



MITTSVENSKA

SVENSK FRIIDROTT

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Kontinuitet i styrelsen, samt på posten som föreningsansvarig, har gett oss större utrymme att fortsätta utveckla Mittsvenska friidrottsförbundet.

Vår ungdomskommitté har etablerat sig och anordnat träningsdagar, fixat lekar mm på DM och RM. Vi har startat Mittsvenskas tävlingsserie och fått fin respons av arrangerande klubbar. Vi har även arrangerat IDM i Gävle och arena-DM i Bålsta. Ett antal olika DM har hållits i distriktet med hjälp av våra föreningar. Slutligen har ett flertal utbildningar, tränarträffar och läger anordnats av Mittsvenska. Höstmöte o prisutdelning i tävlingsserien.

Vi jobbar kontinuerligt med att hålla hemsidan uppdaterad och informativ. Mycket läggs också ut på våra sociala medier. Målet är att fler och fler enkelt ska kunna hitta den information man letar efter.

Även i år kan vi stoltsera med att ha världens bästa friidrottare i vårt distrikt. Mondos 4 världsrekord är helt makalösa. Att vi till det kan addera alla knattar, barn, ungdomar, juniorer, seniorer och veteraner, belyser verkligen vilken bredd och kraft som finns i friidrotten och vårt distrikt. Tack till er alla som på något sätt bidrar till all rörelseglädje i vårt distrikt!

Vi har nu full koll på ekonomin och ett klokt ansvarsfullt förvaltande, i kombination med att vi nu börjar våga satsa på lite nyheter, gör att framtiden ser riktigt bra ut för Mittsvenska friidrottsdistriktet.

Nio styrelsemöten har hållits samt ett höstmöte i Falun den 4 oktober.

Ordf i Mittsvenska friidrottsförbundet.

Claes Littorin.

STYRELSENS ARBETE

MÖTEN

Styrelsen har sedan årsmötet den 23 mars 2025 sammanträtt i beslutförande möten vid 9 tillfällen (inräknat det konstituerande mötet). Utöver protokollförda möten har styrelsen haft arbetsmöten kopplat till olika aktiviteter och verksamhetsområden.

LÖPANDE ARBETE

Mittsvenska är ett stort distrikt, inte bara geografiskt utan även sett till antal föreningar och den verksamhet som bedrivs. Under året har vi fortsatt arbetet för att få en gemensam bild av den verksamhet vi har i distriktet, vilka förutsättningar och behov som föreligger. Styrelsen har tillsammans med föreningsansvarig arbetat kontinuerligt med löpande frågor och försökt ligga steget före beträffande all verksamhet som bedrivits.

MÖTESPLATSER

Den 4 oktober 2025 genomfördes Mittsvenskas höstmöte där föreningsmedlemmar i distriktet var inbjudna. Mötet hölls i Falun i samband med breddläger, tränarträff, föredrag och prisutdelningen i Mittsvenskas tävlingsserie.

Vår väldigt ambitiösa ungdomskommitté har anordnat två mycket uppskattade träningsdagar, i Märsta den 2 augusti samt i Gävle den 22 nov. Utöver det har både ungdomskommittén och vår numera vilande veterankommitté haft ett eventtält med lite aktiviteter på DM.

Ungdomskommittén har även hjälpt till och peppat på RM. Utöver detta har vi också representerat och varit på plats när riksförbundet anordnat evenemang och möten.



Hela 130 ungdomar var på plats i Gävle när ungdomskommittén höll sin träningsdag i november.

NOMINERINGAR OCH MOTIONER



Inför förbundsårsmötet i Karlstad nominerade vi Ludvig Fredman, ordf. i ungdomskommittén, till årets unga ledare. Vi är mycket stolta över att han (tillsammans med Emma Borovac) tilldelades priset och fick gå upp på scenen och mottaga blommor och diplom.

Vi hade även skickat in en motion om att ersätta den vegetariska kostpolicyn som fanns med att allsidig svenskproducerad mat ska serveras. Vår motion vann glädjande nog bifall.

FÖRENINGANSVARIG MITTSVENSKA

Under året har Svenska Friidrottsförbundet fortsatt haft en person anställd, Mathilda Karlsson, på 50% med rollen som Föreningsansvarig i Mittsvenska. Mathilda avslutade sin tjänst i början av november och därefter har delar av styrelsen tagit över hennes uppgifter mot arvodering.

