



# IFK Umeå

# FRIIDROTT

## VERKSAMHETSPLAN 2022

Version 211104

### MÅL

- att alla aktiva medlemmar får en positiv upplevelse av att delta i friidrott och ges möjligheten att utvecklas utifrån egna förutsättningar och ambitioner
- att öka antalet aktiva friidrottare i tonåren och äldre, i synnerhet kvinnliga aktiva, för att skapa förutsättningar för nationellt konkurrenskraftiga representationslag
- att satsa på deltagande i lag- och stafettävlingar för samtliga åldersgrupper
- att hålla en grundbemanning med 10-15 föräldrar, anhöriga och andra intresserade som aktiva ledare och funktionärer.
- att rekrytera minst 100 barn till Sommarfriidrottsskolan
- att verka för tillgång till bättre tränings- och tävlingsanläggningar och träningstider
- att utbilda fler funktionärer, distrikts- och förbundsdomare samt tränare
- att effektivt hålla träningsgrupper kompletta och därmed kontinuerligt fylla vakanser och korta ner kötid
- att delta aktivt i Västerbottens Friidrottsförbund, Svenska Friidrottsförbundet och UC Norrland samt andra friidrotts- och idrottssammanhang
- att verka för återkommande större nationella och internationella friidrottsarrangemang.
- att verka för minst 8000 deltagande i Blodomloppet

### VERKSAMHET I STORT

IFK Umeå friidrott ska kontinuerligt fortsätta att utveckla organisation, ledare- och tränarsituationen för att stödja och styra verksamhet för en bra balans mellan elitidrott, motion och folkhälsa. Ledorden för verksamheten är gemenskap, utbildning och utveckling. Alla aktiva ska få en god friidrottsutbildning med syfte att självständigt kunna ta ansvar för sin träning och tävling.

Verksamheten under 2021 har bidragit till två nya träningsgrupper samt 10 stycken nya äldre barn som har kommit in i Team IFK Ungdom genom Sommarsatsningen. I och med att många nya barn har börjat friidrotta har även antalet föräldratränare ökat med ungefär 15 stycken. Under 2022 behöver vi därför lägga fokus på utbildning och inspirationsdagar för nya tränare. Vi har även under 2021 arrangerat mindre tävlingar (Nestléspelen) med fokus på deltagande istället för prestation. Detta har varit uppskattat och vi planerar att under 2022 göra detta till en regelbunden månadsaktivitet.

Det finns även planer på att försöka samverka med de andra sektionerna i IFK Umeå till en början för att undvika att säsonger, träningsdagar och träningstider krockar med varandra för att gynna barnens möjligheter att vara med på olika typer av idrotter inom IFK.

Vi har tillgång till två anläggningar för friidrott i Umeå. Ingen av dessa är dock optimala för träning och tävling. Noliahallen är numer en gammal anläggning i behov av återkommande renovering och upprustning och är i dagsläget inte godkänd för större tävlingar. Hallen är dessutom överutnyttjad med innebandyträning parallellt med friidrottsträning vilket medför svårigheter. Campus Friidrottsarena är relativt välutrustad men där saknas kapacitet för större arenatävlingar. Under 2022 kommer dialogen med Umeå kommun, Visit Umeå, Akademiska Hus och andra friidrotts- och idrottsaktörer att fortsätta, för att förbättra förutsättningar för träning, tävling och framtida större friidrottsevenemang i Umeå.

Blodomloppet blev ett digitalt lopp även 2021 pga Covid. Ett arrangemang som gick över förväntan och ser nu är planeringen igång för ett fysiskt lopp i maj 2022 i samarbete med Blodcentralen/Region Västerbotten och Blodomloppet nationellt.

IFK Umeå har i samråd med Svenska Friidrottsförbundet sedan tidigare identifierat större arenatävlingar t.o.m. 2025 där det är aktuellt att kandidera. Sedan tidigare står det klart att SM-veckan med lag-SM finalen i friidrott kommer att äga rum i Umeå 2023.

