

Stockholm Friidrott
Genomförandeplan
2020/21

08fri.



Innehållsförteckning

Ledare	3
Vallentuna Friidrottsklubb – en förening på frammarsch	4
Jättelyft för Oskar Edlund på 400 m häck	7
Nya banor på gång i Sätrahall	9
Parasport på väg in i föreningsfriidrotten	10
Genomförandeplan 2020/21	11

Redaktion

Lena Björk och Jonas Hedman

Layout

Jonas Hedman

Foto

Deca Text&Bild med flera.

08fri./Stockholms Friidrottsförbund

Björksätravägen 2

127 37 Skärholmen

08-615 68 30

info@08fri.se

www.08fri.se

org.nr. 802004-5673

Årets ungdomspristagare 2020 Bästa 08-prestationer i 17-årsklasserna

Katharina Gråman,
Tyresö FK



Juryns motivering

Katharina tog åtta USM-guld i F17 – fem ute och tre inne. Utomhustitlarna kom på 100 m, 200 m, 100 m häck, längd och tresteg där hon under året förbättrade sig till 11.88, 24.61, 13.61, 6.01 resp 12.33/12.44i. Dessutom 13.73 på 100 m häck på seniorhäckarna på SM där hon slutade femma.

Markus Moberg,
Hammarby IF



Juryns motivering

Markus vann USM-guld på tre distanser i P17 – 400 m, 110 m häck och 300 m häck – och toppar också Sverige-statistiken i de grenarna med 48.39, 13.84 respektive 37.00. I sistnämnda gren är han tre sekunder före tvåan. 300 m häck-tiden gör honom till Sveriges tredje snabbaste 17-åring genom tiderna i Sverige.

08fri.s jury

Helene Bourdin (ordf), Jan Ahlström och Michael Pettersson.

Omslaget: Markus Moberg, Hammarby IF

Bakpärmen: Katharina Gråman, Tyresö FK

Foto: Deca Text&Bild

Ordföranden har ordet

Pandemi, kreativitet och samverkan

Förra verksamhetsåret blev – för friidrotten, precis som för många andra idrotter och samhället i stort – ett år där coronapandemins intåg drastiskt påverkade verksamheten. I syfte att minska smittspridningen införde bland annat Folkhälsomyndigheten, Riksidrottsförbundet och Svenska Friidrottsförbundet restriktioner, riktlinjer och rekommendationer. Mycket energi gick åt till att sätta sig in i dessa för att kunna göra nödvändiga anpassningar i verksamheten. Detta har i många fall också påverkat de ekonomiska förutsättningarna.

Mitt i alla utmaningar var det dock glädjande att uppleva det stora engagemanget och ansvarstagandet inom friidrotten i distriktet samt att följa hur kreativiteten fick nya tävlings- och mötesformer att växa fram.

När vi nu går in i ett nytt verksamhetsår står vi kvar mitt i pandemin som troligen kommer att hålla på ett tag till. Fortfarande råder stor osäkerhet om framtiden. Vi vet från enkätundersökningar genomförda av Svenska Friidrottsförbundet och RF-SISU Stockholm att många föreningar oroar sig över sin ekonomi. Samma oro finns för distriktsförbundets ekonomi. Det blir viktigt för både föreningar och distrikt att noggrant följa upp och kontrollera ekonomin samt hålla koll på och utnyttja de möjligheter till stöd som ges.

Avseende verksamheten har vi från distriktets sida tagit vara på erfarenheterna från förra året och de önskemål som har kommit fram. Digitala ordförandeträffar där föreningar och distrikt kan informera, ta stöd av och dela idéer med varandra finns med i genomförandeplanen.

Många har frågat när utbildningarna kommer igång igen och för vissa utbildningar har vi fått hjälp av Svenska Friidrottsförbundet att ta fram digitala koncept. I flera sammanhang har det uttryckts en önskan om ökad samverkan. För att möta det behovet finns i genomförandeplanen ett förslag om bildande av tre kommittéer inom utbildning, ungdom och junior samt tävling och arrangemang. Det är en spännande utveckling. Det är både bra och viktigt att många engagerar sig så vi i distriktet kan dra nytta av all kunskap som finns.

Under året kommer förberedelser att påbörjas för ett samgående med Gotland i enlighet med den organisationsplan som togs på Svenska Friidrottsförbundets senaste årsmöte. Vidare är anläggningar en angelägen och prioriterad fråga. I början på det nya året planeras för utskick av en enkät för att ta reda på var distriktets föreningar bedriver sin verksamhet samt hur det fungerar och vad som kan förbättras. Svaren ska sedan bearbetas och fungera som underlag i påverkansarbetet.

Jag vill önska er alla ett stort varmt lycka till under det nya verksamhetsåret.

Marianne Mæhle Schmidt
Ordförande
Stockholms Friidrottsförbund, 08fri.





Foto: Vallentuna FK

Vallentuna Friidrottsklubb – en förening på frammarsch

Vallentuna FK har 160 barn och ungdomar i träning och har de senaste åren fått fram en senior-SM-medaljör och två USM-vinnare. Mottot är att VFK ska vara den trevligaste och schysstaste föreningen och det har resulterat i en härlig sammanhållning.