Mathilda (och delar av styrelsen) har under 2025 arbetat med:

SAMVERKAN / SAMARBETE

- Ansvarat för att kommunicera viktig och relevant information till föreningarna i distriktet genom Mittsvenskans kanaler (hemsida, mejl och sociala medier).
- Samarbete med distriktets RF-SISU distrikt, Dalarna, Gävleborg och Uppland.
- Samarbetat med SDF styrelsen där vi tillsammans jobbat för att stödja och utveckla verksamheten i distriktet utifrån verksamhetsplanen 2025.
- I samarbete med SDF-styrelsen planerat och arrangerat Höstmötet 2025.
- Medverkat vid SFIFs månadsmöten med förenings- och utbildningsavdelningen.
- Medverkat vid planeringsdagar.
- Kontaktperson ungdomskommittén
- Kontaktperson veterankommittén.
- I samarbete med SDF-styrelsen planerat och arrangerat arena-DM i Bålsta, samt Inne-DM i Gävle
- Samordnat övriga DM i distriktet.
- I samarbete med Josefin Häggblom informerat och jobbat för att föreningar ska ansöka om tävlingssanktion i rätt tidsperiod.
- Handhaft funktionärssystemet FAVVOS.
- Planerat och genomfört utbildningar.
- Planerat och genomfört läger.
- Tillsammans med ungdomskommittén planerat och genomfört träningsdagar.

STYRELSE, OMBUD OCH KOMMITTÉER

STYRELSEN

- Claes Littorin (Alunda SK) – Ordförande
- Tord Hallberg (Upsala IF) - Vice ord. & sekreterare
- Malou Sköld (Bollnäs FIK) – Ledamot & kassör
- Annica Hjort (Säters IF) - Ledamot
- Ann Sofie Kördel (Gefle IF) - Ledamot
- Elisabeth Mandorf (Bålsta IK) - Ledamot
- Krikor Krikorian (Upsala IF) - Ledamot

ADJUNGERADE TILL STYRELSEN

- *Ludvig Fredman – Ordförande ungdomskommittén*
- *Mathilda Karlsson - Föreningsansvarig*

ANSTÄLLD/ ARVODERAD PERSONAL

Mathilda Karlsson – Föreningsansvarig (Anställd av SFIF) och utbildningsansvarig (Arvoderad av MFIF)

REVISOR Linnéa Björkén - Revisor

VALBEREDNING

- Madeleine Lahti - Ordförande
- Erik-Åke Tranberg – Ledamot
- Olle Jansson - Ledamot
- Rikard Nilsson – Ledamot

UNGDOMSKOMMITTÉ

- Ludvig Fredman (IFK Märsta) - Ordförande
- Tova Björngård (Upsala IF) - Vice ordförande
- Majken Kjellin (Falu IK) - Sekreterare
- Ivan Nilsson (Bålsta IK) - Ekonomiansvarig
- Nejla Numanovic (Gefle IF) - Ledamot med ansvar för sociala medier
- Niki Hillerström (Gefle IF) - Ledamot med ansvar för sociala medier
- Oscar Juhlén (Upsala IF) - Ledamot
- Benjamin Bodin (Säters IF) - Ledamot tom hösten 2025

ÖVRIGA

Josefine Häggblom (Upsala IF) – Ansvarig tävlingssanktion och tävlingskalender

REPRESENTATION

ÅRSMÖTEN, KONFERENSER, ETC.

29–30 mars 2025 - SFIF Förbundsårsmöte i Karlstad.

Anders Kindmark (Upsala IF), Anna Lindfors (Upsala IF), Catja Fredman (IFK Märsta), Claes Littorin (Alunda SK + MFIF styrelse), Elias Fredman (IFK Märsta), Josefin Häggblom (Upsala IF), Krikor Krikorian (Upsala IF+ MFIF styrelse), Ludvig Fredman (IFK Märsta + MFIF ungdomskommitté), Mats Åkerlind (Gefle IF)

1-2 april 2025 – SFIF Planeringsdagar, Föreningsavdelningen +utbildningsansvariga
Mathilda Karlsson

22 - 23 november 2025 - SFIF Höstkonferens Stockholm
Claes Littorin, Madeleine Lahti, Rikard Nilsson.

