

UNGDOMS-EM 2026: Officiell rapport – Svenska ungdomslandslaget

10–19 juli 2026, Gondomar, Portugal

1. Övergripande observationer

Förbundskapten Ungdomslandslaget: Maria Christoforaki

Mästerskapet var en mycket stark prestation av både våra spelare och ledare. I samtliga kategorier upplevde jag en hög nivå av professionalism, engagemang och förberedelse. De ansvariga tränarna arbetade noggrant och målmedvetet, och jag såg dem ge sitt yttersta i varje match, varje poäng och i varje situation. Sammantaget bidrog detta till ett mycket framgångsrikt mästerskap för svensk bordtennis.

En av de tydliga styrkorna var förberedelserna inför mästerskapet. Det arbete som gjordes för att spelarna skulle vara i så bra form som möjligt när de kom till mästerskapet återspeglades tydligt i deras prestationer. Vi såg starka resultat i flera kategorier, och på många håll prestationer som var bättre än tidigare år. De sju medaljer som Sverige tog är ett särskilt betydelsefullt resultat och något som historiskt inte har hänt sedan 1982.

Utöver resultaten och medaljerna blev jag framför allt imponerad av den professionalism som spelarna visade under hela mästerskapet. Deras kämpaglöd, förmåga att återhämta sig efter tuffa matcher eller besvikelse och förmåga att rikta fokus mot nästa utmaning var stora styrkor. Ett långt mästerskap av den här typen innehåller många upp- och nedgångar, och jag såg många exempel på spelare som hanterade dessa situationer med mognad och beslutsamhet.

Samtidigt har mästerskapet också gett oss viktiga områden att fortsätta utveckla. Som ledargrupp behöver vi fortsätta att utvecklas, framför allt i hur vi hanterar svåra situationer under lagtävlingarna. När utmanande situationer uppstår kan de ibland påverka stämningen och energin i laget, och detta är ett område där vi tillsammans kan bli ännu bättre.

Även om vi har sett en tydlig utveckling, både mentalt och fysiskt, finns det fortfarande områden där vi kan ta ytterligare steg. Vi behöver fortsätta arbeta med hur spelarna hanterar

förväntningar, besvikelsen över att inte bli uttagen till ett lag och situationer där en motståndare förändrar sitt spel och därmed skapar frustration eller osäkerhet. Vi behöver också bli bättre på att hantera de fysiska och mentala krav som ett långt mästerskap innebär, där spelarna möter olika förutsättningar, tuffare och lättare dagar, svängningar i självförtroendet samt faktorer som sömn, kost och återhämtning. Detta är viktiga delar i att utvecklas till kompletta idrottare och kommer även fortsättningsvis att vara ett viktigt fokus i vårt arbete.

För mig personligen hade detta mästerskap en särskild betydelse. Det var det första mästerskapet där jag inte stod vid sidan av bordet som coach, utan i stället fick möjlighet att följa och stötta samtliga våra lag. Det var ett nytt perspektiv och en erfarenhet som jag kommer att bära med mig under lång tid. Det fanns stunder av stor glädje och stolthet när jag fick se spelarna prestera på sin högsta nivå och nå fantastiska resultat, men också känsloladdade stunder när jag såg den stora ansträngning, det engagemang och det mod som spelare visade utan att resultatet alltid blev det de hade hoppats på. Att få uppleva mästerskapet ur detta perspektiv påminde mig återigen om hur mycket arbete, känslor och engagemang som ligger bakom varje enskild prestation.

Jag vill därför rikta ett varmt och uppriktigt tack till alla som bidrog till detta mästerskap. Till alla spelare – tack för ert engagemang, ert mod och er arbetsinsats. Till alla tränare – tack för er professionalism, era förberedelser och ert engagemang under hela året och hela mästerskapet. Jag vill också rikta ett särskilt tack till alla föräldrar som var på plats, stöttade sina barn och bidrog till att skapa så bra förutsättningar som möjligt för både spelarna och laget runt omkring dem. Slutligen vill jag tacka alla supportrar och svenska fans som fanns på plats och stöttade våra spelare oavsett resultat – i de fina stunderna såväl som i de svåra.

Vi ska vara stolta över varje individ som representerade Sverige och över det vi tillsammans åstadkom som grupp. Samtidigt handlar ett mästerskap inte enbart om medaljer. Det handlar också om erfarenheter, lärdomar, svåra situationer och den utveckling vi gör på vägen.

Nu är det dags att ta med oss de fina minnena och lärdomarna hem, och fortsätta arbeta hårt varje dag för att bli den bästa versionen av oss själva – som bordtennisspelare, som idrottare och som människor. Hårt arbete ger inte alltid en omedelbar belöning, men på lång sikt kommer engagemang, kontinuitet och viljan att utvecklas alltid att föra oss framåt.

Vi finns här för att stötta er alla på bästa möjliga sätt, med ett gemensamt fokus: att skapa så bra förutsättningar som möjligt för utvecklingen av svensk ungdomsbordtennis och hjälpa varje spelare att nå sin fulla potential.