Moa Granats SM-silver på 400 m häck 2019 och 2020 tillhör Vallentunas största framgångar på senare år men föreningen som bildades 1973 och är belägen tre mil norr om Stockholm är mycket mer än så. På papperet är det en förortsklubb men i praktiken mer en landsortsförening där nästan all träning sker på hemmaplan.

– Vi har 160 barn, ungdomar och några juniorer och seniorer i träning fördelade på fem grupper plus en långlöpargrupp där åldersspannet är 22-75 år, säger ordföranden Kari Elfvengrén.

Utomhus sker den mesta träningen på Vallentuna IP och elljusspåret. På vintern håller de till i Loviselundsskolans gymnastiksal och Hagaskolans idrottshall där det går att få ihop 40 meter löpning rakt fram.

Blöt handduk för att få fäste

– Sprint på parkettgolvet sker barfota och då används en fuktig handduk. Den trampar man på före start och får på så sätt bättre fäste. Slaggträning inomhus genomförs genom att lägga bollar i plastkassar.

Kari Elfvengrén är född och uppväxt utanför Tungelsta söder om Stockholm och hette Mäenpää när han tävlade i ungdoms- och junioråren på 1970- och 80-talet.

– Då var det främst längdskidor och orientering men jag gillade även löpning och har ett USM-silver i ter-

räng från 1979 då jag tävlade för Österhaninge IF, säger Kari. Han bytte sedan till IF Linden och vann för dem Lidingöloppets juniorklass 1983 och noterade 30:29.54 på 10 000 m (1984) och 9:14.99 på 3000 m hinder (1983) innan skador satte stopp.

2010 träffade han sin nuvarande fru Emma och flyttade från Nacka till Vallentuna och det var genom hennes dotter Vendela han kom med i Vallentuna FK.

– Jag var flaggfunktionär på Runrundan 2017 och hade lite förbättringsförslag på arrangemanget. Steget därifrån till att bli tillfrågad att bli ordförande var väldigt kort, säger Kari och skrattar.

– Som ordförande lägger jag mesta tiden på administration, struktur och planering tillsammans med vice ordföranden Heike Tollefors. Jag lyfter gärna fram styrelsen som fungerar väldigt bra. Vi kommer på en idé, bollar den via bland annat mejl och kommer ofta fram till något bra.

– På tränarsidan har vi framför allt Helena Helligren, som är huvudtränare, och Per Tollefors som varit med sedan föreningen bildades. Men också flera andra.

Sveriges 47:e bästa SM-klubb

2018 hade Vallentuna FK ingen bland de sex främsta på någon SM-tävling för ungdomar, juniorer eller seniorer, 2019 tog de 14 poäng och i år var de 47:e bästa klubb av 151 i SM-pokalen-listan. Med framgångarna växer verksamheten och de kan inte riktigt ta in alla.

– Så sent som i augusti hade vi 40 barn i kö men i november hade den minskat till 20. Vi jobbar hårt på föräldragrupper vilket i praktiken innebär att de får ställa upp om barnen ska kunna vara med.

Vallentunas segrande F15-lag i Turebergs-stafetten 2019. Fr v tränaren Per Tollefors, Lizette Carlsson, Moa Granat, Elina Hellgren, Tilde Josefsson, Isabella Brink och närmast tränare Helena Hellgren.

VFK har mycket barnverksamhet – närmare hundra aktiva är tio år och yngre – vilket kräver ledare.

– Kvaliteten på verksamheten är viktig så vi har 3–5 ledare per grupp vilket innebär 7–8 barn per ledare. För nya ledare har vi introduktionsprogram och därutöver regelbundna tränarmöten. Våra bästa ungdomsaktiva är vid behov med och instruerar på träningar och bland dem finns Moa Granat, Elina Hellgren och Lizette Carlsson som alla är födda 2004.

Nyårsloppet genomfördes för 38:e gången

Åren 1981–2017 arrangerades motionsloppet Runrundan som lades ner 2018 på grund av för få anmälda. 2019 genomfördes terräng-KM, två släggävlingar, arena-KM, Vallentunakvällen 1 och 2 och de två årliga arrangemang- en Arenamilen och Nyårsloppet.

– Arenamilen genomförde vi i maj för nionde året i rad och på nyårstafton 2019 Nyårsloppet för 38:e året i följd. Dit var 485 löpare anmälda varav 450 fullföljde. Men på grund av Corona-pandemin så blir det inget lopp i år.

– Alla i föreningen ställer upp helt ideellt och verksamheten finansieras uteslutande av medlems- och träningsavgifter samt kommunala och statliga aktivitetsbidrag. Det gör att vi i princip inte påverkats negativt av Corona-pandemin, snarare tvärtom eftersom vi har tio procent fler aktiva i år jämfört med 2019 och få äldre har slutat.

– Ungdomarna säger att det knappt finns något att göra ▶



Moa Granat tog SM-silver på 400 m häck både 2019 och 2020 och har även en rad USM-segrar. Foto: Deca Text&Bild

VFK:s träningsgrupper	
Ålder	Antal
7–8 år.....	37
9 år.....	28
10 år.....	28
11–14 år.....	25
15 år-senior.....	28
Långlöpargrupp.....	16
S:a	162

Antal tävlande 2020: 48 st (22+26)
www.vallentunafriidrott.se



Klart för start i en av försommarens fyra tävlingar i Veckans grenar på Vallentuna IP.

och då kommer de till träningen istället. Men vi är nog med avstånds- och hygienregler.

