



INFORMATION- OCH VÄGLEDNING INFÖR ANMÄLNING

DEN 2025-11-18

AV LAG till S:t Eriks-Cupen 2026. Spel-form 9 mot 9 L, S (13-14år)

Information

Från och med 1 januari 2019 ska alla distrikts- och föreningsarrangerade tävlingar och matcher använda de nationella spelformerna för barn- och ungdomsfotboll. Syftet är att få fler att spela längre.

Det kan ibland vara en utmaning att tillämpa föreningens riktlinjer kring den nya spelformen (9 mot 9) och barnrättsperspektivet inom idrotten, där inkludering och delaktighet står i centrum. Denna vägledning syftar till att tydliggöra bakgrunden och bidra till ökad förståelse kring anmälningsprocessen, så att alla inblandade känner sig trygga och delaktiga.

Målsättningen med spelformen 9 mot 9 är att spelarna ska ha roligt och samtidigt lära sig så mycket som möjligt. Alla spelare ska ges förutsättningar för att utvecklas och delta efter sina förutsättningar.

Många spelare kommer i puberteten vilket gör att de växer snabbt. Detta kan innebära en tillfällig tillbakagång i koordination och bollbehandling men även leda till att spelarna får stora fysiska fördelar genom ökad styrka och snabbhet.

Tretton- och fjortonårsåldern är även en ålder då det är vanligt att spelarna vill bli mer självständiga. Stor individuell hänsyn bör tas när det gäller till exempel antal träningar per vecka eftersom de individuella skillnaderna blir allt större när de gäller motiv, ambition och förutsättningar för att spela fotboll.

Matcher spelas ofta som seriespel med en match i veckan. Matcher spelas i tre perioder för att ge tränaren ytterligare ett tillfälle att prata med spelarna om spelet. De tre perioderna kan även göra det möjligt att göra byten i paus och låta alla spela minst två av de tre perioderna.

Det är viktigt att tränaren känner till individuella spelares totala belastning. Det rekommenderas att ingen spelare bör delta i mer än 1,5 match per vecka i snitt under säsongen. Att spela för många matcher kan leda till överbelastningsskador, minskad långsiktig motivation och mindre tid för både allsidig och specifik träning.

Sträva efter att anmäla lag att ni kan ha cirka 13 spelare per lag utan att spelare behöver spela dubbelt för ofta. Tänk på att det oftast är minst en spelare borta i varje match på grund av sjukdom, skada eller aktiviteter. Det är viktigt att alla spelare får vara aktiva och spela mycket under matcherna.

Hållbart Ledar-och tränarskap

Viktigt är också att lagets organisation för genomförande av matcher är utifrån "Hållbart Ledar-och tränarskap". Det vill säga att föräldrar är behjälpliga att ta en roll i laget för att avlasta huvudansvariga tränare under säsong för hållbart ledarskap samt att ledare själva inte tar på sig för mycket ansvar som, mera matcher, cuper o.s.v.

Vägledning inför anmälan

Liten 9 mot 9-fotboll – F/P 13 år (spelare födda år 2013) I 13 års åldern spelas liten 9 mot 9-fotboll. *Alla förslag och exempel nedan bygger på att truppen är relativt lika som året innan. Tänk på att alla lag och trupper utvecklas med åren.*

Serier och antal matcher

Alla lag i serien möter varandra en eller två gånger. Resultat redovisas och tabell sammanställs och visas på hemsidan. För alla nivåer: Ingen upp och nedflyttning praktiseras, det är fri anmälan till nästkommande säsong oavsett hur man placerar sig i tabellen.

INFORMATION- OCH VÄGLEDNING INFÖR ANMÄLNING

Nivåer i dessa åldrar 13 år beror: Antal lag som anmäler sig. Skillnaden mellan det mest utvecklade laget och de minst utvecklade lagen är stor. Lagens ambitionsnivå drivs på olika sätt och ju längre tid dessa faktorer får verka, desto större skillnad.

Observera att nivåerna inte ska användas som anledning till att selektera verksamheten inom en Förening och träningsgrupp.

Vägledning till vilken Division man bör välja.

Vilka kriterier gäller i Div.1 seedade serien? (Lagen som inte blir valda till den seedade serien får givetvis spela i div. 1, de lagen delar vi in geografiskt som vanligt.)

- I grund och botten är det skicklighet som gäller. De lag vi tror ligger längst fram i utvecklingen kommer vi att välja.
- Trupper förändras mellan åren. Resultat från tidigare år är en indikator, men inget facit.
- Vi ser också att det behöver finnas en trupp, inte bara nio spelare. Laget ska kunna prestera på en riktigt hög nivå även om 2–3 spelare missar en match eller delar av säsongen.
- Truppen ska bestå av spelare i rätt ålder. Samma åldersregel gäller i den seedade serien som vid övriga serier i S:t Eriks-Cupen, dvs att man får ta med någon överårig. Men laget ska inte vara beroende av överåriga för att bli en bra trupp.

Div. 1 – 5% av lagen

- En nivå för väldigt få lag.
- Laget har vunnit mer än 70% av matcherna i Extra Svår-nivån under 12-års året.
- Laget tillhör topp-12 i hela distriktet.
- Troligen tränar laget minst 3 ggr i veckan.

