

Nyhetsbrev | Nr 2

Juni 2023



Nyhetsbrev från SFIF Södra Svealand

Friddrottssommaren är här!

Distriktets medlemmar har kommit i gång och tävlat flitigt i allt från lite mindre tävlingar, Lag-USM till NM. I Södra Svealand har det redan arrangerats flera DM; korta terräng-DM, 5000m på bana och nyligen också ett lyckat arrangemang av DM arena i Nyköping.

Nu är det sommarlov och runt om i distriktet erbjuder föreningar sommarskolor.



Henrik Larsson, IF Göta Karlstad

Barn- och ungdom

Svensk Friidrotts ungdomsmärke

Här kommer ett tips inför utesäsongen – uppmuntra föreningens barn och ungdomar att träna och tävla varierat genom att ta sikte på ett ungdomsmärke! [Svensk Friidrotts Ungdomsmärke](#) finns för alla åldrar upp till 17 år. För varje klass och gren gäller tre resultatnivåer; brons, silver och guld. Under 2020 lades även mångkamp och terräng till som nya grenar för ungdomsmärket. Läs om de rekommenderade [stipulationsgränserna för de olika märkesvalörerna](#) i den här filen.

Karlstad GP-träff

Svensk Friidrott uppmuntrar till en nationell satsning riktad mot aktiva i åldrarna 14–17 år samt deras tränare. Fokus ska ligga på gemenskap, träningsutveckling och inspiration. I Södra Svealand planerar vi därför för en utvecklingsträff i samband med Karlstad Folksam Grand Prix. Ungdomskommittén har en betydelsefull roll i "Karlstad GP-träff" och är delaktiga både i planering och aktiviteterna. Totalt finns 70st platser och många har redan anmält sig. Gör din anmälan direkt så att du inte missar allt skoj som planeras! Läs mer på [hemsidan](#) och anmäl dig [här](#).

Färdiga koncept att använda eller inspireras av

Ni kan väl koll på att det på hemsidan finns massor av [förslag på aktiviteter](#) med syfte att fler barn och ungdomar ska hitta till friidrotten och vilja stanna kvar länge? Där hittar ni till exempel tips på BAUI Mini Friidrottsskola, Friidrottens aktivitetskort, klasskampen, kompisjakten, Nestléspelen och säsongsmångkampen.

Friidrottsskolor

Många föreningar brukar arrangera [friidrottsskolor](#) på sommarlovet. Läs mer om [Landslagets Friidrottsskola](#), [Projektstöd IF](#) och arrangörshjälpmedel på hemsidan. Där kan ni också [registrera er friidrottsskola](#) eller söka efter [andra friidrottsskolor](#).

Projekt IF och Aktivitetsstöd

För att driva och utveckla svenska friidrottsföreningar med barn- och ungdomsverksamhet finns flera olika [aktivitetsstöd](#) och [projektstöd](#) att söka. Ni läser mer om det på hemsidan. Det går såklart bra att höra av sig till Madde eller Erica om ni har funderingar kring aktiviteter eller ansökningar.

Tävling

Sanktioner

Under maj månad skulle föreningar som vill arrangera tävlingar under inomhussäsongen 2023–2024 ansöka om sanktion. Många tävlingsanktioner har skickats in, vilka kommer behandlas under juni månad.

Regionsmästerskapen i Märsta

Nu är det klart att Regionsmästerskapen för Svealand utomhus kommer arrangeras av IFK Märsta på Midgårdsvallen den 16–17 september. För friidrottens 13- och 14-åringar är Regionmästerskapen Svensk Friidrotts högsta mästerskapsnivå - en tävling som inte bara kan ses som årets viktigaste tävling för dessa ungdomar, utan också ska bjuda på gemenskap över klubb- och distriktsgränser. Mer info om Regionsmästerskapen hittar ni [här](#). Det kommer mer info längre fram om hur, när och var intresseanmälan ska lämnas in för att få möjlighet att vara en del av Södra Svealands-laget.

Utbildning

Just nu planerar vi för höstens utbildningar. I vårt förra nyhetsbrev bad vi föreningar att höra av sig med information och önskemål om vilka utbildningar som efterfrågas. Efter återkoppling från ett fåtal föreningar kommer följande utbildningar erbjudas.

Friidrott för barn

Friidrott för barn, steg 2 (1 dag)

Datum: 21 oktober

Plats: Westinghouse arena, Västerås

Innan denna träff ska steg 1 genomföras digitalt.

Friidrott 10–12 år

Friidrott 10–12 år (3 dagar)

Datum: 6–8 oktober

Plats: Tybblelundshallen, Örebro

Friidrott 12–14 år

Ingen utbildning planeras för tillfället. Hör av er om behov och önskemål finns!

Utbildning för utbildare

Det planeras för en utbildningshelg i Stockholm den 23–24 september. Då kommer fokus ligga på utbildningar för utbildare inom distriktet. Följande inriktningar planeras att genomföras:

- Friidrott för barn (7–10 år)
- Grundträning i friidrott (10–12 år och 12–14 år)
- Löpleddare
- OCR
- Distriktsdomare
- Starter
- Eltidtagare

Återkoppla gärna om det finns intresse av att gå detta, eller om ni vill tipsa oss om någon som hade passat bra som utbildare i vårt distrikt!

Till sist

Höstmöte

Planera redan nu in **14 oktober** i kalendern. Då ses vi i Örebro för höstmöte. Mer info kommer längre fram.

Biljetter till Karlstad Folksam Grand Prix

Vi i Södra Svealands distrikt har möjlighet att köpa rabatterade ståplatsbiljetter till Folksam GP i Karlstad den 5 juli. Beställ via [länken](#) för 20% rabatt.

Höjdhoppstour och camp

Svensk friidrotts prestationscentrum för hopp arrangerar en höjdhoppstour där avslutande tävling kommer gå i Kristinehamn 12/7 och kombineras med ett 5 dagars höjdhoppscamp. Mer information för coacher [här](#). Mer information för aktiva [här](#).

Friidrottshoppen

Svensk friidrott har nyligen lanserat en webshop, där man kan köpa bland annat supporterkläder, klubbkläder och utrustning till landslagets friidrottsskola. In och kika på friidrottshoppen.se

Önskar er en härlig friidrottssommar!
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.jarder@friidrott.se

🌐 www.friidrott.se/sodra-svealand/
f Södra Svealands Friidrottsförbund
📷 [sodrasvealand.friidrott](https://www.instagram.com/sodrasvealand.friidrott)