 åringar) som görs varje år. I den äldre åldersgruppen i enkäten kom cirka 60 procent från Norrland, men bland de yngre var det cirka 50 procent. Denna trend stämmer överens med de två senaste ungdomsrapporterna.



När det gäller vilken typ av samhälle de aktiva i SSF:s enkätundersökning kom ifrån var det ingen i den äldre åldersgruppen som kom från samhällen med fler än 200 000 invånare, medan däremot cirka fyra procent i den yngre gruppen kom från sådana miljöer. I ungdomsrapporten var cirka tio procent från större samhällen med mer än 200 000 invånare.

Långlopp

Längdskidåkning består inte bara av de traditionella distanser som ingår i mästerskap. Långlopp har haft en stark utveckling under det senaste decenniet. Enkäten visar att intresset för att satsa på långlopp ökar för varje år.

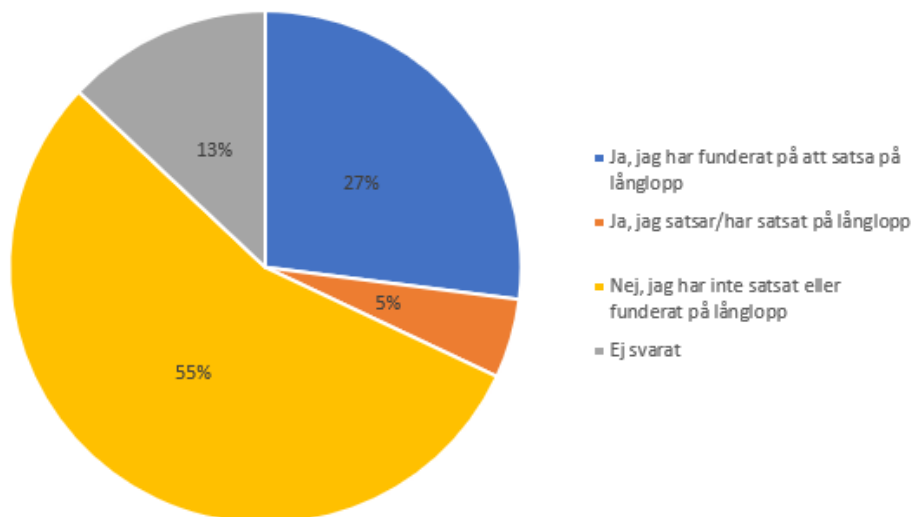
I den yngsta gruppen (födda 2000 – 2006) var det 30 procent av de svarande som satsade eller funderade på att fortsätta satsa på längdskidor. Av dessa var i sin tur cirka 40 procent intresserade av att satsa på långlopp.

Inom hela svarsgruppen fördelade sig svaren så här när det gäller satsning på långlopp:

Ja, funderar på att satsa på långlopp: 17 procent

Ja, jag satsar/har satsat på långlopp: 12 procent

Nej: 72 procent.





Figur 12: Inställning till långlopp bland aktiva födda 2000–2006.

Diskussion

Resultattrend

Denna rapport visar på en trend där resultatutvecklingen för svenska deltagare har stagnerat under de senaste åren, främst i Skandinaviska cupen. Detta kan bero på många olika faktorer, och det går i dagsläget inte att dra några säkra slutsatser om specifika orsaker. En bidragande orsak skulle kunna vara att det i nuläget är ett relativt ungt A-lag där aktiva i tidig seniorålder har gått rakt in på världscuparenan. Detta kan bidra till att det finns färre individer på hög nivå i Skandinaviska cupen.

En annan aspekt handlar om hur möjligheterna för aktiva att välja olika inriktningar inom skididrott ser ut i dag. Under de senaste fem åren har långloppen utvecklats mycket, både sett till tävlingsutbud och till framväxten av professionella team med god uppbackning. Detta ger de aktiva en större möjlighet att fortsätta, men kanske gör det också att fler väljer långlopp före traditionell skidåkning. Med långloppen öppnas en möjlighet att åka en annan typ av tävlingar i en annorlunda kontext. Kanske är det intressant för många tjejer/damer.

I de öppna svaren från enkäten beskrevs svårigheterna med en seniorsatsning om de aktiva inte kom in i en elitmiljö eller en klubb som hade en fungerande seniorverksamhet. Även bristen på tränare eller annat bollplank lyftes fram. Kanske är detta också en bidragande orsak till att aktiva lämnar skidåkningen och resultatutvecklingen stagnerar.