Friidrottssektionens styrelse har inför 2022 identifierat ett antal strategiska insatser som syftar till att utveckla verksamheten i sin helhet:

- Så många fler, så mycket längre. Föreningsidrotten generellt har ett stort problem att många unga slutar alldeles för tidigt. Friidrottssektionen vill vara med och bidra till idrottsglädje för fler och möjlighet att börja en ny idrott.
- Funktionärer och volontärer. En fortsatt framgångsrik verksamhet bygger i stor utsträckning på ett ideellt engagemang som är större än i dagsläget, i ledningsarbetet, vid tävlingar och i träningsverksamheten.
- Ekonomi. Friidrottssektionen har en god ekonomi som i stort har skapats av överskott från större arrangemang. Med nuvarande omfattning är de löpande kostnaderna dock större än de löpande intäkterna. Med ambitionen att fortsätta utveckla verksamheten behöver sådana och även andra intäkter säkras på kort och lång sikt.
- Långlöpning. IFK Umeå har en mycket framgångsrik verksamhet med många långlöpare i nationell elit. Att stärka denna utveckling är en viktig del i en elitsatsning, men också för motionärer och i ett folkhälsoperspektiv.
- Arenafriidrott. Elitsatsningen för juniorer & seniorer fortsätter med ambitionen att skapa en stabil elitförening med representation på samtliga SM.
- Jämställdhet och trygghet. Det är en ständig ambition att sträva efter jämställda förhållanden i alla delar av friidrottens verksamhet. Fler ledare och tränare leder till en tryggare och säkrare miljö för alla aktiva.

## TRÄNINGSGRUPPER

### Grupp Grön födda 2013-2014

- Träning 1 gång per vecka
- Tävlingar på hemorten

### Grupp Röd födda 2013

- Träning 1 gång per vecka
- Tävlingar på hemorten

### Grupp Gul födda 2009-2012

- Träning 2 gånger per vecka
- Tävlingar på hemorten

### Grupp Vit födda 2011-2012

- Träning 2 gånger per vecka
- Tävlingar på hemorten

### Grupp Blå födda 2009-2010

- Träning 2 gånger per vecka
- Tävlingar på hemorten och i distriktet och Norrland

### Grupp Team IFK Umeå Ungdom födda 2008-2006

- Träning 3 gånger per vecka
- Tävlingar på hemorten, i distriktet och Norrland
- Träningsläger inrikes

### Team IFK Umeå

- Grenspecifik träning måndag-fredag på våra träningstider och de tider som FIG disponerar
- Träningsläger
- Kontrakt med tävlingsbidrag för juniorer och seniorer på elitnivå
- Tävlingar på hemorten, i distriktet, Norrland, nationellt och internationellt
- Tävlingsdeltagande i lag-SM eller annan lagtävling för kvinnor och män
- Tävlingsdeltagande i SM, JSM, USM, NLM, SDM, JDM, UDM, terräng-SM samt andra tävlingar.

## MOTIONSLÖPNING

Ledarledd träning 1 gång/vecka på torsdagar inomhus på Nolia friidrottshall under vinterhalvåret och utomhus på Campus / Gammlia under sommarhalvåret. Inför Blodomloppet planeras för öppna Löparkvällar för alla motionärer. Gruppvis träning utomhus på lördagar.

## EGNA TÄVLINGSARRANGEMANG

### Mål

- att alla arrangemang ska uppskattas positivt av deltagare, publik, media och funktionärer
- att det ska finnas tillräckligt med funktionärer som också är utbildade för och trygga med sin uppgift
- att samtliga större arrangemang ska ge ett ekonomiskt överskott och att de mindre ska bära sina egna kostnader
- att planera för större nationell eller internationell arenatävling kommande år
- att organisera och arrangera nya arrangemang

### Inomhusarrangemang

- Löparnas kväll
- ISDM
- Björkspelen
- PRK och andra mindre kvällstävlingar

### Utomhusarrangemang

- Blodomloppet
- Kasttävlingar i maj-juni och Castorama i september
- PRK och andra mindre kvällstävlingar
- Brorundan
- Björkspelen, senior-DM
- Sommarmilen
- Skärgårdsloppet
- Umemilen (nationellt sanktionerat långlopp)
- Höstfemman
- Santa Run
- Umeå Öppna kommunmästerskap, ungdoms-DM (halva grenprogrammet)