



***Omslaget***  
***Årets ungdomspristagare 2023***

*Framsidan:* Karl Ottfalk, IFK Lidingö, JEM-fyra  
på 3000 m och i terräng.

*Baksidan:* Ayla Hallberg Hossain, Turebergs FK,  
JEM-fyra i längd.

Se presentationer i årsberättelsen sidan 15.

*Redaktion:* Björn Sveen och Bo Wikmark

*Layout och redigering:* Jonas Hedman

*Foto:* Deca Text&Bild

**Gotland-Stockholms Friidrottsförbund**

Sätra Friidrottshall  
Björksättravägen 2  
127 37 Skärholmen  
org.nr. 802004-5673

info@08fri.se  
www.friidrott.se/gotland-stockholm



GOTLAND - STOCKHOLM  
SVENSK FRIIDROTT

# Verksamhetsplan 2024

## Gotland-Stockholms Friidrottsförbund

Gotland-Stockholms Friidrottsförbund omfattar de föreningar som är medlemmar i Svenska Friidrottsförbundet och har sin hemvist inom de geografiska områdena för Gotland och Stockholm.

Distriktsförbundet är underställt Svenska Friidrottsförbundet.

Förtroendevalda, tjänstemän och övriga medarbetare ska inom ramen för distriktsförbundets uppdrag ge god service till distriktets föreningar. Arbetet utförs i styrelse, kommittéer och projektgrupper samt på kansli och i Sättra Friidrottshall. Anställd personal på kansli och i Sättra Friidrottshall står till styrelsens förfogande.

Verksamhetsplanen utgår från Svensk Friidrotts gemensamma verksamhetsinriktning Friidrottens strategi 2025. Strategin beskriver nio prioriterade utvecklingsområden som är vägledande i planeringen av distriktsförbundets uppgifter.

Ett övergripande mål för hela den svenska friidrotten är att växa och att kunna välkomna fler till vår idrott.

Utöver ett antal administrativa och operativa basuppgifter, som är reglerade i Svenska Friidrottsförbundets stadgemall för distriktsförbundet, bygger vår verksamhetsplan på dialoger och möten med företrädare för distriktets föreningar vid bland annat våra traditionella vår- och höstmöten, föreningsmöten, informella kontakter samt från diskussioner i styrelsen och kommittéer.

### **De administrativa basuppgifterna är;**

- Bedriva sin verksamhet i enlighet med SFIF:s stadgar samt enligt dessa stadgar.
- Verkställa SDF-årsmötets beslut.
- Handha friidrotten i distriktet enligt gällande stadgar och bestämmelser, verka för dess utveckling samt i övrigt tillvarata dess intressen.
- Företräda friidrotten i samarbete med myndigheter och organisationer i distriktet.
- Förvalta SDF:s tillgångar.

- Bereda ärenden som ska föreläggas SDF-årsmötet.
- Förelägga SDF-årsmötet förslag till SDF:s verksamhetsplan och ekonomisk plan.
- Avge stadgeenliga rapporter samt tillhandahålla Riksidrottsstyrelsen (RS), Riksidrottsnämnden (RIN), SFIF, RF/SISU-distriktsstyrelse begärda upplysningar och yttrande.
- Bestämma om organisationen av SDF:s kansli samt i förekommande fall anställa SDF:s arbetstagare.
- Föra protokoll och ansvara för SDF:s ekonomi samt sköta övriga löpande ärenden.

### **De operativa basuppgifterna är;**

- Utbildning av tränare och ledare  
Genomföra utbildning av tränare, ledare och funktionärer.  
Informera och stödja föreningar kring utbildningar samt samverka med SFIF, RF/SISU, RIG (Riksidrotts gymnasium) och PC (Prestationscentrum).
- Samarbete och erfarenhetsutbyte  
Organisera möten och nätverk med distriktets föreningar.
- Tävlingar  
Koordinera tävlingskalendern inom distriktet, tilldela distriktssanktioner.  
Svara för att det genomförs DM-tävlingar för alla åldersklasser (ej obligatoriskt).  
Godkänna distriktsrekord.
- Styrning  
Initiera utvecklingsinsatser i enlighet med Svensk Friidrotts verksamhetsinriktning gällande utbildning, tävlingar och organisationsutveckling.  
Föra ut centrala beslut samt informera om centrala koncept.