Uttrycket ”vill man så går det” går som en röd tråd genom VFK:s verksamhet och här är ett exempel på det. Det finns några släggkastare i föreningen och när Kari var ny så frågade han varför de tävlade så sällan. ”Det finns ju så få tävlingar” fick han till svar.

– Jag visste ingenting om slägga men tänkte att det finns det väl andra som gör. Så jag ordnade en tävling – Vallentuna Hammer Challenge – som vi kör 1–2 gånger om året. Det kommer några utifrån så det blir 10–15 kastare och i anmälningsavgiften ingår korb och läsk.

Åtta USM-medaljer och två i u-landslaget

2020 arrangerade Vallentuna FK fyra tävlingar inom ramen för Veckans grenar i maj-juni, en släggtävling, Vallentunakvällen 1 och 2 samt en Castorama-tävling. Och ett hinderlopp.

– Elina Hellgren vann USM för 15-åringar på 1500 m hinder 2019 och ville kvala in till Landslagsutmaningen i Söderhamn i mitten på augusti. Då ordnade vi ett lopp och med draghjälp av häcklöparen Moa Granat lyckades hon göra 5:08 och kvalade in.

I Söderhamn slutade Elina fyra i debuten på 2000 m hinder på 7:28.16 medan 16-åriga Moa Granat vann 400 m häck på 57.88 mot upp till sex år äldre motståndare. Elina försvarade sedan sitt USM-guld på 1500 m hinder och Moa sitt på 300 m häck och långsprint och vann dessutom 100 m häck.

Vid sidan av Elina och Moa nådde även Lizette Carlsson (F16-5:a 300 m häck) och Fabian Lidbaum (P15-6:a 1500 m hinder) topp-6-placeringar på USM. Lägg till det USM15-guld på 3x800 m 2019 och USM17-brons 2020.

Alla tre tjejerna är födda 2004 och deras totalt elva topp-6-placeringar varav åtta medaljer gjorde Vallentuna till årets bästa USM-klubb i F16.

50 VFK:are såg Mondo i VM-finalen

På frågan om ett kul friidrottsminne nämner Kari ett restaurangbesök i Vallentuna centrum hösten 2019.

– Det var i samband med VM i Doha när Mondo Duplantis hoppade VM-final i stav. Vi bokade bord på restaurang Stars and Stripes och blev till slut 50 medlemmar som åt och såg när Mondo så när vann VM-guldet.

– Jag tänker ibland tillbaka på när jag var aktiv i ungdomsåren i Österhaninge IF – då var det många som ställde upp för mig. Jag vill ge tillbaka och värna om det ideella ledarskapet. Det är många ideella krafter i vår förening och det är kul att bidra till något som hjälper andra.

Jonas Hedman

Elina Hellgren har vunnit USM-guld på 1500 m hinder de två senaste åren och debuterade i augusti i landslagslimnet. På Landslagsutmaningen i Söderhamn slutade hon fyra på 2000 m hinder i konkurrens med upp till sex år äldre motståndare.



Några av Vallentunas framgångsrika ungdomar är fr v Lizette Carlsson, Moa Granat, Elina Hellgren och Fabian Lidbaum som alla var bland de sex främsta på USM 2020. Foto: Vallentuna FK

” Jag vill ge tillbaka och värna om det ideella ledarskapet. Det är många som lägger ner mycket tid och det är kul att bidra till något som hjälper andra.

*Kari Elfvengrén
Ordförande Vallentuna FK*





Oskar Edlund vann SM-guld på 400 m häck i Uppsala på 50.15 efter en härlig fight med Örgrytes Carl Bengtström. Det innebar också att det svenska juniorrekordet bytte ägare. Foto: Deca Text&Bild

Jättelyft för Oskar Edlund – svenskt juniorrekord på 400 m häck

Täbys Oskar Edlund, 17, fick till en riktig fullträff på SM i Uppsala i somras då han inte bara tog guld på 400 m häck i SM-debuten utan även satte svenskt juniorrekord med 50.15.

Det blev ett riktigt spännande lopp där Oskar krigade med Örgrytes Carl Bengtström på banan intill hela varvet runt. In på upploppet hade Oskar ett litet övertag och när Örgrytelöparen fick ett felsteg på sista häcken så gled Oskar ifrån och vann med tre tiondelar på 50.15 – personligt rekord med hela 75 hundra delar i hans blott tredje tävling på seniorhäckarna.

– Riktigt kul att vinna! Det var ett nästan perfekt lopp. Fina förhållanden med medvind på bortre långsidan och jag lyckades hålla 13 steg de första fyra häckarna vilket jag inte gjort tidigare, säger Oskar.

– Jag såg Carls skugga på upploppet och den försvann efter sista häcken. Det var ju inte heller någon publik så man hör också flåset om någon är nära. Efter sista häcken kände jag att ”nu tar jag det här”.

Med 50.15 slog han Carls två år gamla svenska juniorrekord med fem hundra delar och är nu elva på den svenska genom-tiderna-listan. Fram till Marko Granats 26 år gamla distriktsrekord fattas bara tre hundra delar.

SM-guldet gjorde att Oskar fick debutera i Finnkampen där han slutade fyra och även ingick det segrande svenska 4x400 m-laget.