TÄVLINGAR

RM - Svealandsmästerskapen inomhus, 15-16 mars i Södertälje

Elisabeth Mandorf, Krikor Krikorian, Annika Hjort, Kalle Björkman, Niklas Hultén, Jens Engström och Johan Haglund

RM - Svealandsmästerskapen Utomhus, 13-14 september i Södertälje

Elisabeth Mandorf, Krikor Krikorian, Annika Hjort, Kalle Björkman, Niklas Hultén, Jens Engström och Johan Haglund

ÖVRIG REPRESENTATION EFTER INBJUDAN

- Friidrottsgalan - Claes Littorin.
- Bauhausgalan - Claes Littorin.
- Finnkampen 100 år. - Claes Littorin.

AVTACKNINGAR

Fredrik Möllerström, utbildningsansvarig, avtackades med en finnkampsbiljett.
Bengt Göransson, kanslist, avtackades med blomma, men avböjde finnkampsbiljett.
Mats Åkerlind, styrelseledamot, avtackades med blombukett.
Mathilda Karlsson, föreningsansvarig, avtackades med en delikatesskorg.

UTBILDNINGAR OCH LÄGER

Utbildningar och fortbildningar genomförda av Mittsvenska friidrottsförbundet under verksamhetsåret 2025 har styrts av verksamhetsplanen som fastställdes i början av året samt utifrån föreningars behov och efterfrågan. Planering och uppföljning av utbildningarna rapporteras till SFIF.

Under 2025 har följande utbildningar genomförts i distriktet (inom parentes deltagarantalet angivet):

- Bartränare i friidrott, Gävle, mars (8 st)
- Friidrottstränare steg 1, Uppsala, maj (14 st)
- Löpleddare, Älvdalen, augusti (27 st)
- Bartränare i friidrott, Mora, september (6 st)
- Fortbildning spjut, Uppsala, september (5 st)
- Fortbildning kast, oktober (6 st)
- Ej genomförd i skrivandets stund - Bartränare i friidrott, Norrtälje, oktober (12 st)

Utöver detta har två domarutbildningar varit planerad, en i januari och en i september i Uppsala, men blev inställda på grund av för få anmälda deltagare (1 st per tillfälle).

Under hösten 2025 var målet att även arrangera en utbildning Friidrottstränare steg 2. Men på grund av sjukskrivning av vår utbildningsansvarige och i brist på utbildare genomfördes inte denna utbildning.

Under verksamhetsåret har ett aktivt arbete genomförts för att behålla våra nuvarande utbildare. Ett aktivt arbete har även genomförts för att rekrytera nya av utbildare, men utan särskild framgång. Mittsvenska har fortsatt behov av att utbilda ytterligare utbildare. Detta gäller särskilt friidrottstränare steg 1 och steg 2.

LÄGER

Under verksamhetsåret 2025 har följande läger arrangerats i Mittsvenska:

- Breddläger
Detta läger arrangerades av Mittsvenska friidrottsförbundet i samarbete med Friidrottsgymnasiet i Falun den 4-5 oktober. Målet med lägret var att bidra till glädje, gemenskap och utveckling. Information om friidrottsgymnasiet i Falun var också en del av lägret. Lägret var riktat till ungdomar födda 2008–2013 där 57 aktiva deltog.
- Kastläger Falun
Detta läger arrangerades av Mittsvenska friidrottsförbundet i samarbete med Friidrottsgymnasiet i Falun den 18–19 oktober. Lägret genomfördes samtidigt som fortbildningen i kast. Lägret var riktat till ungdomar 12-15 år där 33 aktiva deltog.
- Träningsdagar med ungdomskommittén i Gävle
Mittsvenska friidrottsförbundets ungdomskommitté har arrangerat två träningsdagar under året, 2 augusti i Märsta och 22 november i Gävle. Syftet med träningsdagen var att stärka gemenskapen och glädjen till friidrotten, men också ge möjlighet till ungdomar som ska eller tidigare har tävlat i Regionsmästerskapen att lära känna varandra och hålla kontakten. Denna dag arrangerades för ungdomar födda 2011–2014.

