

Förbundsstyrelsens förslag Nr 4

Åldersgräns för deltagande vid senior-SM

Förslag:

Förbundsstyrelsen (FS) föreslår:

att åldersgräns för deltagande på senior-SM föreslås sättas till 16 år, dvs det året friidrottaren fyller 16 år.

att höja åldersgränsen för deltagande i senior-SM från 17 till 18 år (d.v.s. det år friidrottaren fyller 18 år) i de grenar som redan har en åldersgräns (d.v.s. 3000m hinder, 5000m, 10000m samt alla SM-lopp i väg-, terräng- och traillöpning, inklusive alla lopp på ultradistans).

att ovanstående gäller från och med inomhussäsongen 2024.

Förbundsstyrelsens utlåtande:

Införandet av en åldersgräns på senior-SM gynnar den långsiktiga utvecklingen av friidrottare samt minskar/tar bort stressen/presen från tränaren att ha för hög kvalitetsträning för tidigt. Fokus bör ligga på att bygga en bra grund metodiskt för att få en bättre hållfasthet, undvika skador och ha en större möjlighet att utvecklas långsiktigt.

För många unga friidrottare utvecklas för snabbt pga. för tidig specialträning för att sedan stagnera och/eller få långtidsskador till följd av "vuxenträning", vilket leder till att unga friidrottare försvinner från friidrotten för tidigt.

Flertalet länder i vårt närområde har infört åldersgränser för deltagande vid nationella mästerskap. I Norge, Finland, Danmark, Estland och Frankrike gäller generellt 16-årsgräns, medan Tyskland ligger ännu högre med sina 18 år.

Vid SM på 3000m hinder, 5000m, 10000m samt alla SM-lopp i väg-, terräng- och traillöpning, inklusive alla lopp på ultradistans, finns redan en åldersgräns på 17 år.