Guld i ungdoms-OS

Oskar fick sitt genombrott 2019 då han vann europeiska ungdoms-OS på 400 m häck på de sju centimeter lägre 83.8 cm-häckarna genom att notera 51.41. Det var bara hundra delen från Christer Gullstrands 43 år gamla Sverige-bästa-notering för 17-åringar som dock gjordes på seniorhäckar.

Samma sommar förbättrade Oskar Sven Nylanders P17-bästanoteringen på 300 m häck med en hundra del till 36.94 (91 cm-häckar). Men det är på 400 m häck han trivs bäst. ▶

– Det är stor skillnad på 300 häck och 400 häck. På den kortare distansen är det fullt blås medan det på 400 häck gäller att hålla igen några procent första halvan. Den längre distansen passar mig bäst, bland annat för att jag har ett långt steg.

– Nu handlar det om att bli starkare och uthålligare så att jag orkar hålla 13 steg längre och längre och i framtiden kan göra det hela varvet runt. Det är det världsettan Karsten Warholm lyckats med några gånger.

Peter Lundqvist och Anders Perswallid är tränarna

Oskar bor på Resarö intill Waxholm norr om Stockholm och har tränat friidrott i Täby IS sedan han var åtta år. Men han har också hållit på med en rad andra sporter.

– Det har varit allt från kanot och trampolin till trupp-gymnastik och fotboll, men friidrotten har hela tiden varit nummer ett. Där har längd och häck varit favoritgrenarna, även kort häck, och det var egentligen först 2019 i satsningen mot ungdoms-OS som fokus blev på lång häck.

Oskar ingår i en tiotalet personer stor träningsgrupp i Täby som leds av Peter Lundqvist och Anders Perswallid.

– Peter skriver program och ansvarar för löpträningen och styrkan, han har jag tränat för i fyra år. Anders håller i häckteknikträningen sedan ett år.

Gruppen tränar i stort sett alltid tillsammans vilket innebär 1–3 timmar sex gånger i veckan. På Tibblevallen på sommaren och i Sollentunahallen och på Bosön höst, vinter och vår. Till vardags läser Oskar tredje året på Norra Reals gymnasium där studierna innefattar ekonomi och marknadsföring.

– Som det känns nu så kommer jag att läsa vidare hösten 2021 men om det blir på college i USA eller i Sverige har jag inte bestämt.

– I år var målet att göra låga 50 sekunder, häckintervallerna indikerade att jag borde kunna göra det. Inför nästa säsong är målet att först och främst gå under 50 och lyckas bra på junior-EM i Tallinn i mitten på juli.

Jonas Hedman



Seniorlandslagsdebuten i Finnkampen innehöll inte bara fjärdeplatsen på 400 m häck utan också seger på 4x400 m. Laget fr v Kasper Kadestål, Emil Johansson, Oskar och Nick Ekelund-Arenander. Foto: Deca Text&Bild



På väg mot SM-guldet i Uppsala. Till vänster tvåan Carl Bengtström. Foto: Deca Text&Bild



Oskar tillsammans med några av kompisarna i Täby IS i samband med Skararacet i juni 2019. Fr v Fred Österblom, Ludvig All, Oliver Papinski, Sebastian Isaksson, Oskar och Zion Eriksson. Foto: Karina Eriksson



Foto: Deca Text&Bild

Det har gått 22 år sedan Sättrahall invigdes och till 2021 är anläggningens hittills största upprustning planerad.

Nya banor på gång i Sättrahall

Upprustning av Sättrahall har tillsammans med Stockholms stad planerats sedan mer än ett år och i det ingår helt nya banor. Tidplanen är att arbetet ska starta i april och vara klart i oktober 2021.

Det har gått 22 år sedan Sättrahall invigdes och sedan dess har anläggningen kontinuerligt renoverats och utvecklats i små steg. Den upprustning som nu ska göras är den största hittills i hallen.

– Vi river upp banorna från betongsulan och lägger ett nytt material, Mondo Sportflex, på alla aktivitetsytor inklusive rundbanan och centercourten 60 m-raka. Mondo Sportflex är ett material som är lättare att hålla rent vilket gör att vi bland annat får en bättre miljö i hallen, säger Christer Gidewall som är vaktmästare i Sättrahall.

Nytt underlag på alla aktivitetsytor

I stort sett kommer alla aktivitetsytor att få ny beläggning – allt från joggingbanan runt ovalen till ansatsbanorna för höjd, stav och längd-tresteg. Det gäller även uppvärmningsdelen uppe på ”hyllan”.

För den sluttande banan i foajén som används till bland annat löpskolning är planen att bredda den något och jämna till underlaget ytterligare.

Skyddsbur i kasthörnet

Kastdelen vid borte långsidan innehåller fyra ringar – två vid kul- och viktsektorn, en för diskus mittemot och så en för slägga intill styrketräningshörnet.

– Det är trångt men vi skapar utrymme för att sätta upp ett staket för att höja säkerheten. För att få plats kommer ena kulringen att tas bort och den kvarvarande att flyttas vilket medger 24 meter i viktkastning, säger Christer.

I den intilliggande släggburen kommer det att bli ett extra skyddsnet för att öka säkerheten.



Christer Gidewall.

Upprustning av utomhusarenan på sikt

Även utomhusarenan, som invigdes 2005, kommer att rustas upp men det är inte lika akut och ligger några år framåt i tiden.