MÖTESPLATSER

- **Tränarträff - Falun 4-5 oktober**
I samband med breddlägret i Falun arrangerade Mittsvenska Friidrottsförbundet i samarbete med RF-SISU Dalarna en träff för tränare, framförallt med aktiva i åldern 10-18 år. Syftet med träffen var att skapa en mötesplats för tränare där de kunde dela och byta erfarenhet och få inspiration. Ytterligare ett mål med att lägga träffen parallellt med breddlägret var att erbjuda tränarna/ledarna som skjutsade sina barn och ungdomar en aktivitet samt att öka vuxennärvaron på hotellet.
- **Höstmöte 5 oktober**
Den 5 oktober 2025 genomfördes Mittsvenskas höstmöte där föreningsmedlemmar i distriktet var inbjudna. I år arrangerades mötet i Falun i anslutning till breddläger och tränarträff för att få fler medlemmar att ansluta. På agendan var dialog kring förenings utmaningar och behov samt förbundets status. Under mötet fanns även en punkt med information från SFIF och RF-SISU.
Sammanlagt 21 deltagare med representanter från:
 - Styrelsen i Mittsvenska Friidrottsförbundet: 5 st
 - Mittsvenskas föreningsansvarige: 1 st
 - Representant från Svenska Friidrottsförbundet: 1 st
 - Ungdomskommittén i Mittsvenska: 7 st
 - Veterankommittén i Mittsvenska: 2 st
 - Föreningsrepresentanter: 8 st
 - Föreningar representerade: Alunda SK, Bollnäs Friidrott, Borlänge LK, Bålsta IK, Falu IK, Gefle IF, IK Märsta, Sätters IF, Söderhamns IF, Uppsala IF, Östhammar FIK

TÄVLINGSVERKSAMHET

Årets nyhet var Mittsvenska tävlingsserien.

Tävlingsserien var en individuell tävling där deltagare i klasserna FP 13-17 samlade poäng i olika grenar. 5 deltävlingar. Arrangörer Falu IK, Mittsvenska-Bålsta, Rehns BK, Kvarnsveden GOIF och IFK Mora FIK. Prisutdelning i samband med breddlägret i Falun. Samt en lagtävling där klubbarna samlade poäng i klasserna FP 7-11.

Arrangörer Sätters IF, Söderhamns IF, Leksand FIK, Bålsta IK och IFK Mora FIK.



DM-ARRANGEMANG I MITTSVENSKA DISTRIKTET 2025

- | | |
|-------------------|--|
| • 8-9 februari | IDM - Mittsvenska i samarbete med Gefle IF |
| • 4 maj | DM i halvmaraton - Sätters IF |
| • 10 maj | DM 10 km landsväg - Östhammar friidrott |
| • 7-8 juni | Arena-DM - Mittsvenska i samarbete med Bålsta IK |
| • 2 juli | DM 3000m bana - LK Roslagen |
| • 18 juli | DM 10000m bana - Leksands FIK |
| • 6 september | DM 5000m bana - IFK Mora FIK |
| • 20-21 september | DM i kastmångkamp, Märsta IK |
| • 4 oktober | DM terräng - LK Roslagen |
| • 18 oktober | DM maraton - Uppsala marathon |

RM – SVEALANDSMÄSTERSKAP

Efter några tröga år utan ens klasseggar, så lyckades våra F13 komma överst på pallen vid inomhus-RM i Södertälje 15-16 mars. Totalt sett blev vi kvar på 4e-platsen, men har närmat oss de andra distrikten ordentligt.

Utomhus, den 13-14 september, också det i Södertälje, så blev det återigen en seger för vårt duktiga F13-lag och återigen en 4:e plats totalt för det Mittsvenska laget.



KRAFTMÄTNINGEN.

Finalen för årets kraftmätning för 15-åringar gick i Täby och dit kvalificerade sig 3 Mittsvenska flicklag. Gefle/Alunda slutade på en 15:e plats, Upsala IF på en 16:e plats och Falu IK kom tyvärr inte till start.

Det har naturligtvis tävlats flitigt i distriktet med massor av olika typer av tävlingar på både bredd och elitnivå. Utöver det har det slagits världsrekord, svenska rekord, distriktsrekord mm, mm av våra aktiva. En härlig blandning av bredd och elit i alla åldrar får avsluta denna verksamhetsberättelse för 2025.



Bild lånad från Give me sports facebookside