

Förbundsstyrelsens förslag Nr 4

Rubrik: **Åldersgräns för deltagande vid senior-SM**

Förslag:

Förbundsstyrelsen (FS) föreslår:

att åldersgräns för deltagande på individuella senior-SM på arena sätts till 16 år, dvs det året friidrottaren fyller 16 år, förutom löp- och gångdistanser som är 3000 meter eller längre där åldersgränsen sätts till 18 år (d.v.s. det år friidrottaren fyller 18 år)

att ovanstående gäller från och med inomhussäsongen 2025.

Förbundsstyrelsens utlåtande:

Vid Förbundsmötet 2023 gick förslaget till återremiss för att vi under året förankras i rörelsen och engagera ungdomarna tydligare i förslaget. Under året har en arbetsgrupp arbetat med förslaget, där gruppens medlemmar varit eller är med i någon form Ungdomskommitté. En enkät tog fram som var öppen mellan 9 augusti och 17 september, som rörelsen kunde svara på (581 svar kom in).

71,9% anser att vi bör ha en åldersgräns på alla senior SM och där av 98,1% anser att det bör vara åldersgräns vid individuella senior-SM på arena. Under hösten arbetade Ungdomskommittén vidare med förslaget vid sin konferens och landade i att 16 år bör gälla vid individuella senior-SM på arena. Återremissens arbete har även presenterats vid distriktens höstmöten.

Införandet av en åldersgräns på senior-SM gynnar den långsiktiga utvecklingen av friidrottare samt minskar/tar bort stressen/presen från tränaren att ha för hög kvalitetsträning för tidigt. Fokus bör ligga på att bygga en bra grund metodiskt för att få en bättre hållfasthet, undvika skador och ha en större möjlighet att utvecklas långsiktigt.

För många unga friidrottare utvecklas för snabbt pga. för tidig specialträning för att sedan stagnera och/eller få långtidsskador till följd av "vuxenträning", vilket leder till att unga friidrottare försvinner från friidrotten för tidigt.

Flertalet länder i vårt närområde har infört åldersgränser för deltagande vid nationella mästerskap. I Norge, Finland, Danmark, Estland och Frankrike gäller generellt 16-årsgräns, medan Tyskland ligger ännu högre med sina 18 år.

Idag finns redan en åldersgräns på 17år vid SM på 3000m hinder, 5000m, 10000m samt alla SM-lopp i väg-, terräng- och traillopning, inklusive alla lopp på ultradistans, denna åldersgräns vill vi höja till 18 år samt adderade denna åldersgräns vid gångdistanser längre än 3000 meter.