

Nyhetsbrev från Mittsvenska Friidrottsförbundet

Hej,

Här kommer årets tredje nyhetsbrev och det innehåller lite blandad information som vi hoppas ni föreningar ska ha nytta och glädje av. Sprid gärna informationen vidare ut till era olika tränare och aktiva. Om ni är fler i föreningen som vill få våra nyhetsbrev så går det bra att anmäla intresse [HÄR](#)

SAVE THE DATE

OKT

10-11

Vi vill redan nu berätta att vi planerar för ett breddlager, tränarforum, höstmöte och en härlig Mittsvensk friidrottsgala helgen den 10-11 oktober i Falun.

Mer information kommer lite längre fram men boka gärna in den helgen redan nu.

Veterandag i Gävle

Lördag den 2 maj bjuder vi in alla Mittsvenska veteraner till en gemensam träningsdag i Gävle. För de som önskar så äter vi en gemensam 2-rätters middag på Scandic väst där det även finns möjlighet att övernatta till rabatterat pris.

All information och länk till anmälan hittar du [HÄR](#)

Årets unga ledare

Vi säger stort grattis till Emil Tingård, Falu IK som utsetts till **ÅRETS UNGA LEDARE 2025**.

Priset delas med Levina Ringdal från Marieby IF.

Utmärkelsen, som delas ut av SFIF, lyfter fram förebilder mellan 15-25 år som engagerar sig ideellt och inspirerar andra inom friidrotten. Under 2025 låg fokus på ett inkluderande ledarskap.



TÄVLING

Arena-DM

Vi är nästan klara med planeringen inför sommarens Arena-DM.

Datum och mer info kommer att publiceras på hemsida och sociala medier inom kort, självklart mailar vi ut inbjudan så snart den är klar.

Övriga DM

- | | | |
|--------------|---------------------------|------------------------------|
| ○ 21 april | 5.000m – Valsätra IP | Mer info HÄR |
| ○ 3 maj | Halvmaran – Säter | Mer info HÄR |
| ○ 16 juni | 3.000m – Valsätra IP | Mer info HÄR |
| ○ 19-20 sept | Kastmångkamp - Märsta | Mer info HÄR |
| ○ 6 okt | 10.000m – Valsätra IP | Mer info HÄR |
| ○ 17 okt | Maraton – Upsala Marathon | Mer info HÄR |

RM

Helgen 21-22 mars åkte 72 st Mittsvenska ungdomar till Bromma och årets inomhus-RM. Det blev en härlig helg fylld av fina resultat, många nya PB och framför allt fin gemenskap och nya vänner.

Stort tack till alla ledare som hjälpte till och vår fantastiska ungdomskommitté som självklart var på plats med sina PB-klubbor och annat kul.

Sommarens arena-RM kommer att arrangeras i Bålsta så det blir alltså "hemmaplan" för de Mittsvenska lagen. Mer info kommer inom kort.



Mittsvenskans tävlingsserie

Förra årets succé, Mittsvenskans tävlingsserie, kommer självklart tillbaka i sommar. Har din klubb en tävling inplanerad under perioden maj-september så vill vi att ni anmäler intresse om att ingå i Mittsvenskans tävlingsserie. Kontakta Claes Littorin så berättar han mer ordforande.mittsvenska@friidrott.se

Vi har fått in flera intresseanmälningar men det finns fortfarande några luckor kvar att fylla. Här hittar du all info från ifjol [MITTSVENSKAS TÄVLINGSSERIE](#)

Tävlingssanktion

Nu är det dags att söka om sanktion för kommande inomhussäsong (**kom ihåg att det är inomhus 26/27 ni ska välja**).

Ni föreningar söker om sanktion under april månad, distrikten ser på dem i maj och i juni hanteras dem hos förbundet/TAK (tävlings- och arrangemangskommittén). En kalender för kommande inomhussäsong kommer därför kunna publiceras i slutet av juni eller så fort som TAK kollat igenom (tävlingar med distriktssanktion kommer att publiceras senare).

Glöm inte att anmäla era barntävlingar, dvs. alla tävlingar/arrangemang där ni har deltagare som är under 12 år. Det gäller även era ordinarie tävlingar som inkluderar barnklasser. Denna anmälan görs på samma sida som tävlingssanktion, enda skillnaden är att ni väljer **Anmäl barntävling** i stället för **Ansök om sanktion**.

Mer info om barntävlingar [HÄR](#)

Mer info om tävlingsansökan [HÄR](#)

[HÄR](#) ansöker ni om sanktion

UTBILDNING

Här är hon, vår nya utbildningssamordnare, Victoria Grahn Wickman. Vickan är redan i gång med att planera och genomföra våra olika utbildningar. Den 28 mars genomfördes en barntränarutbildning i Gävle med hela 25 deltagare och snart är det dags även i Bålsta och Örbyhus.

9 maj kör vi en domar/grenledarutbildning i Uppsala, info och anmälan hittar du [HÄR](#)

Vi planerar även för Friidrottstränare steg 1 i Gävle inom kort. På [Kunskapsarenan](#) finns info om alla utbildningar.



Har ni behov av utbildning

Har din klubb ett behov av att utbilda era tränare/ledare så hör av dig till oss.

Vi erbjuder följande utbildningar:

- Barntränare
- Friidrottstränare steg 1
- Friidrottstränare steg 2
- Kasttränare
- Starter
- Löpledare
- Distriktsdomare
- Distriktsdomare – Gång

Vi försöker få till en utbildning så fort vi har minst 6 deltagare/utbildning.

Kontakta Vickan på utbildning.mittsvenska@friidrott.se

Vi söker utbildare

Mittsvenska Friidrottsförbundet är i behov av fler utbildare till utbildningarna [Barntränare](#), [Friidrottstränare steg 1](#) och [Friidrottstränare steg 2](#).

Mittsvenska står för ev. kostnader kring utbildningen.

Har du, eller någon du känner, god erfarenhet av friidrott och friidrottsträning? Har du genomfört friidrottsutbildningar själv och är intresserad av att sprida kunskap och inspiration?

När du är utbildad kommer du att erbjudas olika utbildningsuppdrag inom distriktet där du självklart blir arvoderad för ditt arbete.

Skicka ditt intresse till utbildning.mittsvenska@friidrott.se

Utvecklingsträff

Uppsala IF Friidrott arrangerar en utvecklingsträff med Prestationcentrum (PC) Medelång i Uppsala den 25 april. Då kommer en av PC-ansvariga, Johan Wetterstrand, till Uppsala och IFU Arena/Uppsala Friidrottsarena. Deltar gör även Kalle Berglund som tidigare hade svenska rekordet på 1500m.

Uppsala IF:s löpare och löptränare kommer att delta och vi bjuder även in tränare och aktiva från Mittsvenskans föreningar att delta. Frågor och anmälan till Mikael Axelsson (axelssonmikael@hotmail.com) eller Anders Gustafsson (gustis@telia.com).

Program:

10.00-11.30 Gemensam träning

12.00-13.00 Tränarlunch med Johan Wettergren, PC Medel/Lång (aktiva äter lunch på egen hand)

13.00-14.00 Föreläsning "Hållbar elitsatsning" med Kalle Berglund, Spårvägen

Glad påsk från styrelsen



[Avregistrera mig från nyhetsutskick](#)

