NYHETSBREV

NOVEMBER 2026

Hej på er!
Nu sätter vi i gång med nyhetsbrev varje månad.

NY UTBILDNINGS- OCH FÖRENINGSANSVARIG

Jag heter Hanna McCarthy och har med mig erfarenhet från ideellt friidrottsarbete som bl a styrelseledamot, förbundsdomare och som aktiv både som ung och veteran in i den här rollen. Utöver det har jag också erfarenhet från utvecklingsarbete, utbildning och samverkan från många år som lärare och specialpedagog.

Under våren gjordes en uppdaterad ansvarsuppdelning mellan kansli och distriktens styrelse och kanslitjänsten förlades på förbundet centralt.



Södra Norrlands friidrottsdistrikt- förenklad översikt över distriktens basuppdrag.

Område	Kansliet (Hanna)	Styrelse/kommittéer
Utbildning	• Genomföra utbildningar och säkerställa tillgång till utbildare.	
Samarbete, kommunikation och erfarenhetsbyte	• Hemsida och kommunikation. • Samordning med RF-SSISU. • Närvaro vid höstmöte, vissa styrelsemöten och andra mötespunkter.	• Lokala kontaktpersoner. • Arrangera höstmöte och tränarforum. • Utvecklingsaktiviteter för barn och ungdomar. • Bidra med innehåll till kommunikationen.
Tävlingar		• Tävlingskalender och sanktioner. • Regionsmästerskap och DM. • Distriktsrekord. • Utveckling av funktionärsverksamheten.
Styrning	• Verka för svar på friidrottens årsrapport. • Kännedom om ekonomiska föreningsstöd.	• Bidra med underlag och rapporter kopplade till basuppdraget.

Gemensamt mål: Ett välfungerande distrikt där kansliets samordning och genomförande kompletterar styrelsens lokala förankring, ansvar och engagemang.

HÖSTMÖTE 2026

I lördags samlades styrelse och föreningar för en inspirationsdag i Sundsvall.



Dagen började med en föreläsning av rutinerade elittränaren Joakim Svedberg med ”Från Liten till Eliten”. Han berättade om sin väg till elittränare, vad som är viktigt för att bli en bra tränare och för att få aktiva att utvecklas i olika åldrar. Barn har en ”motorisk guldålder” innan puberteten och Joakim pratade om hur viktigt det är att veta hur dessa grundläggande motoriska rörelser fungerar och att som tränare lägga mycket tid på dessa. För den här typen av träning behövs ingen friidrottshall eller bana, en gymnastiksal eller liknande går alldeles utmärkt. Under frågestunden diskuterades material som finns för inspiration till detta. Ni hittar några exempel här:

Övningsbank aktiva 7-10 år

Friidrottens aktivitetskort 6-8 år

Friidrottens aktivitetskort 9-10 år

Per Jutterström fortsatte att väcka tankar genom att prata om friidrottens potential framåt. Bl a lyfte Per friidrottskulturen och att friidrotten som sport ofta kopplas till tävling och elit. Barn tävlar i ofta på samma sätt som vuxna och fördelar och nackdelar med det diskuterades. Det finns olika typer av barntävlingar som kan vara mer tillgängliga och motiverande för barn. För inspiration finns detta material på förbundets hemsida.

Marika Jonasson pratade efter lunch om vilket stöd RF SISU kan ge föreningar i olika idrottsövergripande frågor. Marika lyfte vikten av att redovisa folkbildning. Genom att ta sig tiden till det administrativa arbetet kan föreningen få tillgång till de stöd för utveckling som RF-SISU distrikten kan förmedla. Hon tipsade också om att i kontakt med kommunen i olika frågor är det också till fördel att kunna visa vilken folkbildning föreningen har genomfört. Mycket av det arbete som redan görs går att redovisa och mer information om det hittar ni här.

Hon avslutade med diskussion om föreningars behov och en enkät. När den är sammanställd återkommer vi med mer information och feedback utefter svaren som skickades in.

Resten av eftermiddagen ägnades åt diskussioner om utbildning, tävlingar, ungdomskommitté, läger och anläggning. Mer info om dessa diskussioner i nästa nyhetsbrev.

FÖRENING

I samband med Svenska Friidrottsförbundets 100-årsjubileum beslutade förbundsstyrelsen att inrätta en fond för utveckling av svensk ungdomsfriidrott – Friidrottens ungdomsfond, även innefattande Edvin Wide-stipendiet.

Nu har det blivit dags för föreningar och distrikt att nominera till detta. Ta chansen att hylla någon av era ungdomar!

Mer information och ansökan

TÄVLING

Tävlingskalender

Nu är dags att anmäla sig till säsongens inomhustävlingar. Här hittar du distriktets tävlingskalender.

Tävlingens ABC

Arrangerar ni tävling i vinter och vill att era funktionärer ska känna sig trygga och förberedda så tipsa dem om materialet Tävlingens ABC. Där finns information om friidrottens regler generellt och grenspecifikt på ett tydligt och inte allt för omfattandesätt.

Ny regelbok

Lagom till inomhussäsongen publiceras Svensk Friidrotts regelbok efter den största omarbetningen på över 40 år. Den nya utgåvan följer World Athletics regelverk kompletterat med nationella bestämmelser.

Den 16/11 håller TAK ett öppet webbinarium mellan kl. 19-21

För mer info och anmälan klicka här.

UTBILDNING

Utbildningsbehov
Vi tog upp detta på höstmötet. Var din förening inte där och ni har behov av att utbilda era tränare/ledare så hör av er till hanna.mccarthy@friidrott.se. Vi ser just nu över behovet för att göra en plan för vårens utbildningar i distriktet.

Vi söker utbildare
Södra Norrlands Friidrottsförbund är i behov av fler utbildare till utbildningarna domare, barntränare och friidrottstränare steg 1 och 2.
Är du intresserad så kontakta Hanna!

BIDRA TILL NYHETSBREV

Nyhetsbrevet kommer skickas ut varje månad med information om både vad som hänt och vad som är på gång i distriktet. Fasta rubriker kommer vara förening, tävling och utbildning. Är det någon rubrik som ni tycker ska vara med i nyhetsbrevet varje månad så hör av er.

Att lyfta goda exempel är ett bra sätt att inspirera varandra och nyhetsbrevet är en bra kanal för att dela allt det fina arbetet som sker i distriktet.

Har ni gjort eller gör ni något i er förening som ni är stolta över? Mejla mig med information och bilder så lyfter vi detta i nästkommande brev.

Ni når mig på: hanna.mccarthy@friidrott.se

HÄLSNINGAR

Hanna och styrelsen


SÖDRA NORRLAND
SVENSK FRIIDROTT