Övergång mellan junior- och seniornivå

I rapportens resultatdatabas och analys går att utläsa att antalet aktiva tjejer minskar i övergången från junior- till seniornivå. I varje årskull fortsätter i genomsnitt cirka tio tjejer (31 procent) som tävlingsaktiva från juniornivå till seniornivå inom traditionell skidåkning. Om den siffran är bra eller dålig kan diskuteras, och arbetsgruppen har inte funnit några entydiga data från andra individuella idrotter att jämföra med kring denna övergång.



Under gymnasieåren händer mycket för alla unga individer när de utvecklas och börjar närma sig vuxenvärlden. De unga aktiva påverkas av gruppen de befinner sig i men också av fysiologiska förändringar i puberteten som kan påverka tjejer i en negativ riktning prestationsmässigt. Det kan i sin tur bidra till sämre motivation och så vidare. Är detta ett ämne som ledare och andra ansvariga behöver utbilda sig i och samtala mera om för att öka kunskap och förståelse?

En positiv sak som många tjejer lyfte fram var att miljön på gymnasierna är utvecklande och givande. Detta ska alla inom svensk skidåkning vara stolta över, och de ansvariga ska även försöka utveckla verksamheterna ännu mer. I fritextsvaren framhöll flera av de svarande att de hade upplevt ett stort och positivt engagemang från tränarna och att de själva hade varit mycket engagerade. Men det framkommer också att några tjejer upplevde att helhetssynen på det aktiva hade brustit, till exempel vid längre skadeuppehåll eller stagnerad utveckling.

En bredare frågeställning handlar om hur SSF kan skapa en plattform där de aktiva kan känna trygghet att fortsätta satsa på sin idrott. Behövs det ett större grepp kring hur längdskididrotten vägleder och diskuterar med de aktiva kring övergången från junior till senior? Många aktiva fortsätter att satsa på skidåkningen under gymnasieåren för att kompisarna gör det och för att en stor del av det sociala livet finns inom gemenskapen på skidgymnasiet. Men när skidgymnasiet är slut har tjejerna svårt att hitta sin väg framåt, och saker som var självklara under gymnasietiden är inte lika självklara längre.

Ska skidsverige och skidgymnasierna eventuellt jobba mer aktivt med att se till att alla elever som slutar skidgymnasiet har någon typ av "mottagare" inom skidsverige när gymnasiet tar slut? Om denna mottagare är en elitmiljö, en utvecklingsmiljö, en landslagsgrupp, hemmadistriktet eller hemmaföreningen kanske inte har så stor betydelse? Det viktigaste är att alla aktörer tillsammans hjälper de unga aktiva att vara kvar inom skididrotten på ett eller annat sätt. De svarande i enkätundersökningen lyfte fram att de hade velat se fler alternativ för att vara kvar inom idrotten men av andra anledningar än att bli bäst i världen.

Den hållbara skidåkaren

Ett arbete kring den "Den hållbara skidåkaren – energibalans" har redan påbörjats inom förbundet och dess verksamheter. Arbetet har inte pågått



tillräckligt länge för att det ska gå att dra några slutsatser, men det är uppenbart att ämnet behöver lyftas fram och diskuteras vidare. Arbetet med detta ämne måste fortsätta en längre tid för att kunna ge effekt. I djupintervjuerna beskrev fem av åtta tjejer/damer också problem med sin energibalans. Några pekade på okunskap och andra på tabun kring ämnet. Arbetsgruppen hoppas och tror starkt på att det arbete som nu görs med "Den hållbara skidåkaren" ska ge positiva effekter i dessa frågor.

Få fler att fortsätta längre!?!

Få fler att fortsätta längre är en del av Strategi 2026 som SSF har tagit fram. Sämre motivation kan leda till att en person mår sämre, och sämre mående kan leda till sämre motivation. Nästan dagligen kommer artiklar och rapporter om de höga kraven i samhället och skolan och om hur aktiva idrottare påverkas av sociala medier. Även inom vår idrott har många åsikter kring vad som är okej att göra eller säga samt hur en aktiv förväntas vara eller agera. Aktiva som är födda på 1990-talet och framåt har påverkats av sociala medier på ett helt annat sätt än tidigare generationer. Är sociala mediers påverkan på hälsan något skidsverige behöver jobba ännu mera med för att stötta aktiva och tränare? Jämför sig aktiva i högre grad med omgivningen (via sociala medier) än tidigare? Hur kan SSF hjälpa aktiva att förhålla sig till sociala medier?