– I det ingår även kastplanen där vi i ett första skede ska förbättra kastburen.

Jonas Hedman

Parasport på väg in i föreningsfriidrotten

Från och med 1 januari 2022 blir parafridrott en del av Svensk Friidrott. Det är en del i Parasport Sveriges förändring att integrera respektive idrott i dess specialidrottsförbund. Arbetet har pågått sedan 2018 och i det ingår hjälp och stöd till distrikt och föreningar. Anledningen till omorganisationen är att kompetens kring allt från träning och tävling till föreningsutveckling finns i de olika specialidrottsförbunden.

I begreppet parafridrott inkluderas individer med rörelse-, syn- eller intellektuell funktionsnedsättning som bedriver friidrott som motions-, tränings- eller tävlingsform. När vi pratar om personer med funktionsnedsättningar används ord som rörelsenedsättning, synnedsättning eller intellektuell funktionsnedsättning. Funktionsvariation är ett ord som används i vissa delar av Sverige, men inte inom Parasporten.

Parafridrott bedrivs i 47 föreningar

Svensk Friidrott består av ca 1000 föreningar i 23 distrikt och i 16 av dem bedrivs det parafridrott. Totalt handlar det om 47 föreningar varav fyra finns i Stockholm – Turebergs FK, Norrbacka Handikapp IF, Spårvägens FK och IF Rinkeby Run.

– Norrbacka och Tureberg är de som har störst verksamhet men med olika målgrupper. Tureberg startade sin verksamhet för lite drygt tre år sedan och har idag två grupper med ca 15 aktiva parafridrottare. Förutom de fyra föreningarna i Stockholm har ytterligare ett tiotal anmält intresse att starta verksamhet, säger Daniel Cortobius som är projektledare för inkludering av parafridrott på Svenska Friidrottsförbundet.

– Syftet är att utveckla verksamheten så att fler personer med funktionsnedsättning börjar utöva friidrott som motion, social verksamhet, glädje eller elit.

Sex fokusområden

Avsiktsförklaringen mellan Parasport Sverige och Svensk Friidrott gjordes 2017. 2018-2019 skapades en projektgrupp som jobbar med att identifiera förutsättningarna och 2020-2022 handlar det om att arbeta med de sex fokusområdena. Dessa är landslaget, föreningsutveckling, tränarutbildningar, tävlingsadministration, riksidsrottsgymnasier och Special Olympics.

– Friidrotten är en inkluderande idrott och alla föreningar kan se över hur de tar emot nya medlemmar oavsett om de har funktionsnedsättningar eller inte, säger Daniel.

Som en del i förberedelsearbetet att inkludera parafridrott deltog 08fri.s styrelse och medarbetare den 30 september i en intern utbildning i RF-SISU:s regi.

Jonas Hedman

” Syftet är att utveckla verksamheten så att fler personer med funktionsnedsättning börjar utöva friidrott som motion, social verksamhet, glädje eller elit.

Daniel Cortobius
Svensk Friidrott



Foto: Deca Text&Bild

Kulstötaren Jeffrey Ige är en av Sveriges främsta paralympicsfriidrottare med ett silver från spelen i London 2012 som främsta merit. Hösten 2019 var han sjua i para-VM i Doha. Hans personliga rekord med 7.26 kg-kulan är 15.77 från 2013.

Alla som vill veta mer om parafridrott är välkomna att höra av sig till Daniel Cortobius på Svensk Friidrott: daniel.cortobius@friidrott.se, 070-386 42 54.

08fri.

Stockholms Friidrottsförbund – 08fri. - omfattar de föreningar som är medlemmar i Svenska Friidrottsförbundet och som har sin hemvist inom stockholmsdistriktets geografiska område.

I 08fri.s uppdrag ingår att främja och administrera friidrotten i Stockholmsområdet genom att företräda, organisera, samordna och verka på ett sådant sätt att det står i överensstämmelse med idrottens mål och inriktning (1 Kap i Riksidrottsförbundets stadgar).

Organisation

Styrelse, valberedning och revisorer väljs på 08fri.s årsmöte i december. Anställd personal på kansli och i Sättrahall samt medarbetare på arvodesbasis står till styrelsens förfogande.

Under verksamhetsåret behöver 08fri. arbeta med förberedelser för den nya regionala organisationen, som ska träda i kraft den 1 januari 2022. Stockholm kommer då, i enlighet med beslut på Svenska Friidrottsförbundets årsmöte 4 oktober 2020, tillsammans med Gotland att utgöra en av nio regioner i Svensk Friidrott (att jämföra med dagens 23 distrikt).

Parallellt med detta behöver ett arbete också genomföras för att optimera och utveckla 08fri.s kansliorganisation.

Ekonomi

Verksamhetsårets budget redovisas separat. Ekonomiärenden hanteras av 08fri.s kansli. För att säkerställa 08fri.s verksamhet behöver en långsiktig ekonomisk prognos arbetas fram under året.

Information

Officiell informationskanal är distriktsförbundets hemsida - 08fri.se. Utöver löpande aktuella händelser kungörs information om 08fri.s arbetsområden, föreningar, utbildningar, läger, tävlingskalendrier, rekordnoteringar, Sättrahall, samarbetspartners mm.

