



## INLEDNING

Vattenpolo är världens roligaste idrott! Det är en utmanande idrott som kräver att utövaren är uthållig, stark, smidig, har god bollkänsla och god speluppfattning. Vattenpolo kan närmast förklaras som handboll i vatten, med närkamper som i rugby och med en taktik som liknar basketens. Vattenpolo var den första olympiska lagsporten och spelades redan vid de olympiska spelen i Paris år 1900.

Boken *Teknik för unga vattenpolospelare* vänder sig till alla som vill lära sig grunderna i vattenpolo. Den är tänkt som en handbok där den intresserade kan slå upp relevanta teknikavsnitt men kan även med fördel läsas från pärm till pärm. Boken används som kurslitteratur vid utbildning av barn- och ungdomstränare och innehåller teknikbeskrivningar och tips, avsedda att användas av tränarna.

Förhoppningen är att boken ska höja kunskapsnivån hos barn- och ungdomstränare i Sverige och fungera som ett stöd i deras arbete att utveckla föreningens spelare. Spelare som i sin tur, tack vare vattenpolon, kommer att få uppleva spänning, gemenskap och glädje.