Meningen "jag känner mig inte tillräckligt bra" återkommer i både enkätsvar och i öppna svar. Vad betyder detta? Utifrån vilka referenser svarade tjejerna/damerna? Var det de egna tankarna eller var det hur andra runt omkring individen uttrycker sig och kommunicerar? Kan det vara så att det handlar om könsrelaterade förväntningar? Eller handlar det mer om personlighet? Har ledare och tränare i dag kompetens att möta dessa utmaningar? Eller behövs det fler verktyg för ledare/tränare för att hjälpa och stötta de aktiva oavsett ambition och nivå? Och hur kan alla jobba för att tjejerna/damerna i högre grad ska stötta varandra och bygga upp ett "klimat" som peppar gruppen och driver den framåt?

I enkäten beskrevs stödet från ledare eller tränare inte som den enda eller avgörande parametern för fortsatt satsning. För att satsa på idrotten krävdes även stöd från familj och anhöriga.

Av djupintervjuerna att döma verkar det vara utbrett bland tjejer och damer att de aldrig kan vara nöjda med sin prestation. Men en ständig strävan att alltid



vara perfekt på alla livets områden är en stor utmaning. Bör SSF och tränare fokusera mer på allmänt välmående hos de aktiva än på prestationspsykologi?

Vidare framkom det i djupintervjuerna att flertalet av de tjejer/damer som fortsatte sin satsning menade att de hade lärt sig att skifta fokus från resultat/placering till den egna prestationen och utvecklingspotentialen och att inte fokusera på det som de inte kunde påverka eller inte hade lyckats med.

När tjejerna mognar och närmar sig vuxenlivet får de andra drivkrafter och mål utanför idrotten. Vilka alternativ finns det för att vara kvar inom idrotten och vad krävs av individen för att vilja fortsätta med sin idrott eller kunna ta nästa kliv? Kan alla inom skidsporten hjälpas åt att stötta tjejerna så att de hittar drivet och viljan att fortsätta? Kanske ska årskurs 3 och 4 på skidgymnasierna ha större fokus på sponsorskap, entreprenörskap och idrottens kravbilder? Dessa inslag blir allt viktigare för att driva "JAG AB" som individuell elitidrott ibland kallas.

Kan stöttning från kloka, äldre aktiva som redan har gjort resan själva vara en del i att vägleda yngre åkare? Behövs det mentorer eller liknande som de aktiva kan vända sig till och prata med? Alla kommer inte att fortsätta, men det är utan tvekan viktigt att skidsverige försöker bidra till att fler väljer att stanna kvar inom idrotten.

Det kommer alltid att behövas ledare, vallare, tränare etcetera. Kan klubbar, förbund och utbildningsanordnare tillsammans skapa någon form av plattform där aktiva kan vara kvar med kompisgänget som fortsätter tävla genom att bidra som ledare och stötta och hjälpa de gamla kompisarna? De får då själva utvecklas som ledare och samtidigt ha kvar de sociala kontakterna och tillhörigheten i skidfamiljen.

God kultur och miljö – ett holistiskt synsätt

I flertalet av frågorna i enkäten underströk de svarande att de sociala aspekterna var viktiga. Tjejerna/damerna önskade att det ska bli mer accepterat att fortsätta tävla i längdskidor oavsett ambitionsnivå. De menade att alla inte kan bli bäst men att bredden behövs för att en spets ska kunna formas. Flera beskrev också hur det upplevde att det fanns en "mall" som de förväntades följa för att bli en duktig skidåkare. Men visst kan idrottsatsningar se ut på många olika sätt?!

Hur kan tävlandet avdramatiseras? Statistiken visar att många fortsätter att träna även när de har slutat tävla. Skulle fler välja att tävla om miljön var mer



avslappnad och accepterade? Här kanske en jämförelse kan göras med långlopp inom skidåkning samt orientering där upplevelsen uppfattas som mer avslappnad med en avdramatiserad stämning kring tävlandet. Detta framkom i några fritextsvar i enkäten.