2. Flickkadetter U15

Ansvarig landslagscoach: Gilles Forzy

Lagtävlingen – bronsmedalj

Sammanfattningsvis är resultatet från denna första del av mästerskapet mycket tillfredsställande. Laget uppvisade en föredömlig sammanhållning och en stark idrottslig karaktär i samtliga landskamper.

Gruppspel: Sverige – Portugal 2–3; Sverige – Rumänien 3–1; Sverige – Grekland 3–1. Vi slutade på andra plats i gruppen bakom Portugal och avancerade till åttondelsfinal.

Åttondelsfinal mot Polen slutade 3–1 till Sverige. Dubbeln blev matchavgörande och Siri och Nike genomförde en taktiskt mycket väl genomförd match. Vid ledning 2–1 ställdes Siri mot motståndarnas etta och vann matchen på mental styrka.

I kvartsfinalen besegrade Sverige förstaseedade Tjeckien med 3–0. Nike stod för en internationell topprestation när hon besegrade den europeiska trean med 3–1. Semifinalplatsen och bronsmedaljen var därmed säkrade.

I semifinalen mot Frankrike blev det förlust med 0–3. Siri startade starkt men lyckades inte anpassa sitt spel i tid efter franska taktiska förändringar. Nike, som var fysiskt och mentalt sliten, orkade inte stå emot den franska tvåan. Frankrike vann sedermera guld i lagtävlingen.

Dubbelturningarna

Efter en schemalagd återhämtningsdag för att bearbeta intrycken från lagtävlingen och ladda om inför de individuella klasserna inleddes dubbelspelen. Omställningen från lag- till individuell tävling är erfarenhetsmässigt krävande, i synnerhet efter en medaljframgång.

Flickdubbel: Alicia/Siri ställdes i första omgången mot ett starkt ryskt par. Spelarna genomförde en taktiskt väl genomförd match men förlorade knappt med 11–9 i skiljeset.

Siri/Eloisa Barreda (Spanien) avancerade från den första omgången utan setförlust. I den andra matchen ställdes de mot de blivande europamästarinnorna från Ryssland. Det blev en knapp förlust med 2–3 mot ett par som därefter vann samtliga sina matcher med 3–0.

Singelturneringen

I egenskap av seedad spelare var Siri direktkvalificerad till huvudturneringen, medan Alicia och Nike spelade poolspel.

Alicia Enbom: Alicia presterade väl i en spelstilskrävande fyrgrupp med många materialspelare. Trots tre förluster uppvisade Alicia en mycket god inställning och kämpade i

samtliga matcher. Tekniska justeringar i forehandsspelet krävs för att uppnå högre säkerhet och bättre avslappning. Vidare krävs utveckling gällande den emotionella hanteringen under stressade spelsituationer, där spelet för närvarande blir för aggressivt.

Nike Lundqvist: Nike lottades i en tregrupp med en rysk defensivspelare, sedermera medaljör, samt en ungersk spelare. Efter en fullgod insats mot defensivspelaren blev den andra matchen direkt avgörande. Nike ledde med 2–0 i set och hade matchbollar i både tredje och fjärde set, men lyckades inte stänga matchen. En tung 2–3-förlust som inte speglar Nikes generellt höga spelnivå under mästerskapet. Denna typ av förluster måste analyseras för att ligga till grund för nästa utvecklingssteg.

Siri Benjegård – bronsmedalj: Siri inledde med en kontrollerad 4–0-seger och fortsatte med 4–1 i både 1/16- och 1/8-delsfinalen. Noterbart var att Siri höjde sin spelnivå markant efter respektive selförlust, vilket tyder på god tävlingskaraktär.

I kvartsfinalen ställdes hon mot Albane Rochut från Frankrike, som besegrat Siri i lagsemin. Siri uppvisade en stark revanschinstinkt under förberedelserna. Den förutbestämda taktiska matchplanen genomfördes minutiöst. Taktisk disciplin, hög kreativitet och stark vilja resulterade i en 4–1-seger och en säkrad EM-medalj.

Semifinalen mot den blivande mästarrinnan från Ryssland blev spelmässigt jämn men för svår. Utvecklingsområden framåt är att behålla samma fysiska arbetsinsats även när matcherna blir tuffa eller när hon ligger under i poäng, samt att bli mer mottaglig för coachning och taktiska direktiv i motgång.

Sammanfattning och övergripande utvecklingsområden

Det samlade utfallet av UEM 2026 är synnerligen positivt för den svenska U15-truppen och för den svenska delegationen i stort, som totalt erövrade sju medaljer. Spelarnas höga kämparanda har varit den primära framgångsfaktorn.

För att höja den internationella konkurrenskraften ytterligare bör framtida landslagsaktiviteter fokusera på att hantera svagare perioder och stunder med hög psykologisk press under matcherna, samt att agera mer taktiskt och kyligt i dessa lägen.