Distriktsförbundets hemsida [friidrott.se/gotland-stockholm](http://friidrott.se/gotland-stockholm) är vår officiella informationskanal.

# Verksamhetsplan med utgångspunkt från de strategiska utvecklingsområdena

Nedan presenteras 2024 års planerade uppgifter med fokus på utvecklingsinsatser.

## Moderna och konkurrenskraftiga föreningsmiljöer samt service till föreningar

En förutsättning för en växande och välmående friidrott är starka föreningar.

Vi vill finnas till för varje förening som söker stöd i att finna sin roll och utvecklas i denna som en del i den samlade friidrottsmiljön.

### Utbildningar

Vi genomför utbildningar för tränare, ledare och tävlingsfunktionärer enligt svensk friidrotts utbildningsmodell.

Till detta anordnar vi temautbildningar för aktiva och tränare som vi kallar grenskolor och clinics.

För att underlätta för att föreningarna ska utbilda fler tränare och funktionärer genomförs ett antal utbildningar på hemmaplan.

RF-SISU utbildningar bidrar med ett brett utbildningsprogram i distriktet.

### Utbildningsplan, preliminär

#### För aktiva

Mars/april	Grenskola - Sprint
Mars/april	Grenskola - Längd/tresteg
April/ maj	Grenskola - Spjut
Okt/nov	Grenskola - Höjd
Okt/nov	Grenskola - Stav
Okt/nov	Grenskola - Mångkamp
November	Friidrott i gymnastikhall

#### För tränare

Mars/april	Grenskola - Sprint
Mars/april	Grenskola - Längd, tresteg
April/maj	Grenskola - Spjut
17 mars (start)	Friidrott för barn 7-10 år
13 april (start)	Friidrott 10-12 år
13 april (start)	Friidrott 12-14 år
Okt/nov	Grenskola - Höjd
Okt/nov	Grenskola - Stav

Okt/nov	Grenskola - Mångkamp
Okt/nov	Friidrott för barn 7-10 år
Okt/nov	Friidrott 10-12 år
Okt/nov	Friidrott 12-14 år
November	Friidrott i gymnastikhall

#### För tränare och aktiva

April	Clinic - Lång häck
Maj	Clinic - Stafett
Maj	Clinic - OCR
November	Clinic - Vikt
November	Clinic - Hel, stark, skadefri

#### För tävlingsfunktionärer

13-14 januari	Distriktsdomare
13-14 april	Teknisk Ledare
April/maj	Eltid
December	Starter

#### Utbildningarnas genomförande

Friidrott för barn 7-10 år, 2 tillfällen + webbaserade introduktionskurser. Friidrott 10-12 år, 4 tillfällen + webbaserad SISU Grundutbildning (obligatorisk). Friidrott 12-14 år, 4 tillfällen. Grenskola, 3-4 pass x ca 2 timmar. Clinics, 1 pass ca 4 timmar.

#### Samverkan mellan föreningar

Dialog och samarbete är nyckelord för att i utvecklingen av moderna och konkurrenskraftiga föreningsmiljöer.

#### Möten

Med fysiska och digitala möten vill vi förutom att samlas, ge information, bidra till utbyten av erfarenheter över föreningsgränserna samt möjliggöra presentationer av goda exempel. Vi inbjuder till stormöten vår och höst, medverkar i informella kansli- och föreningsmöten.

Erfarenhetsutbyten sker i möten med representanter från friidrottens nio distrikt och vi samverkar med ett antal av Stockholms specialidrottsförbund (Wakip) för att gemensamt påverka och uppvakta politiker och tjänstemän i anläggningsfrågor.

