



Nyhetsbrev från SFIF Södra Svealand

Inomhussäsongen 2024 är igång

November innebär inte bara grundträning utan också att några redan har hunnit göra tävlingspremiären för inomhussäsongen 2024.

I slutet av januari är det åter dags att prisa de bästa friidrottsprestationerna för det gångna året. Då är det dags för 2024 års Atea Friidrottsgala. Där uppmärksammas bland annat Årets Ungdomsledare, Svenska Löparens pris, Friidrottens vardagshjälte och årets unga ledare. Passa på att senast den 1 december nominera och hylla de som du tycker gör det där lilla extra!

Under hösten har utbildningarna *Friidrott för barn* och *Friidrott 10–12 år* genomförts i Västerås respektive Örebro. Extra kul att vi på båda utbildningarna hade distriktets tre nyutbildade utbildare på plats. Dessutom många engagerade deltagare!



Bild från utbildningen som genomfördes i Örebro under hösten. Friidrott 10–12 år.

Förening

Nominera till Atea Friidrottsgalan

Den 23 januari 2024 kommer Atea Friidrottsgalan att arrangeras på Berns i Stockholm och du kan vara och nominera till några av priserna. Till tre av galans priskategorier; Årets Ungdomsledare, Svenska Löparens pris och Friidrottens vardagshjälte, finns möjlighet för alla i Friidrottssverige att nominera de personer eller företeelser som man anser är värda att belönas. Läs mer om priserna och hur du gör för att nominera på [hemsidan](#). Nomineringen avslutas den 1 december 2023.

Årets unga ledare!

Årets Unga Ledare är en utmärkelse som har delats ut sedan 2020. Med utmärkelsen vill Svensk Friidrott lyfta fram unga förebilder och deras engagemang inom friidrotten. Nu är det dags att nominera till Årets unga ledare 2023. För att uppfylla kriterierna för att bli nominerad ska den/de nominerade

- vara 15–25 år (född 1998–2008)
- vara en förebild och inspirationskälla för andra
- vara drivande och "visa vägen" inom det område denna verkar i
- ha en bred och relativt omfattande erfarenhet inom föreningslivet på nivån förening och/eller SDF/UC/SFIF

Ta chansen att nominera en ung ledare eller en grupp som du tycker förtjänar att hyllas och uppmärksammas! Läs mer -om nomineringen [här](#). Nomineringen avslutas den 10 december 2023.

Registrera utbildningar och lärgrupper i IdrottOnline

Året börjar lida mot sitt slut och det är hög tid att redovisa föreningens folkbildningsinsatser för det gångna året. Utbildningar, lärgrupper, föreläsningar och annat ska redovisas i IdrottOnline senast den 18 januari 2024. Om du känner dig osäker på hur du registrerar det kan du delta i [RS-SISU Sörmlands workshop](#) den 4 december. Där går de igenom hur slutredovisning i IdrottOnline går till. Workshopen genomförs digitalt via Microsoft Teams.

Tävling

När man letar efter tävlingar finns olika kalendrar att titta i. På Södra Svealands hemsida hittar ni [tävlingsskalendern](#) för de tävlingar som finns i distriktet.

Distriktets DM-tävlingar för året 2024 kommer publiceras [här](#).

Samtliga inomhustävlingar i Sverige finns att ta del av i tävlingsskalendern [här](#).

Ansök om att arrangera nationella tävling 2025 och 2026

Nu finns möjlighet att ansöka om SM-tävlingar på och utanför arena 2025, Friidrotts-SM 2026, Folksam Grand Prix 2025 samt Kraftmätningssfinalen 2025.

Nytt för i år är alltså att möjligheten om att ansöka om att arrangera Kraftmätningssfinalen utlysts på samma sätt som för ovan nämnda nationella tävlingar.

[Här](#) hittar ni ansökningslänk för respektive tävling, sista ansökningsdag och kontaktperson för frågor.

Regionsmästerskapen

Inomhus arrangeras Regionsmästerskapen 2024 i Södra Svealands distrikt. Det kommer vara Södertälje IF som stå för arrangörskapet den 16–17 mars 2024. Tävligen riktar sig detta år till de födda 2010–2011. Mer info kommer under vinter.