Det är avgörande att även kunna framtvinga motståndarens misstag och inte till varje pris vilja avgöra bollen i korta dueller. Vi måste acceptera kampen och lära oss att uppskatta långa dueller med hög fysisk och mental intensitet.

Ett annat viktigt utvecklingsområde är skruvläsningen – att värdera kvaliteten på motståndarens boll – särskilt i servemottagningen. För många direkta misstag och gratispoäng blir kännbara i jämna matcher.

Jag är så stolt över att ha fått följa tjejerna under hela mästerskapet och säsongen, och att se deras utveckling belönas med en välförtjänt medalj. Tack till alla familjer, och tack till SBTF för det grymma arrangemanget kring både förberedelseläget och tävlingen. Sist men inte

minst, ett stort tack till mina kollegor Sebbe, Kim och Arvid för er professionalism och för vårt fina samarbete under de här 16 dagarna.

3. Pojkkadetter U15

Ansvarig landslagscoach: Sebastian Lundahl

Förberedelser och lagspelet

Fyra dagar läger i Stockholm plus elva dagar tävling i Portugal. Målet med kategorin på lägret var till allra största del teambuilding. Pingismässiga mål handlade till stor del om "feel good" eller "må bra, spela bra". Vi jobbade med styrkor, med mycket fritt spel, självförtroendehöjande övningar och självförtroendehöjande tankar inom dubbelspel. En ytterst liten del handlade om svagheter, vilket vi istället arbetat med tidigare under säsongen.

Anledningen är tron på tesen om att när vi tänker på problem känner vi oss mer låsta och torde ha svårare att hitta lösningar i en match. Självklart ska utveckling alltid stå i absolut högsta fokus för spelare i dessa åldrar, vilket jag anser att vi gör 350 dagar om året, samtidigt som just dessa femton dagar skulle handla om toppning och maximerande av prestation.

Teambuildingen innehöll filmkvällar, trappfys, riktlinjer gällande samarbete i mobilspel med mera. Vi visste att vi skulle behöva nå maximala prestationer för att åstadkomma resultat.

Vi hade bestämt oss för att oavsett om vi vinner guld, tar annan medalj eller åker ner i B-divisionen så ska vi alla kunna titta varandra i ögonen efter lagspelets slut och genuint känna att vi har gjort exakt allt vi kan. Och vi ska göra det samtidigt som vi är oss själva. Det var våra mål.

Nervositet gjorde vi till något positivt genom att vara oss själva. Vi hade mobilregler, men inte för strikta. Vi jobbade mycket med humor, men absolut inte i nära anslutning till match. Jag är glad och stolt över spelarnas förmåga att balansera deras goda vänskap med ett hårt arbete för att nå så många maximala prestationer som möjligt. Vi utvecklade tillsammans rutiner som fungerade väldigt bra för oss under mästerskapet.

Resultat i lagspelet

Vi började lagspelet med 3–0 mot Italien. Samma kväll mot en av förhandsfavoriterna Polen, som sedan vann tävlingen, fortsatte vi. Lagmatchen slutade 1–3. Med tanke på hur stor ledning vi haft i dubbeln kände vi dock positivitet.

Dag två mot Ukraina, för direkt avancemang till slutspel, vann vi med 3–2 genom vinst av Emil, vinst av Erik/Emil i dubbel och vinst av Joel i avgörande singeln. 3–2 mot Azerbajdzjan i åttondelen.

Mot Azerbajdzjan hade vi ett antal punkter som inte satt som de skulle. Den kvällen fick vi chansen att prata om och hitta lösningar på dessa. Vi var alla fyra överens om att det skulle krävas i kvartsfinalen. Det handlade om en del mentala bitar som vi haft problem med tidigare och som är svåra. Men vi hade också kommit överens om att göra exakt allt vi kunde, och det vi inte klarade mot Azerbajdzjan var i princip felfritt dagen efter i kvartsfinalen.

3–2 mot Turkiet i kvarten. Vi firade och körde våra vanliga rutiner. Men vi var lite för nöjda samtidigt som det blev för stort. Vi hade klarat att hantera en massa olika situationer hittills i turneringen, men vi klarade inte riktigt fullt ut att hantera semifinalen efter att ha vunnit kvarten samma dag. Semifinalen slutade 0–3 i Tysklands favör.

Vi vann en bronsmedalj. Vi var seedade sexa. Alla i laget bidrog och blev bättre på att bidra under turneringens gång, inom alla olika områden – i teambuilding, uppladdning, i hagen och på bänken.

Singel, dubbel och mixed

Övergången från dagarna med lagspel till övriga klasser är inte enkel. Det blir också mer spretigt när spelarna spelar olika tider, några står över ett helt gruppspel, någon går långt i mixed och någon åker ut tidigt. Uppladdning och förberedelser blir här ett större eget ansvar, vilket å andra sidan är något som spelarna fått träna på tidigare under säsongen under läger och tävlingar.

För att gå riktigt långt i någon av dessa klasser kommer man hamna i en mängd olika situationer. Man kommer tappa ledningar, ligga under, spela en dubbeluppställning som känns helt omöjlig men som det finns lösningar på, och behöva vinna någon match på en taktik och någon annan match på en annan taktik.

I slutändan blir det ofta ganska tydligt om man har lyckats med det eller ej, och tydligt om man tränat på det tidigare och lärt sig så pass mycket att man kan lösa olika situationer. Det är tydligt på en så här pass lång turnering med olika klasser och tävlingsformer att det finns tusentals olika sätt att vinna bordtennismatcher på och tusentals olika sätt att spela vår sport på.

Med det sagt tycker jag att pojkkadetterna når sin potential i mångt och mycket. De använder hela sin verktygslåda. Det är inga förluster som avgörs mentalt mer än spelmässigt. Vi nådde nivån där bordtennisspelaren som kunde lösa situationen bäst i stunden vann matchen. Det har varit vårt största övergripande mål under de tre säsonger som jag jobbat med svensk pojckingis. Gnäll, dåligt uppförande och oseriositet ska inte vara anledningen till att vi förlorar. Om vi förlorar ska motståndaren ha gjort det bättre än oss spelmässigt.

I singelspelet tog sig Erik och Joel till topp 32. Joel var direktkvalificerad och förlorade jämnt med 2–4 mot en fullvuxen och duktig ryss. Erik vann enkelt sin pool samt mot en rutinerad defensivspelare innan en jämn 2–4-förlust mot Koivumäki från Finland.

Emil Ellermann blev tvåa i singel, trea i mixeddubbel tillsammans med Siri Benjegård och trea i pojkdubbel tillsammans med Peadar Sheridan från Irland. Emil nådde sin bästa mentala insats. Han har utvecklat sin fysik mycket och har en stor förståelse för sina styrkor och hur han med sin verktygslåda kan vinna matcher.

I åttondelen mötte han en fransman som han aldrig slagit innan och vann med 4–0. I kvartsfinalen tappades en relativt stor ledning i starten av matchen mot en rysk defensivspelare, men han fortsatte positivt till 4–1. I semifinalen var han i underläge 1–3 och visade stor beslutsamhet att testa hela verktygslådan och hitta taktiska detaljer för att lösa situationen. Han vände till 4–3.

I finalen mot förhandsfavoriten Görkem från Turkiet räckte det tyvärr inte. En stark motståndare gick inte att rubba denna gång trots Emils fortsatta försök att hitta något. Matchen slutade 0–4. Kanske blev det också en för stor urladdning i semifinalen. Det är en konst att kunna glädjas åt vändningen för att någon timme senare vara hungrig ut i tandspetsen i finalen, vilket var samma situation som vi hamnade i som lag. Allt som spelarna får uppleva är erfarenheter och lärdomar inför deras fortsatta karriärer.

Emil var seedad nia i singel och blev tvåa. Emil/Siri var seedade tvåa i mixeddubbel och blev trea. Emil/Peadar var seedade åtta och blev trea. Pojkkadetterna var alltså totalt seedade att ta en medalj, men tog medalj i alla fyra klasserna.

Joel har under UEM 2025 och 2026 spelat den avgörande singeln i en lagmatch fem gånger och vunnit den alla fem. Han har fortfarande ett år kvar i klassen.

Erik tog sig an sin uppgift på ett moget och storartat sätt. Han var kanske lagspelets bästa dubbelspelare med sina noll halvlånga servar i de sex dubbelmatcherna han spelade i lagklassen.

Emil visade en stor mental mognad. Hans förståelse för sporten är anledningen till att det hänger fyra UEM-medaljer i hans pojkrum.

4. Damjuniorer

Ansvarig landslagscoach: Kim Nylander

Förberedelser

Förberedelserna inför UEM i Gondomar genomfördes enligt plan och höll en hög kvalitet. Truppen samlades vid tre träningsläger, ett i Italien, ett i Eslöv samt ett avslutande gemensamt läger i Stockholm tillsammans med hela den svenska truppen.

Utöver detta deltog spelarna i två internationella tävlingar, i Norge och Helsingborg, samtidigt som två av spelarna även representerade Sverige vid U21-EM.

Sett till det spelmässiga, den fysiska formen och skadeläget anlände vi till mästerskapet i ett bra läge. Truppen var i stort sett helt skadefri, spelarna visade god utveckling under hela förberedelseperioden och känslan inför mästerskapet var att laget var både väl förberett och mycket motiverat.

Lagbygge och målsättning

Vid ett ungdomsmästerskap som UEM är lagbygget en av de absolut viktigaste delarna av förberedelserna. För damjuniorerna var detta kanske viktigare än någonsin. Under både läger och tävling lades därför tid på att arbeta med lagets värderingar, beteenden, kommunikation och gemensamma målsättningar.

Efter flera år där laget varit mycket nära att nå A-gruppen men fallit på mållinjen i de avgörande matcherna, fanns en tydlig och gemensam ambition hos hela gruppen: "Vi ska upp." Det var inte bara en målsättning, utan något hela laget identifierade sig med och arbetade mot under hela förberedelseperioden.

