

Elpriser – helt enkelt

Taler du el'sk

I tvivl om de mange nye tekniske udtryk, når du ser på din elpris? Her finder du forklaringen på de vigtigste af de udtryk, du jævnligt møder.

Lad os være ærlige. En god elaftale handler i bund og grund om pris. Og vælger du forkert, kan det blive dyrere end nødvendigt. I dag fylder elpriserne langt mere på bundlinjen end for bare få år siden.

Krige og uroligheder har været med til at skabe store udsving på energimarkederne, og

usikkerheden sendte elpriserne markant op. Det har gjort det sværere for mange virksomheder at bevare overblikket.

Samtidig er flere sol- og vindparker kommet til, og omstillingen har skabt nye valgmuligheder, når virksomheder skal vælge elaftale.

Lad os starte med, hvordan din elpris bliver sammensat og hvor du kan forstå elmarkedet – helt enkelt.



Johannes Dung Viet Nguyen

Markeds Analytiker i OK

Johannes har mange års erfaring med handel i naturgas- og elmarkedet og bidrager med indsigt i, hvordan du håndterer markedets risici og forstår energimarkederne.



Nye begreber i elmarkedet

Den grønne omstilling har medført mere sol- og vindproduktion i Danmark, hvilket i perioder har resulteret i meget lave – eller ligefrem negative spotpriser. Det betyder, at der er kommet nogle begreber i elmarkedet, som forklarer prisudviklingen på en given dag.

I dette white paper vil vi fokusere på nogle af de nye begreber, som efterhånden er ved at blive en del af hverdagen for elmarkedet.

Hvad består kWh-prisen af?

Prisen for en kWh består af dit elforbrug, distribution, afgifter og moms. Det er kun selve strømprisen på dit elforbrug, som du kan påvirke – den afhænger nemlig af udbud og efterspørgsel.

Lad os starte med, hvordan din elpris bliver sammensat, og hvordan vejrændringer har indflydelse på elmarkedet – helt enkelt.

Duck curve

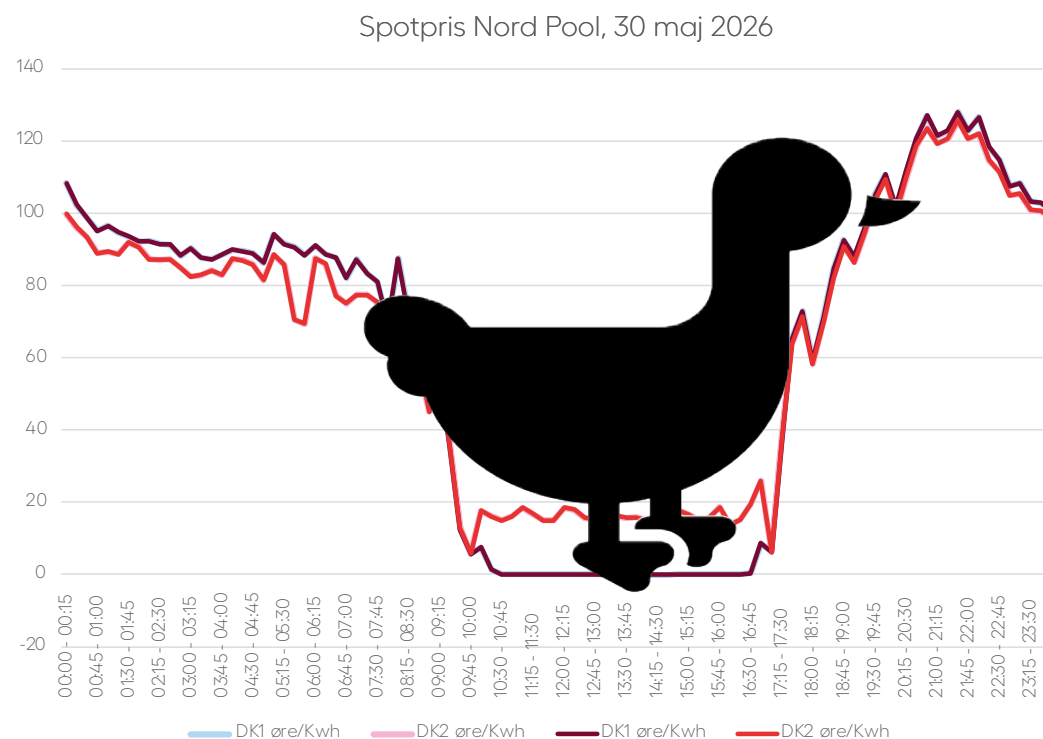
Duck curve er et begreb, der viser prisudviklingen for et bestemt døgn, hvor elproduktionen først og fremmest kommer fra vedvarende energi som f.eks. sol og vind.

