

**Gotland Stockholms
Vårmöte den 6:e maj 2026**

Välkomna

Agenda för Gotland Stockholms vårmöte den 6 maj 2025

1. Välkomna och information

30 min

- Föreningsinformation (regionsmästerskap, sommarskola, distriktslag i stafett SM etc.)
Dejan
- Utbildning
Dejan
- DM Tävlings sanktioner
Ingela
- Mentorprogram för jämlik representation
Mia, Peter
- Inne SM 2026
Björn
- Övrigt – Frågor?

2. SFIF

30 min

3. Grupparbete: (Fyra grupper som jobbar med båda frågorna.) 60 min

- Hur bli fler som håller på längre? (Vår viktigaste fråga). Vad gör vi för att bli fler som stannar längre? Nya idéer, förändringar av etablerade aktiviteter som friidrottsskolor? Vid vilken ålder skall vi starta grupper etc, etc, Arbetsgrupp som arbetar vidare med frågan.
- Vad tyckte ni i föreningarna om inne SM?

4. Avslutning

Föreningsinformation

Föreningsinformation:

- Regionslag
- Sommarläger
- Distriktslag på stafett SM

.

Utbildning

Utbildning

- Utbildningsplan för hösten finns på hemsidan
- Starterutbildning i maj, fullt med deltagare
- Tränarforum och Utvecklingsträff, 17-18 oktober "save the date"
- Planeras distriktsdomare, clinics i höst. Datum ej satta
- Möjlighet till lokala utbildningar för barntränare i friidrott

DM tävlingar och sanktionsförfarande

DM tävlingar

Generellt:

- Gotland-Stockholm Friidrotts Förbund förordar att både IUDM och UDM för P/F 12-17 år anordnas som en egen tävling under en helg, med alla grenar och åldersklasser.
- Vi ser det som en fördel ifall flera klubbar kan samarbeta för ett gemensamt arrangemang ifall ingen enskild klubb kan ta arrangemanget.
- Ifall det inte finns möjlighet att anordna ett komplett DM under en helg, kommer vi att godkänna ett uppdelat DM över två helger. Gäller framför allt på IUDM.
- Vi på Distriktsförbundet kan hjälpa till med kommunikation via vår hemsida

Att tänka på:

- Undvika att lägga grenar på fredagar. Det för att ge ungdomar från Gotland möjlighet deltaga på tävlingarna. De går i Skolan och båten går kl 16 på fredagen.

DM tävlingar, fortsättning

Intäkter/Kostnader

- Arrangerande klubb/klubbar står för alla kostnader i samband med DM, det eftersom intäkterna ifrån startavgifterna tillfaller klubben. De bokar själva hall/arena, funktionärer, domare och står för kostnaden av DM-medaljer.

Medaljer

- Beställs hos Hallmans (www.hallmans.nu). Hallmans har kontroll vilken modell som ska användas. SvFrF har tagit fram en Jetong (medalj utan band) som ska användas
- Gravera in Gren / Klass / År
 - Ex. Längd
 - P14
 - 2025

DM tävlingar och sanktionsförfarande

Sanktioner

- 2 ggr per år; sista maj och sista september
- Godkännande där emellan

UDM/IUDM

- Hur arrangera?
- Gemensam helg?
- Göra det möjligt för Gotland att delta.
- Policydokument

Mentorprogram för jämlük representation

Mentorskapsprogram för tränare



GOTLAND-STOCKHOLM

SVENSK FRIIDROTT

Till förra årets årsmöte inkom en motion från Lidingö om att starta ett mentorsprogram för tränare. Detta har nu realiserats i ett forskningsprojekt tillsammans Deutsche Sporthochschule i Köln, Göteborgs Universitet, SFIF och Gotland- Stockholm Friidrottsförbund.



Syfte med forskningsprojekt

- Det övergripande syftet med forskningsprojektet är **att utveckla och pröva ett forskningsbaserat mentorskapsprogram** för friidrottstränare i början av deras karriär som elittränare, för att **främja deras praktknära lärande och kompetensutveckling** samt att **stärka jämställdheten** inom tränarskapsprofessionen.
- Samverkan mellan Gotland-Stockholms friidrottsförbund, Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS) och Göteborgs universitet (GU)
- Projektets löptid: 2025-2027
- Finansiering: Medel från DSHS och GU
- Etikprövning (Under behandling)



Forskningsprojektets design

En enkätstudie

- bland friidrottstränare (minst två års tränarerfarenhet inom svensk friidrott) för att kartlägga utbildningsvägar, erfarenheter av mentorskap, fortbildningsmöjligheter och mentorskapsbehov.
- Urval: friidrottstränare för aktiva från 12–22 år (steg 2–4)
- Enkätutskick: maj–juli 2026

06.05.2026

En fokusgruppintervjustudie

- för att fördjupa förståelsen av erfarenheter, behov och förväntningar hos friidrottstränare som är i början av deras karriär som elittränare på den mentorskapsprogram som utvecklas igenom det här forskningsprojektet.
- Urval: (elit)friidrottstränare (see ovan) från Gotlands–Stockholmsregionen
- Fokusgrupper: sep–okt 2026