Gruppspelet

Gruppspelet genomfördes på ett närmast perfekt sätt. Sverige besegrade samtliga motståndare med klara 3–0-segrar.

Resultat: Sverige – Montenegro 3–0; Sverige – Schweiz 3–0; Sverige – Danmark 3–0.

På förhand var vi favoriter i samtliga matcher, tycker jag, men framför allt Danmark är ett lag som historiskt har varit mentalt och spelmässigt svårt att möta. Trots detta visade spelarna upp ett imponerande spelregister på samtliga positioner. Laget höll en hög nivå genom hela gruppspelet och hamnade egentligen aldrig i några större problem.

Intrycket efter gruppspelet var att laget var helt redo för den avgörande utslagsmatchen.

Den avgörande matchen mot Turkiet

Sedan kom matchen vi hade förberett oss för under lång tid. Lottningen föll på Turkiet.

Det kändes nästan som ödet. Det var Turkiet som två år tidigare genomfört en osannolik vändning mot oss i Malmö. Ett lag som under flera år skapat frustration och tuffa minnen för svensk del. Samtidigt var det nog också motståndaren vi omedvetet faktiskt ville möta. Vi ville inte ha den lättaste lottningen. Vi ville ha Turkiet – en möjlighet till revansch.

Spelarnas blickar signalerade beslutsamhet och revanschlust redan vid frukostbordet.

Vi var redo. Men vi föll. Och vi föll av samma anledning som vi under flera år arbetat med att utveckla.

Taktik – momentum

Den avgörande faktorn blev återigen förmågan att hantera momentumskiftningar inom det taktiska området.

Vi startade samtliga matcher mycket starkt spelmässigt. Vinster på 11–3 i nästan alla första set gav fantastiska startskott.

Men när Turkiet förändrade sitt spel med minsta lilla – andra servar, lite nya riktningar, som därav förändrade taktiska mönster i hur duellerna startades – förändrades matchbilderna monumentalt. Momentum lyckades aldrig vända tillbaka i någon av de tre spelade matcherna.

Istället för att möta förändringen med lugn och problemlösning hamnade vi successivt i stress och emotionella reaktioner. Spelare efter spelare började spela mot sina egna känslor istället för mot motståndaren.

Självförtroendet sjönk snabbt, trots att gruppspelet bara timmar tidigare gett en helt annan bild av laget. Frustrationen över resultatet tog över och fokus flyttades från att hitta lösningar till att endast reagera på motgångarna.

Egen reflektion som coach

Sett i backspegeln hade potentiellt tuffare gruppspelsmatcher kunnat hjälpa oss individuellt och som lag att vara bättre rustade för motgång.

I elitidrott avgörs sällan matcher av vem som spelar bäst när allt fungerar. De avgörs av vem som bäst hanterar de perioder där ingenting fungerar och lösningar verkar bortom räckhåll.

Att kunna acceptera förlorade poäng, reglera sina emotioner och fortsätta fatta bra beslut under maximal press är en av de viktigaste färdigheterna inom internationell toppidrott.

Det är fortsatt även här som vi ännu inte är tillräckligt rustade – varken kunskapsmässigt om själva ämnet taktik, verktygsmässigt, sportsligt eller rent mänskligt.

Som huvudansvarig behöver jag också ta ansvar för min del. Vi har under flera år pratat mycket om bland annat momentum, känsloreglering och vikten av att kunna förändra sitt spel när motståndaren förändrar sitt. På alla läger, både i hallen, vid matbord och i konferensrum.

I efterhand tror jag också att jag gick in i matchen med för stora förhoppningar om att vi skulle spela ut Turkiet. Istället för att fullt ut förbereda både mig själv och laget på att matchbilden med stor sannolikhet skulle förändras, lät jag revanschlusten ta lite för stor plats.

När matchbilderna förändrades blev det också svårare att nå fram med rätt budskap från coachbänken. Det blev ett kollektivt misslyckande snarare än individuella misstag – och därav ytterligare en möjlighet att utbilda och diskutera detta viktiga ämne utifrån en färsk situation.

Placeringsmatcherna

Efter förlusten mot Turkiet var stämningen i gruppen naturligt tung. Samtidigt visade spelarna prov på professionalism och moral.

Laget lyckades vinna två mycket jämna matcher mot Israel och Moldavien med 3–2, vilket gav oss möjligheten att återigen nå en match om 17:e plats, en placering som hade inneburit avancemang till A-gruppen inför nästa års mästerskap. I den avgörande matchen stod Litauen för motståndet.

För dagen visade de sig vara ett nummer för stora, både spelmässigt och utifrån hur deras spelstilar matchade våra. Vi räckte helt enkelt inte till och fick konstatera att målet om A-gruppen ännu en gång föll precis utom räckhåll.