I de tidlige timer af døgnet (fra kl. 00:00 til 07:00) ser vi stabile priser, hvorefter prisen falder markant fra formiddagen til sidst på eftermiddag.

Prisen kan være negativ, og det betyder, at produktion overstiger forbruget, så din virksomhed i princippet bliver betalt for at bruge strøm - set ud fra den rene elpris der offentliggøres på elbørsen.

Når vi ser en **duck curve**, ser vi så, at prisen stiger fra sidst på eftermiddagen til midnat. Prisstigningen skyldes en mindre elproduktion sammen med det øgede forbrug.

Den kurve, prisudviklingen skaber, kaldes for en **duck curve**, fordi prisgrafen danner silhuetten af en and.



Graf: Kilde Nord Pool, Spotpris for 30. maj 2026 for DK1 og DK2

Dunkelflaute

Begrebet **dunkelflaute** er tysk og betyder direkte oversat: mørke og vindstille. Kurven ser vi typisk fra kl. 17-21 i det sene efterår eller om vinteren, hvor vi ser ekstremt høje priser.

Forbruget i det tidsrum er typisk højt der, mens elproduktionen fra vedvarende energikilder som sol og vind er minimalt – fordi det typisk er meget overskyet.

Det overskyede vejr betyder, at der er mindre sol, samtidig med at der er typisk meget lidt vind.

I **dunkelflaute**-perioder vil de dyre fossile energikilder som naturgas presse elprisen opad.



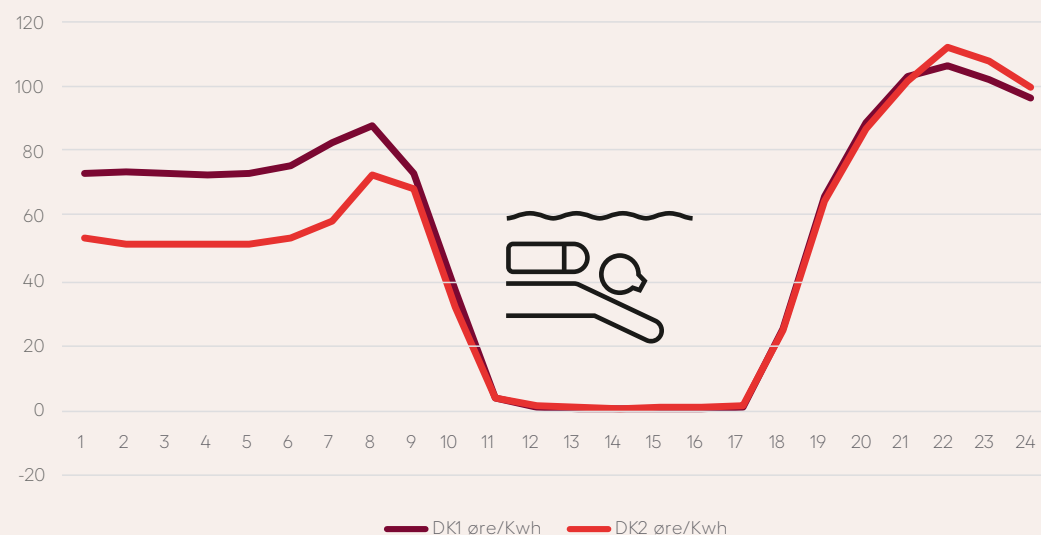
Snorkeling hours

Snorkeling hours er et relativt nyt begreb i elmarkedet og beskriver en situation, hvor elprisen bevæger sig omkring 0,00 øre/kWh.

Når spotprisen nærmer sig 0,00 øre/kWh, kommer elproduktionen fra vedvarende energi, som kan dække forbruget over hele døgnet.

Elprisen rammer 0,00 øre/kWh, fordi sol- eller vindenergi er 'gratis' og ikke kan købes – modsat f.eks. naturgas og kul. Samtidig kan '**snorkeling hours**' være udtryk for øget fleksibilitet på efterspørgsel f.eks. øget forbrug, som gør at prisen ikke går under 0,00 øre/kWh.

Spotpris 27. maj 2026



Time	12	13	14	15	16	17
Pris DK1 øre/kWh	-0,2	-0,753	-1,033	-0,81	-0,824	-0,254
Pris DK2 øre/kWh	-0,123	-0,492	-0,76	-0,596	-0,594	-0,054

Graf: Kilde Nord Pool, Spotpris 27. maj 2026

Hitze flaute

Hitze flaute er tysk og betyder varme og vindstille. Fænomenet ser vi oftest om sommeren, når vejret er varmt og vindstille.

Det varme og vindstille vejr medfører, at produktionen af solenergi er ekstra stor, og det giver lavere elpriser – særligt i dagtimerne.

Ved **hitze flaute** vil elprisen så stige igen, ofte markant, fordi solproduktionen begynder at falde, mens elforbruget fortsat er stort til madlavning, kølingsanlæg og så videre.