### Anläggningar

Nya arenor och upprustning av befintliga är en förutsättning för friidrottens vidareutveckling. Vi står till förfogande för politiker och tjänstemän i kommuner och erbjuder friidrottsspecifika kunskaper vid nybyggnationer och upprustningar.

När föreningarna önskar medverkar vi i lobbyarbeten och uppvaktningar för att framföra friidrottens anläggningsbehov.

#### Bällsta Friidrottshall

Förberedelserna med den planerade hallen i Bällsta löper på enligt planer. Vi ingår i en referensgrupp för projektet. Gruppen har täta möten och friidrottens intressen tas väl om hand av stadens projektledning.

Våren 2024 förväntas staden fatta ett avgörande sk genomförandebeslut. Byggstart är planerad till ca årsskiftet 2024 och hallen beräknas kunna tas i bruk säsongen 2027/28.

#### Sätra Friidrottshall

Sätra Friidrottshall är viktig för distriktets tränings- och tävlingsverksamheter. Avtalet med staden om att ansvara för hallens verksamhetsdrift löper. Uppdraget innebär flera fördelar och vår ambition är att med hög kvalitet och löpande förbättra hallens innehåll samt hur vi bäst organiserar föreningarnas verksamheter.

Det ekonomiska resultatet för 2023 redovisade ett underskott och påverkar driften 2024. Ett mål är att nå ekonomiskt nollresultat vid årets slut.

Med stadens stöd förbereds under året ny takbelysning i hallen. Dessutom har stadens idrottsförvaltning ännu en

gång uppvaktats i fråga om att finansiera en uppgradering av resultatavlor till ny moderna digitala lösningar enligt storbildsskärm och flera grentavlor.

#### Sätra IP

Distriktsförbundet har i begränsad omfattning medverkat i stadens planering för upprustning av Sätra IP. I brev till stadens idrottsförvaltning har inspel framförts om friidrottens särskilda behov. Vår förhoppning är att etablera mer formell kontakt med staden för att säkerställa att friidrottens behov blir tillgodosedda. Arbetet med upprustningen är planerat att starta i mitten av mars och pågå till och med juli. Detta innebär att arenan inte är tillgänglig under denna period.

Vi planerar därför att i samråd med berörda föreningsverksamheter förlänga öppethållandet i friidrottshallen maj-juli för att överbygga behoven av alternativa träningsmöjligheter under perioden idrottsplatsen upprustas.

### Ökad grad av digitalisering och digital kompetens

Fler digitala lösningar förväntas ge mer tid för distriktsförbundets friidrottsliga uppgifter.

*Distriktet arrangerade i mars regionmästerskapen för Svealand för 13–14-åringar hemma i Sätra Friidrottshall som resulterade i nästan tusen starter. Här har skottet ljudit för F14 1000 m som vanns av Leira Sandvall från Västerås FK (194). Foto: Samantha Wikmark*





### **SFIF digitala lösningar**

Vi fortsätter vidareutvecklingen av vår hemsida under svenska förbundets domän. Övergångar till nya data-program för distriktets ekonomihantering förväntas ge tidsvinster när rutiner och vår digitala kompetens vidareutvecklats. Nästa steg är att underlätta för att nå våra verksamhetsområden genom enhetliga e-postadresser enligt @friidrott.se.

### **Digital försäljning av träningskort**

För att underlätta för föreningarna att boka säsongens träningsverksamheter i Sättra Friidrottshall används en specialdesignad programvara. Ännu återstår en del insatser för att programvarans funktioner ska motsvara behov avseende uppföljningar, kontroller och tidsvinster.