Som ett komplement till hemsidan startades i augusti 2020 ett Instagramkonto (sthlmfriidrott), där aktuella händelser kommer att presenteras löpande även under verksamhetsåret 2020/21. 08fri. planerar därutöver att under verksamhetsåret starta ett nyhetsbrev.

Verksamhetens inriktning

Svensk Friidrotts verksamhetsinriktning 2014–2020 - fler och bättre går i mål 2020, men kommer att vara vägle-

dande i 08fri.s arbete under hela verksamhetsåret (läs mer friidrott.se > Svensk Friidrott info > Verksamhetsinriktning).

Innehållet är omfattande och avser att vara en energigivare och ett smörgåsbord i planeringsprocessen och i arbetet med att vidareutveckla friidrotten i landets alla föreningar, distriktsförbund och centrala förbund.

Ny verksamhetsinriktning – strategi 2025

Arbetet med att ta fram en ny verksamhetsinriktning, som kommer att ändra benämning till strategi, för Svensk Friidrott under perioden 2021–25 pågår. Beslut om den nya strategin ska fattas på Svenska Friidrottsförbundets årsmöte i mars 2021.

08fri. kommer därefter löpande att börja arbeta in dessa idéer/områden i verksamheten för att från och med nästa verksamhetsår ha en genomförandeplan som tar sin utgångspunkt i den nya strategin.

Riksidrottsförbundets verksamhetsinriktning Strategi 2025 gäller för hela den svenska idrotten. Här betonas att det ska vara enkelt och attraktivt att idrotta i en förening för såväl unga, vuxna som äldre oavsett bakgrund eller livssituation. Fokus ligger på en personlig utveckling som leder till ett livslångt idrottande (läs mer - strategi2025.se).

Föreningar

Ett led i planeringsprocessen för friidrottens gemensamma verksamhetsinriktning/strategi är att 08fri. samlar föreningarnas ordförande och flera nyckelpersoner till vår- och höstmöten. Avsikten är att diskutera hur 08fri. tillsammans med föreningarna bäst fördelar och utför arbetet för att nå gemensamma mål. Mötena är rådgivande och tjänar bland annat som vägledande i utformningen av 08fri.s genomförandeplan för kommande verksamhetsår.

I samband med mötena ges utrymme för mingel och informella möten mellan föreningarnas företrädare. Presentationer av goda verksamhetsexempel står på agendan. Kontakter förstärks och knyts över föreningsgränserna som kan leda till värdefulla samarbeten och erfarenhetsutbyten.

Utökade mötesmöjligheter

Utöver vår- och höstmöten kommer 08fri. även att samordna och bjuda in till kanslimöten för föreningarnas anställda personal vid två tillfällen under året (oktober och mars) samt genomföra återkommande digitala avstämningsmöten med primärt föreningarnas ordförande. ►

För att därutöver få ytterligare insikt i föreningarnas verksamhet samt presentera distriktets verksamhet vill 08fri gärna medverka på några föreningars styrelsemöten.

För att föreningar från Stockholmsområdet som väljer att ansluta sig till Svenska Friidrottsförbundet och därigenom också får en tillhörighet till 08fri, ska känna sig välkomna och komma in snabbare i verksamheten kommer introduktionsmöten att erbjudas.

RF-SISU Stockholm står till 08-friidrottens förfogande och inriktar sitt arbete på att ge stöd till generella utbildningar för ledare/tränare samt föreningsutveckling (läs mer – 08fri.se > UTBILDNINGAR > RF-SISU Stockholm). De idrottspecifika utbildningarna ansvarar 08fri/SFIF för, läs mer under ”ledare och tränare”.

Ledare och tränare

08fri.s utbildningsplan omfattar utbildningar för aktiva, ledare, tränare och tävlingsfunktionärer. Aktuell information, inbjudningar och anmälningsformulär kungörs på 08fri.se. Det rådande läget med Covid-19 påverkar om och i sådana fall hur 08fri.s utbildningar kan genomföras.

Under verksamhetsåret är 08fri.s plan att erbjuda följande utbildningar: Friidrott 7–10 år, Friidrott 10–12 år, Friidrott 12–14 år, Friidrott i gymnastiksal 1–3, löpledarutbildning, clinics i aktuella ämnen, starterutbildning, eltidutbildning och distriktsdomarutbildning.

Utbildningsmöjlighet på hemmaplan

Under året kommer 08fri. att lansera ett nytt koncept för att erbjuda föreningarna möjlighet att genomföra utbildning på hemmaplan för att lättare få med fler ledare/tränare och förhoppningsvis sänka kostnaderna. I ett första skede är det ”Friidrott 7–10 år” och distriktsdomarutbildningen som kommer att ingå i konceptet.

En utbildningsansvarig är engagerad på deltid (20%)

för att planera och organisera merparten av utbildningsverksamheten. För att utveckla arbetet ytterligare kommer 08fri. under året att bilda en utbildningskommitté samt också arbeta med att tydliggöra vad som ingår i utbildarrollen.

Kvinnliga nätverket

08fri.s kvinnliga nätverk fortsätter sin verksamhet med att stödja 08-friidrottens kvinnliga ledare, tränare och aktiva. Nätverkets främsta syfte är att samla föreningarnas kvinnliga ledare, ge stöd samt stärka banden över föreningsgränserna. Under verksamhetsåret är målet att genomföra en träff per kvartal med olika föreläsare och varierat innehåll.