Utbildning

Det planeras för att det inom distriktet ska genomföras följande utbildningar i april-maj 2024:

- Friidrott för barn
- Friidrott 10–12 år
- Friidrott 12–14 år
- Distriktsdomarutbildning

Information om datum och plats uppdateras på [hemsidan](#) i januari.

Utbildningar och föreläsningar av RF-SISU

Utöver de utbildningar som Svensk Friidrott erbjuder finns flera utbildningar och föreläsningar att ta del av från RF-SISU. Klicka er vidare in på respektive RF-SISU distrikt för att se vad som är aktuellt i ert närområde.

[RF-SISU Värmland](#)

[RF-SISU Sörmland](#)

[RF-SISU Västmanland](#)

[RF-SISU Örebro](#)

Barn- och ungdom

Utvecklingsträff för dig som är 13–14 år

För dig som är född 2010–2011 kommer det att anordnas en utvecklingsträff den 7/1. Träffen kommer vara i Eva Lisa Holtz arena i Karlstad och innehålla både träning och social aktivitet. Träffen riktar sig till den åldersgrupp som i mars har möjlighet att vara med på Regionsmästerskapen i Södertälje, men bjuder in alla 13–14 åringar, oavsett om de har intresse av att tävla eller inte. Utförlig inbjudan och information om anmälan kommer inom kort.

Till sist

Till dig som är ledare/tränare för 15-åringar och äldre samt organisationsledare

Till dig som är organisationsledare, eller ledare/tränare för aktiva som är 15 år och äldre i Södra Svealand kommer här en rolig nyhet! Den 15 december bjuder Södra Svealand, tillsammans med Elitidrottsmiljö i Karlstad (PC hopp, Karlstads Universitet, RF-SISU Värmland och IF Göta Karlstad) in dig till en föreläsning med Nils van der Poel. Ta del av inbjudan och hur du anmäler dig [här](#).

FRISK friidrott – en digital hälsoplattform

Svensk Friidrott har, i samarbete med Linköpings Universitet, tagit fram en digital hälsoplattform, www.friskfriidrott.se. Syftet med hälsoplattformen är att evidensbaserad kunskap om hälsa ska finnas lätt tillgänglig för de som är engagerade inom friidrott exempelvis tränare, föräldrar och idrottare.

Nu genomförs en studie där syftet är att undersöka hur (om) den digitala hälsoplattformen har spridits inom Svensk Friidrott samt att samla information om hur användare av plattformen upplever den (om de använt den). Undersökningen vänder sig till personer som är tänkt målgrupp för den digitala hälsoplattformen; tränare och föräldrar till friidrottande ungdomar. [Ta dig gärna fem minuter och besvara studien!](#) Även om du aldrig har hört talas om den aktuella hälsoplattformen får du gärna besvara enkäten.

Förtydligande angående väskförbud på större evenemang

Från den 1 november råder väskförbud på större idrottsevenemang i Sverige, en av många åtgärder till följd av den ökade terrorhotnivån. [Här](#) finns en uppdaterad beskrivning av vad detta kan innebära för oss inom friidrotten.

We run, We walk – för musikhjälpen

We Run, We Walk är en löpar- och vandrarkampanj som hyllar den sociala gemenskapen i att motionera. Initiativet drar igång under årets Musikhjälpen-vecka (vecka 50). Här bjuds du in eller bjuder själv in till att gå, vandra eller springa tillsammans med andra - ett initiativ för att främja fysisk aktivitet och bidra till en bättre folkhälsa. Vi vill få fler att upptäcka glädjen och nyttan med att gå och springa tillsammans i grupp samtidigt. Du läser mer om We run, We walk [här](#).

Bästa hälsningar
Madde & Erica

Södra Svealands Friidrottsförbund
Eva Lisa Holtz arena
Johan Banérs väg 5
653 48 Karlstad

Madde Olsson
Föreningsansvarig
☎ 076-311 80 20
✉ madde.olsson@friidrott.se

Erica Jarder
Föreningsansvarig
☎ 073-313 64 04
✉ erica.jarde@friidrott.se

 www.friidrott.se/sodra-svealand/

 Södra Svealands Friidrottsförbund

 [sodrasvealand.friidrott](https://www.instagram.com/sodrasvealand.friidrott)