Detta visar kanske på vikten av att ledare och tränare verkligen ser till helheten för de aktiva och arbetar utifrån ett holistiskt synsätt. De är människor som åker skidor och inte skidåkare som råkar vara människor ...

Något som tydligt framkom i enkäten och dess fritextsvar var vikten av att miljön i skidsverige känns välkomnande och tillåtande. Flera svarande lyfte fram att tränare och ledare inom alla våra verksamheter ofta hade bristande tålamod när det gällde satsningen som gjordes av aktiva strax under den yppersta eliten. Här kan det finnas ekonomiska utmaningar för såväl individer som föreningar och förbund som samtidigt vill nå nationella och internationella framgångar. Men flera svaranden hänvisade också till att det inte var helt accepterat att satsa annat än hundra procent på sin idrott. Frågan är om det inte måste finnas en större acceptans i verksamheterna för satsningar på olika nivåer så att så många som möjligt kan fortsätta så länge som möjligt!

De svarande i enkäten upplevde bristen på helhetssyn som något klart negativt. De menade också att det var vanligt att de bästa skidåkarna bemöttes bättre av ledare och tränare. Nutida idrottsforskning understryker att en helhetssyn (ett holistiskt synsätt) är viktig. Enkätsvaren överensstämmer också med det som tidigare har framkommit i forskningen kring motivation. Forskningen talar om självbestämmandeteorin (Self Determination Theory; SDT) som bygger på inre motivation. För idrottare kan det bland annat handla om att

- ha en känsla av att bemästra i sin idrott; att vara duktig och utvecklas
- vara i en miljö där de trivs
- vara med och bestämma över den egna idrottssatsningen.

Kan en ökad kunskap i dessa ämnen lyfta verksamheterna i skidsverige?

Organisation

Elitmiljöerna har funnits under många år (främst i Umeå, Östersund, Falun). De senaste åren har en resursförstärkning skett genom SSF:s samarbete med Svenska Spel. Denna inleddes efter SSF:s egen utredning 2019. Framväxten av



nya miljöer (bland annat i Luleå och västra Sverige) och att det finns fler möjligheter till en bra satsning för eftergymnasiala aktiva är något väldigt bra. Att utvärdera SSF:s satsning tillsammans med Svenska Spel är svårt då de två första åren präglades av covid-19-pandemin. Under pandemin upplevdes det som positivt att de aktiva kunde få god stöttning i sina hemmiljöer när samhället gick på sparlåga och möjligheterna för lägerverksamhet och resande begränsades. Kan dessa elit- och utvecklingsmiljöer utvecklas ytterligare så att de ökade resurserna tydligt bidrar till de aktivas utveckling? En plan för uppföljning av dessa verksamheter kanske bör tas fram? Långsiktighet kan vara en viktig framgångsfaktor i denna typ av satsningar.

Landslagstrukturen är en del av detta pussel. De har förändrats en del genom åren. Storleken och strukturen för juniorlandslag, utvecklingslandslag, B-landslag och på senare år elitmiljöer med mera har varierat en del. Liksom när det gäller alla förändringar har de gjorts i hopp om att landslagen ska bli bättre och nå större framgångar. Ett starkt lag i toppen (A-lag) ses som självklart, men hur upplever de strax under den yppersta eliten de förändringar som genomförs? Finns det ett värde i att ha en stabil organisation och struktur mot bakgrund av att damerna i enkätundersökningen ofta tog upp frågor kring trygghet, förutsägbarhet med mera? Att ha en tydlig och väl anpassad progression vad gäller lagstruktur kan också vara bra ur ett motivationsperspektiv för de aktiva.

Juniorlandslag har funnits alla år sedan 2010 förutom under ett år då detta inte var möjligt på grund av dålig ekonomi. Utifrån ovannämnda erfarenheter och kunskaper, hur utformar vi en verksamhet för juniorer på bästa sätt så att individer kan utveckla så mycket som möjligt via skola, klubb och landslag?

Alla individer har olika vägar till toppen, men de flesta blir som bäst som längdåkare efter 26 års ålder (Walther et.al., 2022). Det kan vara viktigt att påpeka detta, inte minst för unga aktiva. En positiv tröghet kan vara en framgångsfaktor för både individ och organisation, till exempel i elit- och utvecklingsmiljöer.