Div. 2 – 15%

- Laget har vunnit mellan 0–70% av matcherna i Extra Svår-nivån under 12-års året.
- Laget har vunnit 25% eller mer av matcherna i Svår-nivån under 12-års året.
- Laget har vunnit mer än 75% av matcherna i Medel-nivån under 12-års året
- Troligen tränar laget 2–4 ggr i veckan.

Div. 3 – 50% av lagen

- Laget har vunnit mellan 25–75% av matcherna i Medel-nivån under 12-års året.
- Laget har vunnit mer än 60% av matcherna i Lätt-nivån under 12-års året.
- Laget har vunnit färre än 25% av matcherna i Svår-nivån under 12-års året.
- Troligen tränar laget 1–3 ggr i veckan.

Div. 4 – 20% av lagen

- Laget har förlorat mer än 75% av matcherna i Medel-nivån under 12-års året.
- Laget har spelat i Lätt-nivån under 12-års året och spelat merparten jämna matcher.
- Laget har vunnit mer än 75% av matcherna i Extra Lätt-nivån under 12-års året.
- Troligen tränar laget 1–3 ggr i veckan.

Div. 5 – 10% av lagen

- Laget har förlorat mer än 75% av matcherna under 12-års året i Lätt-nivån.
- Laget har spelat i Extra lätt-nivån i under 12-års året och spelat merparten jämna matcher.
- Troligen tränar laget 1–2 ggr i veckan.

INFORMATION-OCH VÄGLEDNING INFÖR ANMÄLNING

ANMÄLAN S:t ERIKS-CUPEN 2026

Antal spelare per lag.

Utdragna lag är vanligt och ett stort problem i S:t Eriks-Cupen.

Ta höjd för att spelare kan sluta under året.

Tänk på att alla spelare inte kan eller vill spela match varje helg.

Det är vanligare att spelare som deltar behöver stå över vissa helger. I de lägena kan man behöva fylla på med spelare vilket kan leda till att lagets slagstyrka förändras. Ta med det i beräkningen när ni väljer nivå.

Till varje match rekommenderar vi 12–13 spelare.

Deltagande lags spelarförteckning måste bestå av minst 50 procent spelare från rätt årskull.

Nedan ser ni StFF:s förslag på antal lag, men det beror självklart på hur hög eller låg, närvarande truppens spelare är vid träning och match.

Förslag på antal lag:

- 13–20 spelare = 1 lag
- 21–29 spelare = 2 lag
- 30 spelare eller fler = 3 lag eller fler.

Anmäl inte fler lag än att ni klarar av att spela alla lag samtidigt.

Vid planering av Laganmälan för 9 mot 9: samt val av antal lag och division är det viktigt att ta hänsyn till några centrala aspekter.

Tänka på följande inför anmälan:

- Att det är ett mer flexibelt sätt att erbjuda spelare fotbollsmatcher, då laget anmäler passande division och antal matcher för laget efter antal spelare och deras nivå. Spelarens nivå går i 1: a hand.
- Hela laget ska motsvara den nivå ni väljer, inte enstaka spelare.
- Respektera nivån. Är man osäker prova färre matcher eller lägre division.
- Välj matcher ni behöver, inte bara för att ni kan.
- Vid val av Div.1–5 för mer än 1st lag. Välj närliggande nivå, # Div.2-#Div.3. Hoppa inte över en Div. Ex. #Fel: Div.2-Div.4.
- Är det för få spelare eller ledare i truppen för 2st Divisioner så väljer man 1st passande Division efter truppens status eller ledare antal.
- Laget önskar själva sina matcher utifrån StFF och föreningens rekommendation och division efter sina egna förutsättningar och nivå på spelare samt antal. Föreningen beslutar anmälan tillsammans med laget.
- En matchcoach är en förälder som hjälper till under matcher, främst för att stötta huvudtränaren vid tillfällen då flera matcher spelas under samma helg, vilket kan uppstå om laget har anmält sig till två olika divisioner eller match där huvudtränare har förhinder.

Föreningen tar hänsyn till följande:

- Antal: Tränare+ Match Coacher.
- Maxantal matcher per lag/ träningsgrupp.
- Statistik och närvaro registrering i Sportadmin.
- Lagets faktiska Närvaro (%) period 12/8–31/10 och 12/8–22/12.
- Utifrån lagets faktiska (%) närvaro (ex. 11st av 19 st)



INFORMATION-OCH VÄGLEDNING INFÖR ANMÄLNING

Egna val/ önskemål som ska göras på "Anmälnings formulär inför S:t Eriks Cupen 9 mot 9" är:

- **#Lag Namn:**
- **# Division:** Enligt StFF Rekommendation och föreningens riktlinjer-Policy.
- **# Ansvarig Ledare Anmäla: Namn.**
- **# STFF Lag 1,** Kontaktperson-Fogis: Namn. _____
Trupp/ Spelare: ex. Namn #1 - #10
- **#STFF Lag 2,** Kontaktperson-Fogis: Namn. _____
- **# Trupp/ Spelare: ex. Namn #1 - #11**

OBS! Laganmälan med 2 st lag (tex Div.2, Div.3) vid dubbla matcher ska flera ledare samarbeta för genomförandet av match. tex. med Matchcoach Förslagsvis två hjälpföräldrar.

Anmälan sker på separat blankett märkt "Anmälnings formulär inför S:t Eriks Cupen 2026"
Föreningen tillhanda senast den 15 dec 2025.

Vid frågor gällande "Anmälan" kontakta Micke Johansson via e-post mikael.johansson@satrask.se eller i ledare chatten