### **Nya och utvecklade tävlings- och arrangemangsformer**

#### **Distriktslag**

Våra distriktslags medverkan i de årliga regionsmästerskapen 13-14 år bygger vänskap över föreningsgränserna och ger minnen för livet. Dialogen med berörda föreningar om antal och storlek på lag/-en, resor, boenden mm fortsätter med distriktsförbundet som projektledning. Årets inomhustävling är förlagd till Södertälje i mars. Arrangör för säsongens utomhustävling är i skrivandets stund inte utsedd, dock förväntas tävlingen genomföras inom vårt distrikt.

*Anm.* I regionstävlingen (Svealand) ingår distriktslagen från Gotland-Stockholm, Södra Svealand och Mitt-Svenska.

#### **Distriktetsmästerskap**

Intresset för deltagandet i distriktetsmästerskapen har länge varierat bland aktiva, tränare och i föreningar. Dialogen

*Spärvägen vann manliga mästerskapsstandaret för 23:e gången. Här representerade med silverlaget i Lag-SM på Sollentunavallen. Stående fr v Jesper Arbinge, Ivar Moisander, Philip Stömne, Oliver Löfqvist, Adam Chiguer (keps), Sidrak Afework, Marvin Tay, Joel Groth, Daniel Ståhl, Tibyasa Matovu och David Thid. Knästående Daniel Gleimar, Emil Danielsson, Oliver Ericsson och Marko Pestic. Liggande Oliwer Danielsson. Foto: Deca Text&Bild*

fortsätter om och hur vi bäst paketerar och genomför DM för de olika ålders- och grenkategorierna.

#### **Årets planerade DM-tävlingar, ev kompletteras**

IVDM	13-14 januari, Sättra, IFK Tumba
IDM 3000m	27 januari, Sollentuna, FK Student.
IDM	10-11 februari, Sättra, Hammarby IF
IUDM 12-17 år	17-18 februari, Sättra, Gotland-Sthlm
DM Stafett	kort och lång stafett, Mälardalens IK
DM Parkstafett	maj, Sollentuna, Turebergs FK
DM OCR	18 maj, Åkersberga, Åkersberga SK
UDM 15-17 år	7-9 juni, Källbrink, Huddinge AIS
UDM 12-14 år	augusti, Trollbäcken, Hanvikens SK
UDM Mångkamp	aug/sept, Åkersberga, Åkersberga SK
DM Terräng	oktober, Gärdet, Turebergs FK, Hässelby SK, Löparnas Vänner

#### **Rättvisa tävlingar**

Behovet av fler och utbildade funktionärer till distriktets omfattande utbud av tävlingar är stort.

Uppgifter från central nivå signalerar att kraven på utbildade tävlingsfunktionärer i tävlingar på nationell nivå inom kort kommer att skärpas.

Saknas formellt utbildade (certifierade) tävlingsfunktionärer på flera av tävlingens funktionärspositioner tilldelas inte sk sanktion.

För att möta förväntade krav vill vi i samverkan

med våra föreningar finna hur vi i första hand får fler av föreningens funktionärer/ledare att delta i distriktets utbildningar för tävlingsfunktionärer.

### Nya och utvecklade tränings- och tävlingsformer *Sommarläger*

Årets sommarläger är planerat att äga rum 17-19 juni. Sommarlägret vänder sig till distriktets 13-14 åringar och avser att tjäna som komplement till föreningarnas egna lägerverksamheter.

Glädje och kamratskap över föreningsgränserna är ledord och förhoppningen är att deltagarna får uppleva minnesvärda friidrottsupplevelser som de i bästa fall bär med sig för livet.

### *Grenskolor och clinics*

Vi inbjuder löpande till grenskolor och clinics med olika teman som främst riktar sig till aktiva i åldrarna 14-17 år samt tränare för dessa åldersgrupper. Vår idé är att komplettera det centrala utbildningsprogrammet med lättillgängliga korta utbildningstillfällen (se utbildningsplanen).

