

# EA Academy TC kurs
# EA Clinic 2025

**Torsdagsmöte inför RM 2025**

Sara Almberg och Klara Sparr

European Aquatics DTC/STC

SVENSK SIMIDROTT

# Summering TC utbildning

EUROPEAN AQUATICS®
ACADEMY

SVENSK SIMIDROTT

# Etik

**Tänk på**

- Undvik att prata om programmen tills tävlingen är över
- Var villig att ge feedback till tränare (Efter tävling eller vid anvisad tid)
- Jobba så snabbt du kan, men var rättvis! Är du osäker är det kanske inte ett very obvious mistake
- Kontrollera alla CC för misstag
  - tex avvikelser från apendix 3 eller knasigt deklarerade lyft

**Viktigt**

- Kom i tid, till möten, till tävlingsstart etc
- Var aktiv, prata inte under insim musik eller under tävling men anteckna och prata med de andra TC i domarnas rum
- Var lugn, Sätt inte för mycket press på dig själv utan se det som är Obvious

SVENSK SIMIDROTT

# Konsekvent bedömning

- Inga nya anledningar till BM ska dyka upp sent på säsongen
- Färre regeländringar
- Pålästa TC

SVENSK SIMIDROTT

# TRE

Ingen ny information. Kommer fortsätta bedömmas som tidigare.

SVENSK SIMIDROTT

# Hybrider

Stora förändringar i implementering av reglerna

Video exempel från kursen

https://docs.google.com/document/d/1yR3HwG4gAEqSAHndJz0fXkBKBdy5_c9auSrbAW4VYfM/edit?usp=sharing

SVENSK SIMIDROTT

# Stay out of the weeds

- Fastna inte i detaljer
- DTC ska inte upprätthålla perfektion
- Ingen diskussion ska krävas för att sätta ett BM
- Soso-situationer leder inte till BM

SVENSK SIMIDROTT

# Träffa VOM monstret

**Meet the VOM monster – Very Obvious Mistake**



SVENSK SIMIDROTT

# Very Obvious Mistakes:



Vad är ett very obvious mistake?

Här är några exempel:

- För böjt ben 90 grader
- För kort rotation 1/8 varv
- Spagat inom VP-konen
- Höjd 8,5 i uppskjut: Kolla alltid i slowmotion, om hela rumpan syns irl kan det mycket väl vara godkänt
- Unbalanced: Helt rak, nära vattenytan
- Höjd: Tänk på att skvätt och rörelse i vattnet kan få det att se ut som ett BM även om det inte är det
- Gradual: Redan/fortfarande i VP efter halva rotationen

SVENSK SIMIDROTT

# Tidtagning

På alla ställen där vi tar tid har, EA internationellt, nu en tolerans på 0,2 sekunder

Exempel: 3 sekunder regeln på A6, A7, A8

Om tidtagarur visar mer än 2.80 sekunder = OK (ej BM)

**Detta är för att ta bort mänskliga faktorn i start/stop av tidtagarur.**

OBS!! Tränare måste fortfarande skriva rörelserna som reglerna säger dvs 3 sekunder för A6, A7 och A8 i programmen för att inte riskera BM

Om många tidtagningar i rad räkna i huvudet och titta på de som verkar korta

SVENSK SIMIDROTT

# ACRO C

När man deklarerar ett Combined lyft där FS flyger över en formation:

- Position 1 är från grupp B (dvs konstruktionen man flyger över)
- Position 2 är från Grupp A (FS som flyger över formation)

När man ska använda positioner från grupp A eller grupp B  är förtydligat i nya appendix 7, sidan 62.

Rekommenderar starkt att både tränare och TC läser detta!

SVENSK SIMIDROTT

# STC

Ingen ny information. Kommer fortsätta bedömmas som tidigare.

SVENSK SIMIDROTT

# DTC summering från Georgien



SVENSK SIMIDROTT

# ”What if” situationer

**Vad gör du som DTC om musiken slutar mitt i ett element?**

Du dömer det som simmades till musiken

**Vad gör du om en simmare påbörjar, men inte gör klart, ett TRE och sedan utför samma TRE igen?**

Du kollar på det första försöket, Du ger ej BM för resterande efterföljande element. Eventuellt avdrag för ett extra element om det är mer än 5 movements.

Detta är så ovanligt att vi förmodligen inte kommer se det i Sverige.

Är du osäker på hur en sak ska dömas? Döm till simmarens fördel!

SVENSK SIMIDROTT

# Apnea

European aquatics har regler för Apnea när det kommer till Juniorer och Ungdomar

Youth: max 21 sekunder/hybrid

Junior: max 25 sekunder/hybrid

DTC kommer innan tävling kolla alla CC för att se till att inga hybrider är deklarerade som en tid som överstiger den uppsatta gränsen. Överstiger en hybrid gränsen så får man BM.

Här hittar ni reglerna för 2026, publicerade 27 september 2025 (Går även att googla fram)

https://europeanaquatics.org/wp-content/uploads/2025/10/European-Aquatics-Artistic-Swimming-Apnea-Time-2026.pdf

SVENSK SIMIDROTT

# Apnea tider

## APNEA TIMES 2026

For the safety of the athletes, there will be a rule in the **YOUTH category** competitions setting the apnea time limits for all free hybrids. This will apply to all Youth events from January 2026. Please note that a **base mark** will be applied to an element where a free hybrid exceeds an apnea time of **21 seconds**.

For the safety of the athletes, there will be a rule in the **JUNIOR category** competitions setting the apnea time limits for all free hybrids (not the TRE's). This will apply to all Junior events from January 2026. Please note that a **base mark** will be applied to an element where a free hybrid exceeds an apnea time of **25 seconds**.

SVENSK SIMIDROTT

# Uppdateringar i regelboken och manualen!

**Uppdateringar i Competition regulations, Publicerat 25/6/2025**

Competition regulations uppdateras i januari och juni. Håll utkik i januari för ytterligare en ny utgåva. Det är inte nödvändigtvis så att det är stora ändringar som kommer i januari, men det kommer förmodligen något

**Uppdateringar i Appendix 6, 7 och 8, publicerat oktober 2025**

Sammanfattning av ändringar i appendix 6 och 7 (vad jag kan se ej publicerad)

https://1drv.ms/b/c/de91f06bcdd9c838/EbAfhZqjtdZOinpT72XF8rgB1Svqwgwfn-ggYM9lDjebSQ?e=3DNTH8

OBS! Uppdateringarna kommer börja gälla för Sverige efter RM

SVENSK SIMIDROTT

# STC

Inga stora ändringar i Appendix 8

Men notera att det är en ny version publicerad, som ligger som en fristående fil likt appendix 6 och 7.

Vad vi sett är det grammatik, layout och font som uppdaterats.

Men även några förtydligande ord så det är bra att läsa den igen

SVENSK SIMIDROTT


FRÅGOR?
SVENSK
SIMIDROTT