Föreningarna erbjuds att ansöka om distriktsutmärkelser till förtjänta ledare (läs mer – 08fri.se > OM 08fri. > UTMÄRKELSER).

Friidrottare

Det kontinuerliga idrottsliga arbetet sker i föreningarna. 08fri. bidrar med stimulansinsatser för att förstärka föreningarnas ungdomsarbete. Ett sommarläger arrangeras för 13–14 åringar och distriktslag utses och medverkar i de så kallade Svealandsmästerskapen under inom- och utomhussäsongen.

En ansvarig ungdomskoordinator är engagerad på deltid (10 procent) för att planera, genomföra och i samråd med föreningarna utvärdera 08fri.s insatser för att kunna vidareutveckla stödet till föreningarnas ungdomsarbeten. För att skapa än mer kraft i arbetet kommer under året en ungdoms- och juniorkommitté att tillsättas. Den kan på sikt komma att utvecklas till flera olika grengruppskommittéer.

På 08fri.s årsmöte uppmärksammas ungdomar, ung-



13-åringarnas stadslag tävlade i regiontävlingen i Bålsta den 13 september vilket resulterade i 20 grensegrar av 28 möjliga. Här Matilda Borg och Alba Boric på Gröna Dalens IP med beviset på 08fri.-lagets triumf. Foto: Amanda Cleréus



domsledare och föreningar genom prisutdelningar. En jury utser årets bästa flicka och pojke i 17-årsklasserna samt årets ungdomsledare. Bästa förening i 12–14 och 15–17 årsklasserna tilldelas priser baserat på en sammanräkning av årets insamlade DM-poäng.

Det uppskattade projektet 08fri.Masters avslutas

Det tvååriga och mycket uppskattade projektet 08fri. Masters, som finansierats med medel från region Stockholm, avslutas den 31 december 2020.

Det övergripande målet med projektet har varit att förebygga psykisk och fysisk ohälsa bland äldre inom stockholmsregionen genom att etablera en bred lättillgänglig och hållbar veteranfriidrott (läs mer – 08fri.se > 08fri.Masters).

Verksamheten kommer framförallt att leva vidare i de föreningar som under projekttiden fått hjälp med att starta upp och/eller vidareutveckla sina aktiviteter för aktuell målgrupp. 08fri. har därutöver som ambition att, om än i mindre skala än under projekttiden, bjuda in till några gemensamma aktiviteter under verksamhetsåret.

Implementering av parafriidrott

Under året kommer 08fri. också att verka för att med kunskapshöjande och samverkande insatser stötta de föreningar som vill implementera parafriidrott i sin verksamhet.

För att kunna arbeta mer offensivt med verksamhetsutveckling för specifika målgrupper, till exempel parafri-

Hässelby SK var en av distriktets fyra SM-arrangörer 2020 när de stod som värd för terräng-SM i oktober. De andra var Hudinge, Spårvägen och Tureberg. Bilden är från herrarnas 10 km med fr v Archie Casteel (741), John Kingstedt (777), Elmar Engholm (750), Emil Danielsson (752) och Johan Fagerberg (773). Foto: Deca Text&Bild

idrott, veteraner och/eller ungdomar kommer 08fri. att se över om det finns några möjligheter att ansöka om projektmedel.

08fri. behöver också se över hur förutsättningar för att bedriva elitfriidrott kan stärkas.

Arrangemang

08fri. administrerar ansökningar om sanktioner för de tävlingar (inomhus, arena, långlopp, stafetter) som genomförs i distriktet, upprättar tävlingskalendrar, utser DM-arrangörer och samordnar handhavandet av DM-medaljer.

En viktig uppgift är att medverka till att skapa god struktur i distriktets olika tävlingsverksamheter. Möten med föreningsarrangörer anordnas för att bland annat bli överens om tävlingarnas spridning över säsongen, utbud av grenar och åldersklasser.

Sanktionsansökningsförfarandet och tilldelningen av föreningarnas tävlingsarrangemang sker efter ett samord-

nings- och beredningsarbete i 08fri. och beslut i Svenska Friidrottsförbundet.

En tävlingskoordinator är engagerad på deltid (10%) för att planera och administrera 08fri.s tävlingsverksamheter.

Tävlings- och arrangemangskommitté ska startas

Då 08fri. upplever att föreningarna efterfrågar än mer stöd/offensivt arbete inom detta område kommer en tävlings- och arrangemangskommitté att tillsättas under året.

Områden/uppgifter som behöver påbörjas/utvecklas under året är:

- Ta fram en manual om vad som gäller vid genomförande av DM-arrangemang.
- Säkerställa genomförandet av DM-tävlingarna.
- Öka föreningarnas självförsörjningsgrad samt samverka kring funktionärer (framförallt i nyckelroller som till exempel eltidtagare och starters).
- Skapa en funktionärsdatabas, där även personer som vill ta på sig mer allmänna ”volontärsupdrag” kan läggas in.
- Ta fram ett koncept som stimulerar/underlättar för föreningarna att genomföra ”Domarens ABC” (steget innan distriktsdomarutbildningen).
- Föra dialog med tävlingsarrangörer och intresseorganisationer.