Här ryms även att sprida kunskap bland föreningarna om enkla tränings- och tävlingsformer anpassade för barn upp till 11 år enligt exempelvis tidsbegränsade prova-på-format, lekinslag som stavlängd, hinderbanor samt att följa kravet på att inte publicera officiella resultatlistor före 12 års ålder.

### Vidareutveckla löpningens position

#### *Löpningens ansvarig*

Vi vill i samråd med berörda föreningar undersöka förutsättningarna att utse en löpningens ansvarig inom distriktet som har till uppgift att följa utvecklingen på området inom Svensk Friidrott och eventuellt implementera lämpliga delar inom distriktets verksamheter.

#### *Dialog med tävlingsarrangörer och intresseorganisationer*

Distriktet har vi flera starka arrangörer av tävlings- och motionslopp. Vi vill etablera en djupare dialog med dessa arrangörer för att gemensamt hitta insatser som kan bidra till att vidareutveckla löpningens position.

### Stärkt ledarskap

Ett kompetent, engagerat och jämställt ledarskap är en förutsättning för en attraktiv, växande och välmående friidrott.

Tränare, förtroendevalda och funktionärer behöver bästa möjliga utbildning och stöd. Kunskap, delaktighet, en rimlig arbetsbelastning och att ge och ta är viktiga ledord för att skapa glädje och motivera våra ledare. Styrelsen fördelar distriktsförbundets uppgifter.

Det operativa arbetet utförs i huvudsak av personal, ledare i olika projekt samt i kommittéer. Tydliga uppdragsbeskrivningar som anger uppgifter, mandat, resurser, mål och bemanning ska göra arbetet enklare och mer attraktivt för alla inblandade.



Foto: Decca Text&Bild

Grete Ahlberg var Sverige-etta i slägga med 69.67, representerade Sverige i VM i Budapest och vann sin fjärde SM-titel i grenen.

### *Kommittéer*

*Anläggningskommittén*, anläggningsfrågor • *Distrikts-ungdomskommittén*, ungdomsfrågor • *Elitkommittén*, elitaktivas tränings och tävlingsvardag • *Junior-Ungdomskommittén*, grenskolor, sommarläger, regionsmästerskap • *Tävlingskommittén*, tävlingssanktioner, DM, funktionärsutbildningar • *Utbildningskommittén*, centrala utbildningarna Friidrott för barn 7-10 år, Friidrott 10-12 år, Friidrott 12-14 år samt clinics.

### Blågula framgångar

Våra aktiva med tränare som elitsatsar behöver stödstrukturer och miljöer som ger goda förutsättningar för träning, kompetens, utbildning, stimulans och trygghet.

### *Elitidrottsmiljö Stockholm*

En etablering av en organisationsnivå som ska handha specifika uppgifter för att skapa bästa möjliga förutsättningar för att bedriva elitidrott inom distriktet har påbörjats. Distriktsförbundet medverkar i en samverkansgrupp tillsammans med Svensk Friidrott, RIU Stockholm (Riksidrottsuniversitetet, KTH, GIH) samt Sollentuna kommun i detta arbete.

Distriktsförbundets roll och åtaganden ska tydliggöras och en klar bild ska skapas om hur våra elitaktiva idag upplever sin situation och vilka behov som finns. Kommande steg är bland annat att formulera en handlingsplan och sannolikt att involvera fler aktörer. Dialog och kontakter fortsätter och sker via en styrgrupp med Svensk Friidrotts sportchef som sammankallande.