Förslag på åtgärder

Något väldigt positivt är att en stor andel av de svarande i enkätundersökningen uttryckte en stark kärlek till längdskidåkning. Väldigt många tjejer/damer



fortsatte att träna längdskidåkning för välmående, hälsa och kondition. Detta är väl i linje med det arbete som SSF gör och kallar "skidor hela livet".

I enkäten beskrev tjejerna/damerna längdskidåkning som en del av deras identitet, och över 70 procent av dem hade fortsatt att åka skidor när de har lagt ner sin satsning. Allt detta är ett stort plus för längdskidåkningen som idrott.

För att de aktiva ska bli ännu fler och bättre (utifrån Strategi 2026) har arbetsgruppen satt ihop en idélista med förslag på åtgärder. Dessa förslag på åtgärder riktar sig till olika delar i våra verksamheter inom SSF eller direkt kopplat till SSF:

- Utveckla det holistiska synsättet när det gäller aktiva inom hela längdskidåkningen. Det handlar om att våga utgå från och lägga fokus på individens utveckling i stället för på enbart resultatet och placering på tävling.
- Betona och arbeta med allmänt välmående framför prestationspsykologi. Till exempel oftare fråga de aktiva: "Hur ser du på din längdskidsatsning? Hur vill du utforma din satsning så att den känns extra kul och motiverande för dig? Vad kan du/vi göra så att din satsning känns hållbar, kul och trygg?"
- Årligen på förbunds nivå följa upp relevanta nyckeltal som resultatutveckling, deltagarantal på tävlingar, statistik över laguttagningar och antagningar till skidgymnasier/elitmiljöer på samtliga tävlingsnivåer, tjejer/damer som killar/herrar. Syftet är att snabbare och enklare kunna följa utveckling och trender och sätta in eventuella åtgärder i rätt tid.
- Forma en arbetsgrupp som driver övergripande frågor för juniorer och som inte enbart har fokus på elit och tävling.
- Arbeta aktivt med fler mottagare och valmöjligheter för de aktiva efter avslutat skidgymnasium.
- Genomföra attitydarbete för hela skidsverige för att utveckla ett välkomnande och tillåtande klimat där alla hjälper varandra på ett positivt sätt.
- Fortsätta arbeta med "Den hållbara skidåkaren".



- Utveckla långsiktighet både när det gäller individ och organisation samt bejaka positiv tröghet – förändring och utveckling kan ta tid. Se tydlighet och långsiktighet som viktiga framgångsfaktorer!
- Tillsammans med föreningar och distrikt utveckla möjligheter för de aktiva som befinner sig strax under elitnivå att göra en fortsatt satsning liksom för de som inte vill satsa hundra procent på längdskidåkning.
- Undersöka hur möjligheten ser ut idag till tränarhjälp eller stöd av bollplank som senior.
- Undersöka hur den ekonomiska situationen ser ut idag för våra senioraktiva på olika nivåer. Vad ser vi för möjligheter till utveckling på den ekonomiska sidan för våra aktiva?

Detta arbete inleddes mot bakgrund av vikande resultat de senaste åren för elitaktiva tjejer/damer precis under världscupnivå (Skandinavisk cupen, U23-VM och junior-VM). Syftet med projekt var att

- undersöka om det finns en trend med vikande resultat
- slå fast vilka orsaker det i så fall kan finnas
- föreslå eventuella insatser inom svensk längdskidåkning.

Under arbetets gång växte projektet i omfattning och bredd. Arbetsgruppen insåg att fler perspektiv behövde belysas och frågorna är mycket komplexa. Vår förhoppning är att detta arbete och rapport tas emot positivt i hela skidsverige och bidrar till kunskap och fortsatt utveckling av våra verksamheter.

Så många som möjligt så länge som möjligt!

Avslutningsvis vill vi rikta ett stort tack till alla som deltagit i enkäten och djupintervjuerna, Karolina Hedenström, Christer Rosén, Per-Göran Fahlström, Origo group, SISU Förlag och utvecklingsgruppen SSF längd. Tack även till arbetsgruppens deltagare för ett givande arbete och fint samarbete.



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION



Referenser

Jacob, Walther, Mulde, Roy, Noordhof, Dionne A, Haugen, Thomas A & Sandbakk, Øyvind. "Peak Age and Relative Performance Progression in International Cross-Country Skiers." *International Journal of Sports Physiology and Performance* 17.1 (2022): 31-36.

Resultatdata: www.fis-ski.com, www.ta.skidor.com