Singelspelet

Singelspelet inleddes på ett mycket övertygande sätt. Samtliga svenska damjuniorer tog sig vidare från grupp-spelet som etta eller tvåa i sina respektive grupper, vilket var ett mycket bra resultat och ett kvitto på att spelarna var väl förberedda och utvecklats spelmässigt inför mästerskapet.

I den första utslagsomgången fortsatte de fina prestationerna. Samtliga spelare vann sina matcher och flera visade prov på att vi kollektivt nu tagit oss närmare genom att få chansen att "skrälla". För någon av spelarna innebar det dessutom den bästa internationella segern hittills i karriären, vilket visar att utvecklingen fortsätter i rätt riktning och att spelarna blir allt mer konkurrenskraftiga på den europeiska scenen.

Därefter väntade dock nästa nivå i turneringen, där de seedade spelarna stod. Europas 32 högst rankade damjuniorer klev nämligen in i tävlingen. I sextiofjärdelsfinalen (Round of 64) tog det tyvärr stopp för samtliga svenska spelare. Resultatmässigt blev förlusterna i de flesta fall relativt klara, även om Gabriella stod för en mycket stark insats där hon pressade sin motståndare ordentligt och var mycket nära att avancera vidare till nästa omgång.

Sett över hela singelturneringen blir slutsatsen att vi fortfarande har en bit kvar upp till den absoluta europatoppen. Den främsta förklaringen är kanske inte jättekostig, utan den mängd träningstimmar som många av Europas främsta nationer investerar i sina spelare redan under tidiga ungdomsår är markant högre än svenskarnas. Den skillnaden blir tydlig när marginalerna minskar och tempot, kvaliteten och den taktiska variationen ökar i de senare rundorna.

Samtidigt ska turneringen ses som ett viktigt kvitto på att våra spelare börjat etablera sig på den nivå där de får möjligheten att mäta sig med Europas bästa på damjuniorssidan. För att ta nästa steg krävs fortsatt utveckling av både den tekniska kvaliteten, den taktiska flexibiliteten och förmågan att prestera under hög internationell press.

Samtidigt behöver vi bli skickligare på att spela rätt spel. På den här nivån räcker det inte att spela sitt eget spel eller att bara hantera sina egna känslor. Matchen består av två spelare som kontinuerligt försöker påverka varandra genom taktik, tempo, variation och beslut. När motståndaren blir den primära informationskällan, istället för de egna känslorna eller det

egna spelet, ökar också möjligheten att hitta lösningar och vinna matcher, eller att lära sig rätt saker.

Slutsatser och framtida utveckling

Turneringen visar att vår tekniska och taktiska nivå inte räcker hela vägen internationellt. Stundtals när vi får spela vårt spel så håller vi hög klass. Det som fortsatt behöver utvecklas är förmågan att hantera förändringar under match, när vi inte får spela vårt spel.

Vi behöver först bli bättre på att acceptera att motståndaren hittar lösningar och påverkar vårt eget spel. Och sedan faktiskt erkänna att deras spel är mot en av ens egna svagheter, utan att känslorna tar över med bortförklaringar eller skydd av sitt eget ego. För först då kan reflektioner om varför man vann eller förlorade matchen infinna sig.

En viktig del i detta arbete behöver såklart ske hemma i den dagliga träningsmiljön, men också att vi tränare och coacher på förbundets sida är i konstant dialog med tränare och spelare inom just dessa ämnen. Hur vinner man matcher? Hur ska man spela i denna situation? Varför är hög risk inte optimalt nu vid 7-7, men helt rätt i nästa set vid 7-7?

Vi behöver skapa en kultur där det verkligen betyder något att vinna träningsmatcher, bollar och poäng rent generellt. Matcher ska exempelvis inte kunna få förloras på exakt samma sätt tre set i rad utan att spelaren tvingas testa nya lösningar, oavsett om de är rätt eller felaktiga kortsiktigt.

Fokus på att vinna här och nu gör att man spelar själva spelet mer och mer "rätt" och får en större bild av sporten än just ens egen teknik eller känsla. När denna svåra polett trillar ner blir det naturligt att erkänna egna svagheter, bli mer rationell omkring sin egen bordtennis och förstå varför man förlorade eller vann setet eller matchen.

På just denna nivå försöker motståndaren i första hand spela sitt eget spel, men de skiftar direkt till nästa lösning om nummer ett inte fungerar. Direkt försöker de vinna genom att identifiera och utnyttja dina svagheter. Den verkligheten måste i högre grad speglas i den svenska tränings- och matchmiljön.

Vi behöver skapa fler situationer där spelarna regelbundet utsätts för press, konsekvenser och krav på problemlösning. Det räcker inte att detta diskuteras under landslagsläger eller på vissa internationella tävlingar. Om spelarna inte kontinuerligt tränar på att hantera dessa situationer hemma i vardagen kommer de känslomässiga reaktionerna ändå att ta över när pressen blir som störst.