## GOTLAND - STOCKHOLM

SVENSK FRIIDROTT

All Stripes Sports Club, Allmänna Idrottsklubben, Athletic Club Salt Lake, Atlas Copco Idrottsförening, AXA Sports Club, Boo Idrottsförening Friidrottsklubb, Bravura Sports Club, Bromma Idrottsförening, Brottby Sportklubb, Danderyds SK Friidrottsförening, Duvbo Idrottsklubb, Enebybergs Idrottsförening, Flemingsbergs Sportklubb, Fotrally Idrottsklubb, Framåt Vandringsklubb, Fredrikshofs Friidrottsförening, Friidrotts Klubben Studenterna, Friidrottsföreningen Hässelby SK, Frösunda Mångkampsförening, Fårösunds Gymnastik o Idrottsklubb, Föreningen IKJ Haninge, Glädjeruset Idrottsförening, Gotlands Bro Orienteringsklubb, Gotlands Äventyrsförening, Gudö Sportklubb, Hammarby IF Friidrottsförening, Handelsbanken Idrottsförening, Hanvikens Sportklubb, Hellas Friidrottsklubb, Huddinge Allmänna Idrottsällskap, Idrottsföreningen Linden, Idrottsföreningen Rinkeby Run, Idrottsföreningen Triangeln, Idrottsklubben Tjelvar, IF Friskis&Svettis Haninge, IF Friskis&Svettis Huddinge, IF Friskis&Svettis Järfälla, IF Friskis&Svettis Lidingö, IF Friskis&Svettis Mälaröarna, IF Friskis&Svettis Nynäshamn, IF Friskis&Svettis Sollentuna, IF Friskis&Svettis Stockholm, IF Friskis&Svettis Tyresö, IF Friskis&Svettis Täby, IF Friskis&Svettis Upplands Väsby, IF Friskis&Svettis Visby, IF Friskis&Svettis Åkersberga, IF För Alla Handikappade, IF Linnéa Friidrott, IFK Lidingö Friidrottsklubb, IFK Tumba Friidrottsklubb, Ingarö Idrottsförening, Järfa IF Orienteringsklubb, Keep Up Running Club, Kungsholmen Basketbollklubb, Kungsängen Friidrottsklubb, Ljusterö Idrottsällskap, Löparakademien Idrottsförening, Löparnas vänner Idrottsförening, Munsö Idrottsförening, Muskö Idrottsförening, Mälarhöjdens IK Friidrottsförening, Mälarö SOK, Nacka Värmdö Skidklubb, Norrbacka Handikapp IF, OCR Stockholm Idrottsförening, Orienteringsklubben Ravinen, Orienteringsklubben Södertörn, P18 Idrottsklubb, Parkrun Idrottsförening, Roma Idrottsförening, Runacademy Idrottsförening, Rågsveds Idrottsförening, Saltsjöbadens Idrottsförening, Sports Club OCR, Springtime Sports Club, Spårvägens Friidrottsklubb, Stockholm Fronrunners Idrottsförening, Stockholm Långdistansklubb, Stockholms FTF, Stockholms Studenters Idrottsförening, Stockholms Vandrareförening, Sundbybergs Idrottsklubb, Svaide Roma Skid- och Orienteringsklubb, Sveaskogs Idrottsförening, Team Club Running Stockholm, Team Nordic Trail Sports Club, Team Skavsåret IF Järfälla, Telia Idrott och Fritids Förening, Terrible Tuesdays Athletic Club, Tough Viking Idrottsförening, Tullinge Friidrottsförening, Tullinge Sportklubb, Turebergs Friidrottsklubb, Tyresö Friidrottsklubb, Täby IS Friidrottsklubb, Uptown Runners Club, Vallentuna Friidrottsklubb, Visby IF Gute Friidrottsklubb, Värmdö Idrottsförening, Väsby Idrottsklubb Friidrott, Väsby Skidklubb, Waxholms Orienteringsklubb, Wisby Ultralöparförening, YO Running Club, Åkersberga Sportklubb, Älta Idrottsförening, Ösmo Nynäs Friidrottsklubb, Östergarns Idrottsklubb och Österhaninge Idrottsförening.





**Gotland-Stockholms Friidrottsförbund**  
Sätra Friidrottshall  
Björksätravägen 2 • 127 37 Skärholmen  
org.nr. 802004-5673  
info@08fri.se  
[www.friidrott.se/gotland-stockholm](http://www.friidrott.se/gotland-stockholm)