En deltagande designstudie

- där ett forskningsbaserat mentorskapsprogram utvecklas och testas.
- Urval: fritidsföreningar i Gotlands–Stockholmsregionen.
- Pilotgenomförande (mentorskapsprogrammet genomförs): mar 2027–dec 2027



Enkätstudie: Maj-Juli 2026

- Enkäten:
 - består av 3 tematiska avsnitt: (1) *Bakgrundsinformation om dig som person och tränare*; (2) *Dina tidigare utbildningsmöjligheter och utbildningsmetoder samt preferenser*; (3) *Erfarenheter och förväntningar på ett mentorskapsprogram*,
 - är **anonym** och kan därmed inte spåras tillbaka till enskilda tränares svar (om tränaren inte väljer att dela sina kontaktuppgifter för fokusgruppintervjustudien i slutet av enkäten).
 - kommer att finnas tillgänglig online och kan fyllas i via mobiltelefon eller dator,
 - tar cirka **15–20** minuter att fylla i, är frivillig och kan avbrytas när som helst,
 - riktar sig till **friidrottstränare för aktiva från 12–22 år (steg 2–4)** i distriktet



Enkätstudie: Maj-Juli 2026

- **Vi behöver hjälp med att...**
 - **en kontaktperson vid varje förening** som är tillgänglig under ovan nämnda datum för att vidarebefordra inbjudan och påminnelserna till alla tränare,
 - Intresserad av att vara kontaktperson? Skicka dina kontaktuppgifter (namn, klubb, e-postadress och telefonnummer) till **Dejan och Mia senast den 12 maj 2026**



Enkätstudie: Maj-Juli 2026

Tidsperiod för datainsamling:

- Första utskick av enkäten: fredag, 22 maj 2026
- Slutar: fredag, 24 juli 2026

Påminnelse:

- 3 påminnelse (1-2 veckors mellanrum): per e-post med utskick på fredag (22 maj), onsdag (10 Juni), och onsdag (17 juni).

Återkoppling:

- Resultaten kommer att publiceras när datainsamlingen och analysen är avslutad (fjärde kvartalet 2026) → Eventuellt en nyhet på distriktets hemsida och en presentation av resultaten för de som är intresserad.



Vi behöver också hjälp med...

- **Pilotering av enkät:**

- Pilotering av enkät med friidrottstränare för aktiva från 12–22 år (steg 2–4) i distriktet, med minst två års tränarerfarenhet inom en förening eller ett förbund inom svensk friidrott,
- **8-13 maj 2026,**
- **Ca. 6-8 tränare:** kvinnor och män,
- Intresserad att pilottesta enkäten: Skicka kontaktuppgifterna (namn, klubb, e-postadress och telefonnummer) till **Dejan och Mia senast den 7 maj 2026**

Tack för hjälpen!

Mentorskapsteamet

Astrid Schubring (Projektledare)

Email: a.schubring@dshs-koeln.de

Kristof Jaczina (Doktorand)

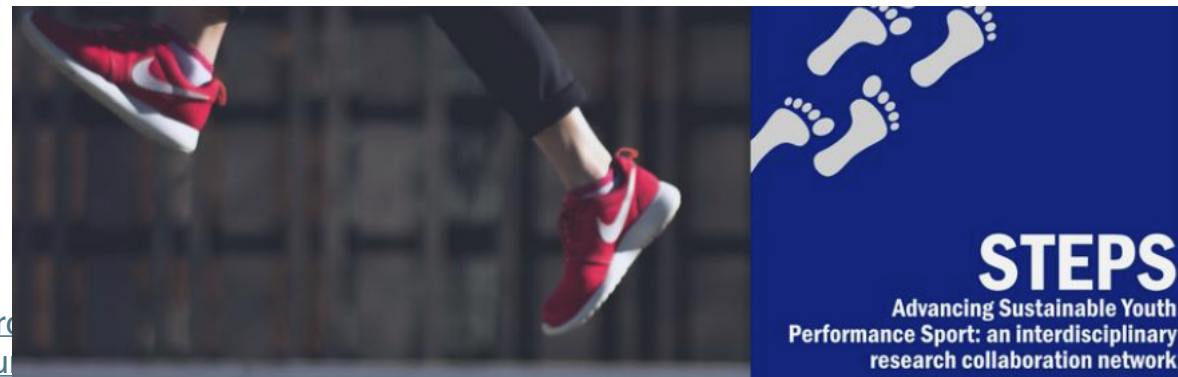
Email: k.jaczina@dshs-koeln.de

Andreas Caspers (Forskare)

Email: andreas.caspers@gu.se

06.05.2026

[STEPS - Advancing Sustainable Youth Performance Sport: an interdisciplinary research collaboration network | University of Gothenburg](#)



.