Målet framåt är därför inte enbart att utveckla bättre spelare, utan att utveckla spelare som under maximal press fortsätter analysera, anpassa sig och fatta kloka beslut. Det är den egenskapen som i slutändan avgör vilka spelare som tar steget till nästa nivå. Och det är det jag anser har varit Sveriges styrka i alla år.

5. Herrjuniorer

Ansvarig landslagscoach: Arvid Sunesson

Inledning och förberedelser

Ungdoms-EM var för mig en ny upplevelse, då jag inte varit på plats varken som spelare, publik eller ledare tidigare. Däremot är traditionen kring tävlingen stark, både med goda resultat men framför allt med auran kring hur man diskuterar tävlingar från förr samt uttagningar och resultat inför kommande år. Detta var något som främst fyllde mig med nyfikenhet, stolthet och motivation men självklart också med en hel del krav, press och frågeställningar kring förberedelser, uttagningar och resultat.

Under året har herrjuniorerna haft väldigt individuella upplägg där Maria varit ovärderlig i sin roll där hon kommunicerat och planerat väldigt många aktiviteter för de olika spelarna. När uttagningen av spelarna var gjord stod det klart att två spelare skulle delta i U21-EM i slutet av juni och att två av spelarna skulle spendera andra halvan av juni i Kina för uppladdningsträning.

Vi samlades gemensamt på förberedelseläget i Stockholm där vi förutom bordtennisförberedelser också började diskutera lag-, trupp- och individbeteende inför turneringen. Här var det viktigt för mig att balansera dessa tre områden då man inom bordtennisen är starka individer där man bottnar mest. Men för att lyckas på ett EM krävs det att man som lag startar bra och kan hjälpa varandra under en lång tid. Samma gäller i en förlängning även för truppen men för mig var det viktigt att herrjuniorerna kunde vara förebilder i truppen som "äldst och bäst" och då stärka de yngre spelarna.

Jag tror att ett läger i direkt anslutning till turneringen med en resa som samlad trupp var ett mycket lyckat koncept. Det förlängde dock tiden som spelare och ledare spenderade tillsammans vilket kan göra det extra slitsamt över tid. Här är det viktigt att man hittar en balans och att man som spelare och ledare har möjlighet att få egentid under perioden.

Lagtävlingen

Inför lagturneringen ville jag involvera spelarna så mycket som möjligt i diskussioner kring motståndarna och även laguppställningar. Vi fick på förhand en god lottning med England i första matchen, fjärdeseedade Spanien i andra följt av Schweiz i den avslutande gruppsspelsmatchen.

Vi stod för en mycket stark insats både på individ- och lagnivå och jag tycker att spelarna anammade de fokuspunkter vi pratat om inför turneringen kring kämparglöd, laganda, matchuthållighet och ett mod för att vinna.

Till slutspelet fortsatte vi på samma spår och efter en strålande insats mot Bulgarien i åttondelsfinalen fick vi lite olyckligt möte andraseedade Polen i kvartsfinalen. Trots en godkänd insats blev det förlust. Här hade jag kunnat göra några fler aktiva val kring formeringen av lag och val av hemma-/bortauppställning för att stärka våra chanser i matchen. Spelarna å andra sidan fortsatte agera som tidigare men när uppförsbackarna i matcherna blev för branta så saknades kanske en sista växel.

Som helhet är det ett mycket lyckat mästerskap för herrjuniorerna där det var förlösande att det till slut blev en medalj i form av dubbelparet Adam/Noa. En reflektion är att vi kanske ska jobba ännu mer framåt med att förbereda spelarna på att spela medaljmatcher då jag tycker att vi var något stelare och nervösare just inför och under dessa matcher.

Singel och dubbel

I singelspelet stod tre av fyra spelare över grupp-spelet och det blev ett par märkliga dagar med vila/dubbelspel. Inför slutspelet i singel var det viktigt att verkligen komma in i rätt mindset igen. Samtliga spelare placerade sig högre än sin ranking på förhand både i singel och dubbelspelet.

Det var mycket glädjande att lagspelets framgångar smittade av sig till singelspelet. Noa tog sig till kvartsfinal efter seger mot andraseedade Blaszczyk från Polen. Peter slog Michna från Polen, som inför turneringen var en av de mest formstarka spelarna i Europa. Adam tog sig till åttondelsfinal efter två segrar med 4–3, men tvingades lämna WO efter en axelkänning i andra set. William tog sig också till åttondelsfinalen.

Som lag/trupp tar vi med oss mycket fina minnen och lärdomar som motiverar spelarna framåt, men förhoppningsvis också motiverar spelarna som inte fick möjligheten att representera landslaget den här gången.

Utveckling och framtida reflektioner

Jag tror att framtida mästerskap kan gynnas av att vi fortsätter ge yngre spelare erfarenhet av internationellt spel. Samtidigt behöver vi hitta en balans mellan truppstorlek, ekonomi och möjligheten att ge varje individ ett bra stöd.

Generellt för lagspelet agerade spelarna oerhört bra i många tuffa lägen och vi visade en stark och enig front. Inom det speltekniska hade vi behövt vara bättre på vårt andra alternativ av returspel och på att vara spelförande även när vi behöver spela långt eller kort beroende på spelstil.