Anläggningar

Nya arenor och upprustning av befintliga är en förutsättning för friidrottens vidareutveckling. 08fri. uppvaltar beslutsfattare, skriver insändar-/debattartiklar och bedriver lobbying för att påverka att fler arenor byggs och upprustas.

Detta arbete sker både i 08fri.s regi och i samarbete med Svenska Friidrottsförbundet. Vidare utförs påverkansarbete tillsammans med sju andra specialdistriktsförbund (SDF). Påkallat förmedlas kontakter med teknisk expertis. Vi bevakar även kontinuerligt utvecklingen på befintliga anläggningar och arbetet med nya.

Anläggningsenkät 2021

För att få en bättre bild av vilka hallar/arenor föreningarna nyttjar och vilka renoverings- och utvecklingsbehov som finns kommer 08fri. att genomföra en anläggningsenkät i inledningen av 2021.

Andra idrotter

08fri. har fått flera signaler om att det på ett antal utomhusarenor uppstår utmaningar i träningsverksamheten på grund av bristande hänsyn/säkerhetstänk från andra idrotter och allmänhet. 08fri. kommer i samverkan med Bromma IF att genomföra ett pilotprojekt för att se om det går att hitta modeller för att lösa problematiken, som därefter kan spridas till andra föreningar.

Detaljplanen för Bällsta-hallen fortskrider

Arbetet med en detaljplan för en ny friidrottshall i Bällsta



Resultat & distriktsstatistik

Inom ramen för Svensk Friidrotts nya resultat- och statistik-system som togs i bruk i juni så finns via 08fri.-sajten tillgång till årsstatistik för Stockholm. Det är första gången på många år som distriktsstatistik publiceras och den finns nu för såväl seniorer som juniorer och ungdomar. Föreningar har också möjlighet att prenumerera på sin egen årsstatistik. Foto: Deca Text&Bild

fortsätter inom Stockholm stad och förhoppningsvis ska den vara klar att tas i bruk 2025. 08fri. följer arbetet och deltar med rådgivande representanter i planeringsprocessen.

08fri. ansvarar för Sätrahalls verksamhetsdrift och skötsel via ett värdskapsavtal med Stockholms stad. Uppdraget innebär att samordna och ansvara för föreningarnas tränings- och tävlingsverksamheter, utrustningar, uthyrning, tillsyn och skötsel av lokaler. Till detta ingår ansvar för personal samt att driva anläggningens café.

Staden svarar för kostnader relaterade till fastighetens fasta egendom, mediakostnader (el, värme, vatten) samt inköp av kostnadskrävande idrottsutrustningar. Driftsättagandet innebär fördelar för 08fri. bland annat i tillgänglighet, organisatoriskt och ekonomiskt. Under året kommer Sätrahall om allt går enligt plan att få ny banbeläggning och förbättrad kastsäkerhet.

08fri.

AIK, Atlas Copco IF, Axa SC, Barn & Kvinnors IK, Boo IF, Bravura SC, Bromma IF, Danderyds SK, Duvbo IK, Enebybergs IF, Fredrikshofs FIF, Friskis&Svettis, Danderyd, Friskis&Svettis, Haninge, Friskis&Svettis, Huddinge, Friskis&Svettis, Järfälla, Friskis&Svettis, Lidingö, Friskis&Svettis, Mälardåra, Friskis&Svettis, Nynäshamn, Friskis&Svettis, Sollentuna, Friskis&Svettis, Stockholm, Friskis&Svettis, Tyresö, Friskis&Svettis, Täby, Friskis&Svettis, Upplands Väsby, Friskis&Svettis, Åkersberga, Hammarby IF, Handelsbankens IF, Haninge IKJ, Hanvikens SK, Hellas FK, HiQ SC, Huddinge AIS, Hässelby SK, Ingarö IF, Järfa IF OK, Kungsholmens BBK Friidrott, Kungsängen FK, Kunskap för livet, IFK Lidingö, IF Linden, IF Linnéa, Löparakademin IF, Löparnas vänner IF, Mariebergs IF, Munsö IF, Muskö IF, Mälardödens IK, Mälardödens IK, Mälardö SOK, Nacka Värmdö SK, Norrbacka Handikapp IF, Parkrun IF, OK Ravinen, IF Rinkeby Run, Runacademy IF, Runday IF, Rågsveds IF, Saltsjöbadens IF, Team Skavsårets IF, Skarpnäcks gympavänners förening, Springtime SC, Spårvägens FK, Stockholm Frontrunners IF, Stockholms FTF, Stockholm LDK, Stockholm Snipers IF, Stockholms Studenters IF, Stockholms-Postens IK, FK Studenterna, Sundbybergs IK, Sveaskogs IF, OK Södertörn, Södra Tyngdlyftningsklubben Sport, Team Club Running Stockholm, Telia loFF, Terrible Tuesdays TC, IF Triangeln, Tullinge FI, Tullinge SK, IFK Tumba, Turebergs FK, Tyresö FK, Täby IS, Uptown RC, Vallentuna FK, Vegan Runners IK, Värmdö IF, Väsby IK, Waxholms OK, Åkersberga SK, Älta IF, Ösmo Nynäs FIK och Österhaninge IF.



08fri./Stockholms Friidrottsförbund
Björksätravägen 2 • 127 37 Skärholmen
08-615 68 30

info@08fri.se • www.08fri.se • Instagram: sthlmfriidrott
Org.nr. 802004-5673