Inne SM 2026

Inne SM för Seniorer och Ungdomar 17 år

- Inne SM arrangeras av Gotland-Stockholms Friidrottsförbund i Sättra Friidrottshall
- Inne SM arrangeras under tre dagar, fredag t.o.m. söndag, den 27, 28 februari och den 1 mars.
- Inne SM arrangeras för såväl seniorer som för 17 års ungdomar.
- Projektet är ett ekonomisk åtagande och en risk för förbundet. Budgeten pekar på "breakeven".

Preliminärt utfall ISM/IUSM17

Intäkter	458 317	Kommentar
Startavgifter	141 350	
Entréavgift, Publik intäkt	169 017	
Samarbetspartner	8 000	
Försäljning föreningsluncher	34 950	
Kommunalt bidrag	105 000	Ca 105 000kr i bidrag för läktare, ljus och mätinstrument. Ej bokfört än
Kostnader	620 594	
Funktionärskostnader		
Luncher, fika mm funktionärer	58 201,3	
Boende funktionärer	10 806,5	
Reseersättningar mm	4 599	
Funktionärsvästar	10 180,5	
Hyrbil	4 033	
Konsultarvoderingar		
Projektledare	81 000	
Regi och speaker	67 750	
Sjukvård	14 500	
Övrigt		
Kanslipersonal och vaktmästare	139 875	
Luncher förening	36 017	
Lokalhyra sporthall uppvärmning	34 039	
Lokalhyra Sättra Friidrottshall	48 125	
Läktare	67 600	
Ljus	14 950	
Mätinstrument	4 250	
Extra städning	5 625	
Medaljer	9 161	
Nummerlapp, easyrecord, fanor	7 425	
Övrigt	2 456,25	
Totalt utfall	-162 277	

Övrigt - Frågor

· Motion: **Återinför regionens utmärkelsekommitté**

Gotland Stockholms vårmöte

Grupparbeten/diskussioner:

1. Hur bli fler som håller på längre? (Mäts i antal LOK-aktiviteter).
2. Inne SM – feedback

Hur bli fler som håller på längre?

Vi har haft uppe den här frågan på tidigare träffar. Punkten är tänkt som en möjlighet till att genom diskussion inspirera varandra till nya initiativ för att bli bättre.

Min känsla är att våra aktiviteter mer riktar sig emot att **hålla på längre** och mindre mot hur **vi blir fler**.

Vilket ansvar anser ni att Gotland-Stockholms Friidrottsförbund har för att driva frågan i "vardagen"?

Hur bli fler som håller på längre? (Mäts i antal LOK-aktiviteter)

- Antalet barn/ungdomar som tränar friidrott är långt ifrån den aktivitetsnivå som vi hade 2019, innan pandemin.
- Friidrotten är t.o.m. den idrott som återhämtat sig långsammast. Vi har fortsatt väsentligt färre aktiviteter än innan pandemin medan de flesta (alla?) övriga SDF t.o.m. har fler aktiviteter idag.
- **Har ni startat några nya aktiviteter för att "få in" fler ungdomar i er klubb?**
- **Har ni startat nya aktiviteter för att få ungdomar att "idrotta längre"?**

Hur **blir vi fler** som **håller på längre?** (höstmötet)

Övergripande

- Frågar vi varför någon valt att sluta med friidrott?

Flexibilitet med träningstider

- Skapa möjlighet till fler träningstider i veckan
- Följa upp frånvaro och se om en annan veckodag fungerar bättre.

Nyrekrytering:

- Prova på verksamhet för äldre ungdomar för att sedan slussas in i ordinarie verksamheten
- “Måndagskul” med låg avgift, avslutas med motionslopp
- Synas i skolorna
- Locka ungdomarna till våra idrottsplatser, exempelvis idrottsdagar ihop med andra idrotter och idrottsförvaltningen
- Eskilstuna har gratis friidrottsskola med Volvo som sponsor

Hur blir vi fler som håller på längre? (höstmötet)

Samverkan

- Samverkan mellan träningsgrupper i föreningen
- Samverkan med fritids och skolmästerskap
- Bygga social gemenskap över klubbgränser
- Vara öppnare för samverkan över klubbgränser och se till att den aktives behov prioriteras i första hand.
- Samarbete mellan klubbarna som exempelvis distriktsdagar
- Dela på tränarresurser och kompetens mellan föreningarna

Tävlingar

- Fler lagtävlingar där man premierar lagvinsten
- Dela ut prestationsmedaljer som exempelvis “bästa kompis” eller “bästa hejaren”

Träningsgruppen

- Lagom stora träningsgrupper (15-25 personer)
- Prioritera bredd högre upp i åldrarna

Hur **blir vi fler** som **håller på längre?** (höstmötet)

Ungdomarna som ledare

- Arvodera äldre ungdomar som tränare
- Fånga upp äldre aktiva i forum såsom ungdomsstyrelse, ledare, tränare så att de stannar inom friidrotten
- När färre juniorer finns kvar i verksamheten tappar vi fler potentiella tränare

Aktivitetsstödet styr

- LOK-stöd från 6 års ålder
- Börjar man tidigt så slutar man tidigare