Alla spelare har tillräckligt bra styrkor och är bra på att utnyttja sina styrkor. På nästa nivå behöver vi känna till fler vägar till våra styrkor. Vi kan inte bli så enkelspåriga att en taktisk ändring räcker för att hela vårt spel ska smulas sönder. Spelarna behöver ibland vara så mentalt starka att de kan överleva ett par slag eller bollar där de inte får spela "sitt spel" utan att förlora hela setet eller matchen.

Matchen mot Polen blev en bra lärdom för både Adam och Noa. Vi hade här behövt vara snabbare på att registrera och hitta lösningar på nya problem som motståndarna skapade.

Singelspelet var en stor framgång där Noas seger mot Blaszczyk var körsbäret på toppen. Även Peters insats mot formstarke Michna och Adams två skiljesegrar är värda att nämnas.

En trend som vuxit fram från seniorpingisen är hur många bra spelare det finns runt om i Europa och världen. Många spelare kan spela under EM. De har grunder och de har styrkor. Det som ofta saknas hos resultatmässigt svagare spelare är antingen vanan att spela matcher och att förstå matchdynamiken och vikten av en del poäng där det står och väger, eller förmågan att vinna matcher och set och spela på det som ger poäng istället för att spela "bra och fint".

De absolut bästa spelarna lyckas ofta spela öppet i ett tempo eller på placeringar som gynnar matchen i deras favör. Det är en viktig lärdom för vår fortsatta utveckling.

6. Sammanfattning och vägen framåt

Ungdoms-EM i Gondomar blev ett mästerskap som gav svensk ungdomsbordtennis mycket att vara stolt över. De sju svenska medaljerna är naturligtvis ett starkt resultat, men det mest intressanta är vad prestationerna tillsammans säger om den utveckling som sker i våra ungdomslandslag. I flera kategorier såg vi spelare och lag som tog tydliga steg framåt, som stod emot tuffa internationella situationer och som visade att svensk ungdomsbordtennis har förmågan att konkurrera på hög europeisk nivå.

Rapporterna visar samtidigt att resultaten inte har kommit av en slump. Förberedelserna har varit genomtänkta och i flera kategorier individuellt anpassade efter spelarnas behov. Vi har sett olika vägar till prestation – från individuella upplägg och internationella tävlingar till gemensamma läger med fokus på lagbygge, trygghet, självförtroende och förberedelse. Det är en viktig lärdom för vårt fortsatta arbete: det finns inte en enda modell som passar alla spelare eller kategorier, men det måste finnas en tydlig tanke bakom varje aktivitet och varje period i förberedelsen.

Samtidigt är det tydligt vilka områden vi behöver fortsätta att utveckla. Flera av rapporterna återkommer till förmågan att hantera förändringar i matchbilden, lösa nya taktiska problem, prestera under press och behålla kvalitet när matchen inte utvecklas som man önskar. Vi behöver också fortsätta att utveckla spelarnas förmåga att använda hela sin verktygslåda och hitta flera vägar till sina styrkor. Det handlar inte om att göra alla spelare lika, utan om att

göra varje spelare mer flexibel, mer medveten och bättre rustad att lösa de situationer som uppstår på den internationella arenan.

Mästerskapet har också gett oss viktiga lärdomar som ledargrupp. Vi behöver fortsätta utveckla hur vi arbetar tillsammans före och under mästerskap, hur vi hanterar motgångar och hur vi skapar rätt miljö när pressen ökar. Ett ungdomsmästerskap är inte bara en tävling där vi ska få fram resultat. Det är också en del av utbildningen av framtidens elitidrottare.

Därför måste vi våga ställa höga krav samtidigt som vi skapar miljöer där spelarna får lära sig att ta ansvar, göra misstag, lösa problem och växa genom erfarenheterna.

Det vi tar med oss från Gondomar är därför både resultat och riktning. Vi ska glädjas åt medaljerna, prestationerna och alla de individuella framsteg som gjordes. Men vi ska också använda mästerskapet för att bli bättre. Vårt arbete framåt handlar om att skapa ännu bättre förutsättningar för spelarna, utveckla kvaliteten i våra landslagsaktiviteter och fortsätta bygga en stark kultur kring svensk ungdomsbordtennis – en kultur där hårt arbete, ansvar, professionalism, mod och viljan att lära sig är lika viktiga som själva resultatet.

Gondomar avslutar ett mästerskap, men det är samtidigt början på nästa steg. De erfarenheter som spelare och ledare tar med sig härifrån ska omsättas i vardagen hemma i klubbarna, på våra landslagsaktiviteter och i den fortsatta utvecklingen av svensk bordtennis. Det är där det långsiktiga arbetet sker – och det är genom det arbetet vi skapar förutsättningar för att våra ungdomar inte bara ska nå framgång idag, utan också kunna ta nästa steg i sina karriärer.