Den efterspørgsel på energi, når det bliver mørkt, skal så dækkes af dyre fossilbrændsler – og det giver højere elpriser.



Graf: Kilde Nord Pool, spotpris 1 juli 2025

Et OK råd

Både duck curve, dunkelflaute, snorkeling hours og hitze flaute viser, hvordan spotpriserne kan svinge mellem ekstremt høj og ekstremt lav. Faktisk så lav, at prisen kan være negativ, og det betyder, at produktionen overstiger forbruget, så du som virksomhed bliver betalt for at bruge strøm.

Hvis du lægger mærke til, hvordan spotprisen udvikler sig og sammenholder det med, hvordan dit elforbrug fordeler sig – så får du et præj om, du har den rigtige elaftale. Hvad du skal vælge, afhænger af flere ting, som du kan se. Og er du i tvivl om noget som helst, kan vi hjælpe dig med at finde den rigtige løsning for dig og din bundlinje.

Udnyt udsvingene eller få ro på

Helt overordnet set er der to elaftaler at vælge imellem på elmarkedet – og forskellen er, om du vil have en variabel pris eller en fastpris.

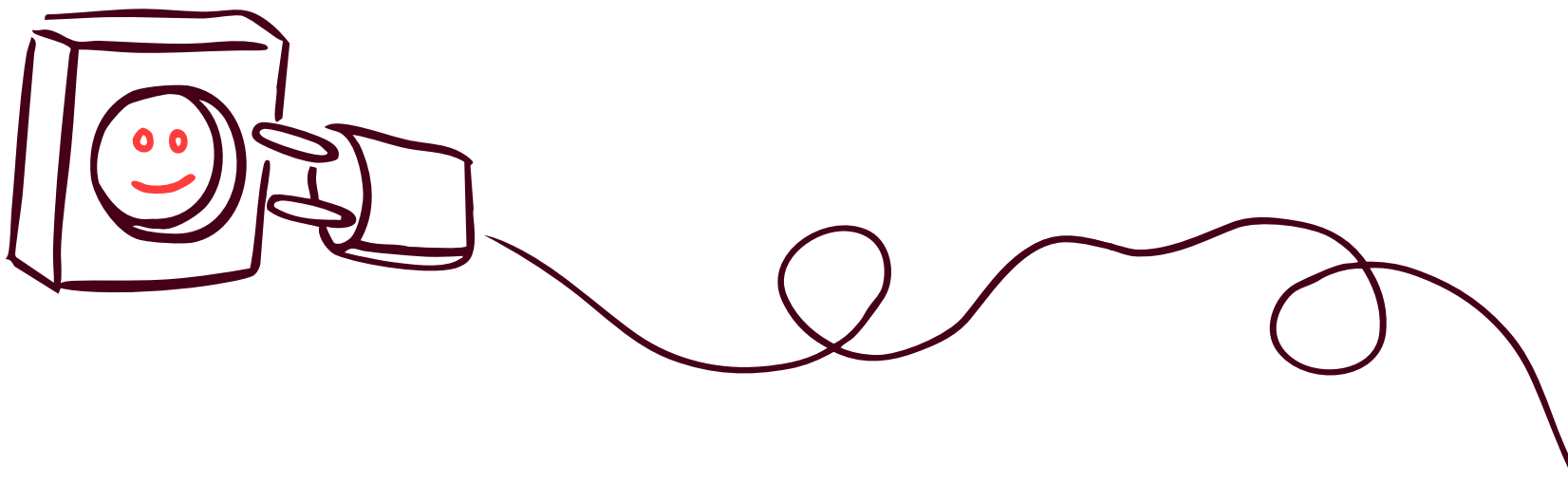
Hvad du skal vælge, afhænger af, om du vil udnytte prisdyk i markedet eller have ro på budgettet.

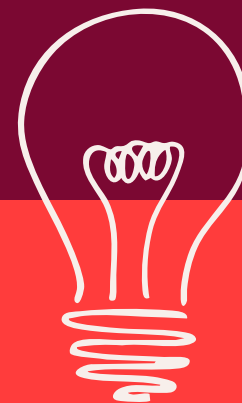
Flexpris

- Få en fleksibel elaftale
- Udnyt prisdyk i markedet
- Mere afhængighed af vejr og markedssvingninger

Fastpris

- Få en fast kendt pris
- Forudsigelige omkostninger
- Mindre afhængighed af vejr og markedssvingninger

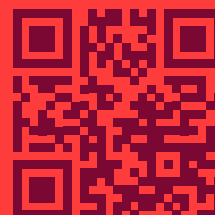




Bliv klogere på elaftaler

Vil du vide mere om elaftaler?

Så har vi lavet en white paper, der hedder 'Har du valgt rigtigt'. **Den kan du downloade her.** ok.dk/vaelgrigtigt



Eller scan
QR-koden: