

VERKSAMHETSBERÄTTELSE  
MITTSVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET  
2023



MITTSVENSKA  
SVENSK FRIIDROTT

## Ordförande har ordet

År 2 för Mittsvenska Friidrottsförbundet - de fyra gamla distrikten Uppland, Gästrikland, Hälsingland och Dalarna.

Vi strävar fortfarande sakta framåt, prioriterar våra gemensamma tävlingar och utbildning.

Har fortsatt haft svårt att få arrangörer för DM på arena och regionsmästerskap.

Under sex månader hade vi en anställd som framförallt skötte om vår kommunikation på hemsida och med föreningar. Hon ansvarade även för Regionslaget som i år var gemensamt och med i Svealandsmästerskap.

Utbildning har genomförts för tränare 7-10 år, 10-12 år, distriktsdomare och distriktsstarters. Två läger i Falun dels breddläger och kastutbildning.

Årets verksamhetsberättelse är något förenklad med hänvisning till nätet.

Leif-Göran Mosell

Ordförande

Mittsvenska Friidrottsförbundet

## Innehåll

1. Föredragningslista .....	3
2. Röstlängd .....	4
3. Styrelsens berättelse .....	5
3.1 Verksamheten - styrelsens arbete .....	6
3.3 Representation .....	8
3.5 Utbildning och läger .....	9
3.6 Tävlingsverksamhet .....	10
3.6.1 DM-tävlingar .....	10
3.6.2 Landslag .....	11
EYOF, Maribor, SLO, 23–29 juli 2023 .....	12
Ungdomsfinnkampen 2–3 september 2023 .....	13
Nordenkampen (SWE-FIN-NOR-DEN/ISL inomhus), Karlstad 12 februari 2023 .....	13
3.6.3 SM-tävlingar seniorer .....	14
3.6.4 SM-tävlingar för juniorer och ungdomar .....	16
3.6.5 Regionsmästerskapen 13–14 år i Svealand .....	19
3.6.6 Kraftmätningen 15–17 år .....	21
3.6.7 Veteranfriidrott .....	22
3.6.8 Parafriidrott .....	28
4. Förvaltningsberättelse	
Balans- och resultatrapport Mittsvenska Friidrottsförbundet .....	30
Kommentarer till bokslut .....	34
5. Verksamhetsplan 2024 för Mittsvenska Friidrottsförbundet .....	35
6. Styrelseledamöter .....	36
Presidierna .....	36

## 1. Föredragningslista

Föredragningslista vid Mittsvenska Friidrottsförbundets 3:e årsmöte den 17 Mars kl. 11:00 i Gävle med möjlighet att delta digitalt via Microsoft Teams.

SDF:s öppnande.

1. Fastställande av röstlängd för mötet på grundval av det röstlängd underlag som SFIF har upprättat för SDF.
2. Val av mötesordförande.
3. Val av protokollsekreterare.
4. Val av två protokolljusterare att jämte mötesordföranden justera mötets protokoll.
5. Val av två rösträknare.
6. Fråga om kallelse till mötet har skett i den ordning 2 kap. 1 § föreskriver.
7. Fastställande av föredragningslista för mötet samt i förekommande fall fastställande av arbetsordning för mötet.
8. Styrelsens verksamhetsberättelse med årsredovisning (årsbokslut).
9. Revisorernas berättelser.
10. Fråga om styrelsens ansvarsfrihet.
11. Styrelsens förslag samt inkomna motioner.
12. Styrelsens förslag till verksamhetsplan med ekonomisk plan för innevarande verksamhetsår.
13. Fastställande av eventuell årsavgift/serviceavgift för föreningarna till SDF för kommande verksamhetsår.
14. Val av SDF-ordförande, tillika SDF-styrelsens ordförande, för en tid av ett år.
15. Val av halva antalet övriga styrelseledamöter för en tid av två år.
16. Val av en revisor med personlig suppleant med uppgift att granska verksamhet, räkenskaper och förvaltning inom förbundet för en tid av ett år.
17. Val av ordförande (på ett år) och halva antalet övriga ledamöter (på två år) i valberedningen.
18. Beslut om val av ombud och erforderligt antal ersättare till SFIF:s förbundsårsmöte, varvid båda könen ska vara representerade.
19. Beslut om val av ombud och erforderligt antal ersättare till berört RF/SISU-distriktens stämma.

Beslut i fråga av större ekonomisk eller annan väsentlig betydelse för SDF eller dess föreningar får inte fattas om den inte finns med i kallelsen till SDF-årsmötet.

## 2. Röstlängd

Röstlängd vid Mittsvenska Friidrottsförbundets årsmöte den 17 mars 2024.  
(Inom parentes, antal SM-poäng.)

---

### Förening med 5 röster

Uppsala IF Friidrott (40,5)

---

### Förening med 3 röster

Falu Idrottsklubb (5,25)

Gefle IF Friidrottsförening (6,5)

---

### Förening med 2 röster

Alunda Sportklubb (0,25)

BAUHAUS Sportklubb (1)

Bollnäs Friidrottsklubb (0,5)

Bälinge Idrottsförening (1)

Enköpings Allmänna IF (1)

Föreningen Bålsta Idrottskamrater  
(0,5)

Hemlingby Löparklubb (1)

Idrottsföreningen Mantra Sport (2)

IFK Mora Friidrottsklubb (1)

IFK Märsta (0,25)

Kvarnsvedens Golf Friidrott (1,75)

Löparklubben Roslagen (2)

Ockelbo Skidklubb (2)

Rehns Bandyklubb (0,75)

Rånäs 4 H (0,5)

Strands Idrottsförening (4)

Sätters IF Friidrottsklubb (0,5)

---

### Förening med 1 röst

AB Karl Hedin Idrottsförening

Arlanda-Märsta Skidklubb

Avesta Orienteringsklubb

Björklinge Skid- o Orienteringsklubb

Borlänge Löparklubb

Börje Sportklubb

CK Uven

Dala-Floda Idrottsförening

Dala-Järna Idrottsklubb

Dalaportens Orienteringslöpare

Dalregementets Idrottsförening

Delsbo Idrottsförening

Djurmo Sifferbo IF

Domnarvets Gymnastik o

Idrottsförening

Edsbyns IF Friidrott

Estuna Idrottsförening

Föreningen Uppsala Maraton

Föreningen Östhammar Friidrott

Gagnefs Idrottsförening

Galderma:s Fritidsförening

Gesunda Motionsklubb

Gottsunda Idrottsförening

Gustafs Gymnastik o Idrottsförening

Gävle Orienteringsklubb

Gävle Skidkamrater

Hagunda Idrottsförening

Heby Allmänna Idrottsförening

Hedemora Friidrottsklubb

Hedesunda Idrottsförening

Hofors Allmänna IF

Hulåns Idrottsförening

Hunflens Löparsällskap

Högbo Allmänna Idrottsklubb

Högbo Gymnastik och

Idrottsförening

Idrottsföreningen Enköping OCR

Idrottsföreningen Nornan

Idrottsföreningen Skade

Idrottsföreningen Thor

Idrottsföreningen Träningslust i

Roslagen

Idrottsklubben Jarl Rättvik

Idrottsklubben Stål

Idrottsmottagningen SportsClub

IF Friskis&Svettis Borlänge

IF Friskis&Svettis Enköping

IF Friskis&Svettis Falun

IF Friskis&Svettis Gävle

IF Friskis&Svettis Hudiksvall

IF Friskis&Svettis Knivsta

IF Friskis&Svettis Leksand

IF Friskis&Svettis Mora

IF Friskis&Svettis Norrtälje

IF Friskis&Svettis Sandviken

IF Friskis&Svettis Sälen

IF Friskis&Svettis Uppsala

IF Friskis&Svettis Östhammar

IFK Bergvik

IFK Mora Orienteringsklubb

Iggesunds Sportklubb

IK Heros Friidrottsklubb

IK Rex

Ím a runner Idrottsförening

Järlåsa Idrottsförening

Järvsö Idrottsförening

KFUM Uppsala Survival IF

Knutby Idrottsförening

Korsnäs Idrottsförening

Källbottens Idrottsklubb

Leksands Friidrottsklubb

Ljusdal Runningclub

Loos Idrottsförening

Ludvika Förening För Idrott

Långhundra Idrottsförening

Malungs Idrottsförening

Malungs OK Skogsmårdarna

Malungs Skid och Friidrottsklubb

Militum Challenge Idrottsförening

Månkarbo Idrottsförening

Orienteringsklubben Linné

Orienteringsklubben Rodhen

Orsa Skidklubb

Perbellum Sportsällskap

Qvarnsveden Triathlonklubb

Roslagsbro Idrottsförening

Selja-Långlets IK

Sigtuna Orienteringsklubb

Siljansnäs Skid & Löparklubb

Skuttunge Sportklubb

Skyttorps Idrottsförening

Springresor Hälsingland IF

Stora Skedvi IK SOFF

Storviks Idrottsförening

Storvreta Idrottsklubb

Sundborns Gymnastik O IF

Sweden Runners Idrottsförening

Sågmyra Skidklubb

Sälens Idrottsförening

Söderby-Karls Idrottsförening

Söderhamns Idrottsförening

Telia Idrott och Fritid i Uppsala

Thim Walking Club

Tierps Idrottsförening

Ultras Uppsala Löparsällskap

Ununge Idrottsförening

Uppsala Life Idrottsförening

Uppsala Löparklubb

Valbo Allmänna Idrottsförening

Vallsta Skidklubb

Valö Idrottsklubb

Venjans Allmänna Idrottsklubb

Årsunda Idrottsförening

Ängebo Idrottsklubb

Äppelbo Allmänna Idrottsklubb

Örbyhus Idrottsförening

Östervåla Idrottsförening

---

Totalt antal röster:160



**Anm. gällande rösträtten:** Medlemsföreningar i Svenska Friidrottsförbundet tillhörande det Mittsvenska Friidrottsförbundet äger rösträtt vid Mittsvenska FIF:s årsmöte 2024. Av SDF-stadgar 2 kap 4 § framgår att:

Rösträtten vid SDF-årsmöte bestäms genom röstlängd underlag som har upprättats av Svenska Friidrottsförbundet. Röstlängd Underlaget upptar de föreningar som senast den 31 december har fullgjort sina stadgeenliga förpliktelser mot SFIF och de förpliktelser som har bestämts av SDF-årsmötet. Röstlängd Underlaget gäller oförändrat till dess nytt underlag tillställts SDF.

Varje röstberättigad förening har en röst. Därutöver erhåller de föreningar som enligt 3 kap. 2 § i SFIF:s stadgar uppnått SM-poäng tilläggs röster enligt följande: de tio föreningar som har det högsta poängtalet får fyra tilläggs röster, de därpå följande tio får tre tilläggs röster, de därpå följande tio får två tilläggs röster och övriga en tilläggs röst.

Föreningens röstetal får inte överstiga 1/3 av antalet röstberättigade vid SDF-årsmötet. Förening ska inge fullmakt för ombud. Endast ombud har rösträtt. Varje ombud har en röst. Rösträtten får inte överlåtas.

### 3. Styrelsens berättelse

#### Styrelsen

Styrelsen har efter distriktsårsmötet den 23 april 2023 haft följande sammansättning:

Ordförande	Leif-Göran Mosell
Vice ordförande	Christina Ridderstråle
Sekreterare	Jenny Eriksson
Kassör	vakant
Övriga ledamöter	Annica Hjorth, Ann-Sofie Lundblad, Josefin Häggblom och Mats Åkerlind.

#### Valberedning

Sammanställande	Madeleine Lahti
Övriga	Karl-Olov Jansson och Erik-Åke Tranberg. (Två poster vakanta.)

#### Revisorer

Ordinarie	Leif Thunman (from augusti 2023, dessförinnan vakant)
Suppleant	vakant

#### Övrigt

Kansli	Bengt Göransson
Föreningsansvarig	Ida Rydén (1 mars - 31 augusti, 50%)
Utbildningssamordnare	Fredrik Möllerström (arvoderad)

### **3.1 Verksamheten - styrelsens arbete**

#### **Möten**

Styrelsen har sedan årsmötet den 23 april 2023 sammanträtt i beslutförande möten vid 15 tillfällen (inräknat det konstituerande mötet). Samtliga möten har varit digitala videomöten, förutom ett längre möte som hölls fysiskt på plats i Gävle i november. Utöver protokollförda möten har styrelsen i olika konstellationer haft arbetsmöten kopplat till olika aktiviteter och verksamhetsområden.

Den 1 oktober 2023 hölls Mittsvenskas höstmöte där föreningsledare och distrikt representanter var inbjudna. Mötet hölls i Gävle, med möjlighet att delta digitalt. Sammanlagt deltog 14 personer och 10 föreningar var representerade. På dagordningen stod, precis som föregående år, tävling, utbildning och kommunikation med möjlighet till diskussioner och erfarenhetsutbyte mellan deltagarna. Vid mötet deltog även SFIF:s Anders Svanholm (styrelseledamot i SFIF och tillika Mittsvenskas kontaktperson) som bland annat informerade om pågående utvärdering av den nya distriktsorganisationen, status på återremisser från förbunds årsmötet 2023, info inför förbunds årsmötet 2024, den nya utbildningsplattformen, svensk friidrotts ledarsatsning 2023–2024 och veteran-VM i Göteborg augusti 2024.

I samband med höstmötet hölls även ett extra årsmöte för att behandla punkter som återremitterats från det ordinarie årsmötet i april.

#### **Löpande arbete**

Distrikts Sammanslagningen av de fyra tidigare distrikten Dalarna, Gästrikland, Hälsingland och Uppland har även under 2023 färgat styrelsens arbete. Arbetet med att föra samman de fyra tidigare distriktens ekonomier har fortsatt varit en utmaning. Avsaknad av en kassör under året samt avsaknad av revisor under första halvåret har inte underlättat arbetet med detta.

#### **Årsrapporten**

Mittsvenska är ett stort distrikt, inte bara geografiskt utan även sett till antal föreningar och den verksamhet som bedrivs. Under året har vi fortsatt arbetet med att försöka få en samlad bild av den verksamhet vi har runt om i distriktet och vilka förutsättningar och behov som föreligger. Årsrapporten som Svensk Friidrott lanserade i början av 2022 och som genomförs årligen är en viktig del i detta arbete. Årsrapporten syftar till att skapa översikt av hur Svensk Friidrotts föreningar bedriver sin verksamhet, vilka möjligheter och utmaningar som finns samt identifiera områden för utveckling. Årsrapporten utgör vidare ett viktigt underlag för svensk friidrotts gemensamma utvecklingsarbete mot strategi 2025. Årsrapporten var öppen för föreningarna att fylla i från mitten av januari till slutet av februari. Eftersom informationen som efterfrågas i årsrapporten inte kan nås på annat sätt än att föreningarna delar med sig av den är det viktigt att alla föreningar svarar. Sammanlagt skickade bara 58 mittsvenska föreningar in årsrapporten vilket motsvarar ungefär 44 % procent svarsfrekvens. Bland våra LOK-stödföreningar var andelen högre.



Kommunikation- Ida bidrog till att vi fick gång kommunikationen på hemsida och sociala medier. Hon bidrog även mycket till föreningensavdelningens arbete kopplat till just detta.

## **Tävling**

Styrelsen har under verksamhetsåret verkat för att flera DM arrangerats i distriktet under utomhussäsongen. För Mittsvenska som, geografiskt sett, är ett relativt stort distrikt innebär det vissa utmaningar eftersom det kan innebära långa resor till och från distriktets gemensamma tävlingar och aktiviteter. Vår ambition har dock varit, i den mån det är möjligt, att försöka sprida de olika DM-tävlingarna runt om i distriktet. Vår förhoppning är att spridning av de olika DM-tävlingarna geografiskt och på olika föreningar kan resultera i ökad samverkan och gemensam ansvarskänsla för DM-arrangemangen. En målsättning är också, såväl från SFIF som distriktets sida, att höja statusen på DM-tävlingar så att de ska bli mer attraktiva att delta vid.

## **Distriktsrekord och distrikts statistik**

Under 2023 har vi inte haft möjlighet att uppdatera distriktsrekorden. Övrig statistik finns på friidrottsstatistik.se

## **Para Friidrott**

Under 2023 har vi bland annat varit med och stöttat Mälarserien. Vår målsättning för 2023 var att bilda kommitté för para vilket inte lyckas med. Basuppdrag enligt stadgarna är att vi ska samverka med Prestationscenter - PC Para ligger i Bollnäs, dvs. i vårt distrikt, vilket har gjorts i samtal men inte lika mycket i praktiken.

## **Gång- och vandring**

Gång och vandring inkluderas i Svensk Friidrott.

Via Siv Karlström kom vi igång att ställa frågor om intresse för att vara domare i gång, vi har fått några intresserade som kommer gå utbildning under 2024.

## **OCR, Ultra och trail**

Vi får upprepa förra årets ord *“påbörja implementering av OCR, Ultra och trail på distriktsnivå”*.

## **Veteran**

Vi hade som mål att bilda veterankommitté, vi har idag fyra ombud som deltar i olika aktiviteter. Ingen kommitté är bildad.

Viktig uppgift under nästa år för ombuden blir att sprida information om veteranfriidrott och veteran-VM 2024 i Göteborg.

## **Ungdom**

Med hjälp av Ludvig Fredman, IFK Märstas och SFIF:s ungdomskommittés initiativ ser vi möjlighet att starta upp en ungdomskommitté 2024.



### 3.3 Representation

Mittsvenska friidrottsförbundet har under året varit representerade vid olika mötesform, konferenser och sammankomster.

#### Representation vid årsmöten, konferenser mm.

Mittsvenska Friidrottsförbundet har vid centrala organs årsmöten och konferenser representerats av följande ombud enligt följande:

<b>Forum</b>	<b>Deltagare</b>
SFIF förbundsårsmöte, 26 mars 2023, digitalt.	Leif-Göran Mosell, Conny Eklund, Jenny Eriksson, Catja Fredman, Josefin Häggblom, Anders Kindmark, Anna Lindfors, Christina Ridderstråle, Erik-Åke Tranberg och Mats Åkerlind. (Samtliga med rösträtt.)
Föreningsavdelningens planeringsdagar 18–19 oktober, Stockholm	
SFIF:s höstkonferens, 11–12 november, Solna.	Leif-Göran Mosell och Mats Åkerlind
Utvecklingshelg Parafriidrott 17–19 november, Bollnäs	Inga deltagare
RF-SISU Gävleborg, SDF-konferens, 8–9 december, Gävle	Leif-Göran Mosell

Under året har även träffar med distriktets ordförande hållits under ledning av Johan Storåkers, där Leif-Göran deltagit från Mittsvenska.

Vid SFIF:s föreningsavdelningens månatliga möten har Ida Rydén varit Mittsvenskas representant (mars-augusti) i egenskap av "Föreningsansvarig" i distriktet.

Representanter från styrelsen har även under året deltagit i andra forum/sammanhang där distrikten varit inbjudna.

#### Representation i överordnade förbund

Mats Åkerlind, Utmärkelsekommittén, SFIF.

Leif-Göran Mosell, Lekmannarevisor, SFIF.

#### Representation vid tävlingar (distriktsledare)

Vid Svealandsmästerskapen inomhus i Stockholm var Annica Hjorth (Mittsvenska FIF/Säters IF), Krikor Krekorian (Uppsala IF), Ida Rydén (Mittsvenska FIF/Sälens IF) lagledare för det mittsvenska laget.

Vid Svealandsmästerskapen utomhus i Märsta var Annica Hjorth (Mittsvenska FIF/Säters IF), Anna-Karin Gunnarsson, Alunda SK, Jenny Axelsson Gefle IF lagledare för det mittsvenska laget. Samordnare var Ida Rydén (Mittsvenska FIF/Sälens IF).

### 3.5 Utbildning och läger

För att genomföra utbildning av ledare, tränare, distriktsdomare mm på lokal nivå erbjuder Mittsvenska Friidrottsförbundet en rad utbildningar under året. Vilka utbildningar som ska erbjuds under året fastställs i en verksamhetsplan i början av året som sedan följs upp efter årets slut. Redovisning av plan och uppföljning skickas in till SFIF.

Under 2023 har följande utbildningar genomförts (inom parentes deltagarantalet angivet):

- Friidrott 7–10 år, Bollnäs, apr (14 st.)
- Friidrott 7–10 år, Falun, apr (21 st.)
- Friidrott 7–10 år, Bålsta, sept. (15 st.)
- Friidrott 10–12 år, Bollnäs, apr-juni (9 st.)

Precis som föregående år har Mittsvenska under verksamhetsåret haft brist på utbildare och behovet av att utbilda ytterligare utbildare bedöms fortsatt vara mycket stort. Detta gäller särskilt friidrott 10–12 år och 12–14 år. Svensk Friidrott bjöd under hösten in till en stor utbildarhelg, men att antalet anmälda tyvärr var få och endast fåtalet utbildarutbildningar genomfördes.

Utöver ovanstående utbildningar har bredd- och kastläger arrangerats i det mittsvenska distriktet. Under breddlägren varvas teori, träning och sociala aktiviteter.

Under hösten genomfördes två läger i Falun. Dels ett breddläger för ungdomar födda 2005–2010 den 7–8 oktober (52 deltagare), dels ett kastläger för aktiva i åldern 12–16 år den 21–22 oktober (34 deltagare). I anslutning till kastlägret hölls även en kastutbildning i spjut och kula för ungdoms- och juniortränare (22 deltagare). Inbjudan till kastlägret/-utbildningen gick ut brett och välkomnade även deltagare utanför det mittsvenska distriktet. (I samband med breddlägret i Falun informerades även om friidrottsgymnasiet i Falun).

Planen var även att ett breddläger i Uppsala för ungdomar i åldrarna 12–14 år skulle anordnas i Uppsala i maj 2023. Tyvärr ställdes det in.

Under året har även en distriktsdomarutbildning (12 deltagare) och en starterutbildning (5 deltagare) genomförts i Märsta i september 2023.

### 3.6 Tävlingsverksamhet

Utöver alla de tävlingar som arrangerats med distrikts- eller central sanktion har det anordnats ett par större mästerskap inom det Mittsvenska distriktet. Inomhus-SM för veteraner arrangerades av Upsala IF den 10–12 mars i Uppsala. Friidrotts-SM arrangerades i Söderhamn 28–30 juli. Världseliten i stavhopp gästade Uppsala i början av februari när Upsala IF arrangerade Beijer Stavhoppsgala, en internationell tävling sanktionerad av det internationella friidrottsförbundet World Athletics. Under året har även en rad distriktsmästerskap genomförts i det Mittsvenska distriktet.

Att det under året erbjudits många och bra tävlingsmöjligheter märks bland våra mittsvenska friidrottare som framgångsrikt har tävlat på olika nivåer och i olika sammanhang. Det har presterats mängder av fina resultat och rekord, både individuellt och i lag. I redovisningen som följer lyfter vi exempel på prestationer i olika mästerskapssammanhang.

Mittsvenska Friidrotts Distriktet redovisade totalt 71,25 poäng insamlade på samtliga SM, JSM och USM under 2023. Poängen innebär nio ombudsplatser på Svenska Friidrottsförbundets årsmöte 2024 (jfr SFIF:s stadgar 3 kap. 2 §).

#### 3.6.1 DM-tävlingar

Under året arrangerades flera DM-tävlingar inom det Mittsvenska distriktet. Inomhus-DM i Gävle och Arena-DM utomhus i Märsta arrangerades som ett samarrangemang mellan distriktets deltagande föreningar. Övriga DM arrangeras av enskilda medlemsföreningar på uppdrag av Mittsvenska, ibland inom ramen för andra tävlingar.

Följande DM arrangeras under 2023 inom Mittsvenska.

Datum	DM	Plats; Förening (Tävling)
11–12 februari	IDM Mittsvenska	Gavlehovshallen, Gävle; samarrangemang deltagande föreningar
29 april	DM 10 km landsväg	Bålsta; Bålsta IK (Bålsta Stadslopp)
6 maj	DM i halvmaraton	Säter; Sätters IF Friidrott (Sätermaran)
8–9 juli	VDM /Para DM arena	Bollnäs; Bollnäs FIK (Fortumspelen)
5–6 augusti	DM arena för ungdomar, juniorer och seniorer	Midgårdsvallen, Märsta; samarrangemang deltagande föreningar
9 september	VDM vikt	Bollnäs; Bollnäs FIK (Team Sportia Höstspel)
2 okt	DM 10 000m bana	Uppsala Friidrottsarena; IF Mantra Sport.
8 oktober	Öppna Terräng-DM	Rimbo; LK Roslagen.
28 oktober	DM i maraton	Uppsala; Föreningen Uppsala Marathon (Uppsala Marathon)

Övriga inplanerade DM (mångkamp, stafett, 5000m, 3000m och 2000m) ställdes in.



### **3.6.2 Landslag**

Under året har flera friidrottare från mittsvenska föreningar blivit uttagna att tävla för det svenska landslaget vid internationellt mästerskap och/eller landskamp.

#### **3.6.2.1 Senior Arena**

##### **Nordiska mästerskapen, Köpenhamn, DEN, 27–28 maj 2023**

100m Simon Plesse Upsala IF, Viktor Thor Strands IF, William Thor Strands IF

400m Alexander Nyström Rehns BK

800m Erik Martinsson Upsala IF

Höjd Louise Ekman Gefle IF

Tresteg Kajsa Lindqvist Upsala IF

Kula Victoria Ekman Upsala IF

Slägga Kajsa Wennberg Upsala IF

##### **NM Mångkamp, Borås, 10-11 Juni 2023**

Andreas Gustafsson Upsala IF

Alma Uhlin Falu IK

Justina Esangbedo Kvarnsvedens GOIF

Tiffanie Magnusson Upsala IF

##### **Lag-EM Division 1, Silesia, POL, 23-25 juni 2023**

100m, 200m, 4x100m Desmond Rogo Upsala IF

4x100m Zion Eriksson Upsala IF

Diskus Caisa-Marie Lindfors Upsala IF

##### **VM, Budapest, HUN, 19-27 augusti 2023**

Stav Armand Duplantis Upsala IF

Diskus Caisa-Marie Lindfors Upsala IF

##### **Sverige–Finland ("Finnkampen"), Stockholms Stadion 2–3 september 2023**

100m, 4x100m Simon Plesse Upsala IF, Villiam Thor Strands IF

Stav Armand Duplantis Upsala IF

Trekamp Andreas Gustafsson Upsala IF

10 km väg Carolina Wikström Upsala IF

400mh Ebba Svantesson Upsala IF



Höjd Louise Ekman Gefle IF

Diskus Caisa-Marie Lindfors Upsala IF

### **3.6.2.2 Junior & Ungdom arena**

#### **European Throwing Cup, Leiria, POR, 11-12 mars 2023**

Kula Victoria Wickman 03 Upsala IF U23

Diskus Molly Broback 01 Upsala IF U23

Slägga Hugo Sörby 01 Upsala IF U23

#### **Junior-EM U23, Esbo, FIN 13–16 juli 2023**

M22 4x100m Alexander Nyström Rehns BK

K22 400m Tyra Landin Upsala IF

K22 Kula Victoria Wickman Upsala IF

K22 Diskus Molly Broback Upsala IF

K22 Slägga Emma Holmgren Löf Upsala IF

#### **Nordiska juniorkampen (19 år), Oslo 22–23 juli 2023**

P19 Längd Kristoffer Andersson Falu IK

P19 Diskus Adam Hellbom Falu IK

P19 Slägga Adam Hellbom Falu IK

P19 Slägga Gustav Rydåker Upsala IF

F19 1500m Elsa Sundqvist Upsala IF

F19 3000m Elsa Sundqvist Upsala IF

F19 3000mh Lowa Branth Upsala IF

F19 Slägga Saga Berg Upsala IF

#### **EYOF, Maribor, SLO, 23–29 juli 2023**

P17 2000mh Noa Steiner Upsala IF

P17 Kula Ludvig Fredman IFK Märsta

P17 Diskus Ludvig Fredman IFK Märsta

F17 Slägga Patricia Kamga Upsala IF

### **Junior-EM U20, Jerusalem, ISR, 7 augusti – 10 augusti 2023**

P19 Diskus Adam Hellbom Falu IK  
P19 Slägga Adam Hellbom Falu IK  
F19 3000m Elsa Sundqvist Upsala IF  
F19 3000mh Lowa Branth Upsala IF  
F19 Slägga Saga Berg Upsala IF

### **Ungdomsfinnkampen 2–3 september 2023**

P17 2000mh Noa Steiner Upsala IF  
P17 Kula Lowe Wängelin Upsala IF  
P17 Diskus Ludvig Fredman IFK Märsta  
P17 Spjut Benjamin Bodin Sätters IF  
F17 Slägga Patricia Kamga Upsala IF

#### **3.6.2.3 Inomhus**

### **Nordenkampen (SWE-FIN-NOR-DEN/ISL inomhus), Karlstad 12 februari 2023**

200m Desmond Rogo Upsala IF  
Höjd Louise Ekman Gefle IF

#### **3.6.2.4 Landsväg & terräng**

### **VM halvmaraton, 5 km & 1 mile, Riga, LAT 30 sep-1 okt 2023**

Halvmaraton Carolina Wikström Upsala IF

### **NM-JNM terräng, Reykjavik, ISL, 5 november**

F19 Elsa Sundqvist Upsala IF

### **EM-JEM terräng, Bryssel, BEL, 10 december**

F19 Elsa Sundqvist Upsala IF

### 3.6.2.5 Ultra- och traillöpning

#### VM Trail & bergslöpning, Innsbruck, AUT 6-10 juni 2023

M 44,6K Petter Engdahl Domnarvets GOIF

K Up and down Tove Alexandersson Falu IK

#### VM 24 timmar, Taiwan, 1–2 december 2023

M Erik Olofsson IF Mantra Sport

### 3.6.3 SM-tävlingar seniorer

**ISM mångkamp, 4–5 februari 2023, Telekonsult arena, Växjö.** På herrsidan var Andreas Gustafsson och Gustaf Rydåker, båda Upsala IF, på plats och konkurrerade om mästerskapsplaceringar i herrarnas sjukamp. I kvinnornas femkamp tävlade Ebba Hedberg, Kvarnsvedens GoIF. Det blev inga pallplatser än mycket fina prestationer.

**ISM, 17–19 februari 2023, Athleticum, Malmö.** På plats fanns 26 tävlande från fyra olika mittsvenska föreningar. Sammanlagt vann de sju medaljer, varav ett guld, ett silver och fem brons.

#### Guld

KS	Höjd	Louise Ekman, Gefle IF	1.84	ISM
----	------	------------------------	------	-----

#### Silver

KS	800m	Klara Helander, Upsala IF	54.80	ISM
----	------	---------------------------	-------	-----

#### Brons

MS	60m	Viktor Thor, Strands IF	6.82	ISM
----	-----	-------------------------	------	-----

MS	200m	Desmond Rogo, Upsala IF	21.85	ISM
----	------	-------------------------	-------	-----

MS	800m	Erik Martinsson, Upsala IF	1:50.89	ISM
----	------	----------------------------	---------	-----

MS	Höjd	Oskar Lundqvist, Upsala IF	2.00	ISM
----	------	----------------------------	------	-----

KS	Vikt	Linnea Jönsson, Upsala IF	19.27	ISM
----	------	---------------------------	-------	-----

**SM 10km, 23 april 2023, Sandskogen, Ystad.** I SM-milen var tre mittsvenska föreningar representerade fördelat på två tävlande i M 10km och tre tävlande i K 10km. Karolina Wikström vann kvinnornas 10km på tiden 33:31.

**SM 24-timmarslöpning, 29–30 april, Växjö** I SM-24 timmars kom Erik Olofsson IF Mantra sport på en silverplats med resultatet 260 038 avverkade meter.

**SM 100 km, 13 maj 2023, Bro Park Galoppbana, Bålsta.** Mästerskapet som i år gick av stapeln i det Mittsvenska distriktet arrangerades av Bålsta IK. Fem manliga löpare från fyra olika mittsvenska föreningar ställde upp. Inga medaljer.

**SM trail kort 33 km & lång 80km, 17 juni 2023, Stockholm.** I år arrangerades både lång och kort trail vid samma tillfälle. Från det mittsvenska distriktet fanns sammanlagt 16 tävlande från 11 olika mittsvenska föreningar. Johan Lantz, Ockelbo SK vann



herrarnas 80 km på tiden 6:08:12. Louise Jernberg, IF Mantra Sport vann K 33 km med tiden 2:40:45.

**SM-maraton, 3 juni 2023, Stockholm.** Tävlningen arrangerades i samband med Stockholm Marathon. Från det mittsvenska distriktet tävlade fyra löpare i SM, alla från olika föreningar.

**SM-halvmaraton, 7 juli 2023, Scandinavian Raceway, Anderstorp.** I herrklassen ställde tre löpare från mittsvenska föreningar upp och i damklassen fem löpare. Tillsammans representerar de fem olika mittsvenska föreningar. Carolina Wikström, Upsala IF sprang i mål på 1:15:17 vilket räckte till ett guld.

**Lag-SM, 8 juli 2023, Sollentunavallen, Sollentuna.** Under finalen i lag-SM ställde Upsala IF upp med lag i både herr- och damtävlingen. Damlaget slutade fyra i sin tävling och herrlaget femma. Armand Duplantis satte mästerskapsrekord i stavhopp med höjden 5,71m. Inga andra mittsvenska lag deltog i lag-SM eller finalen.

**SM & SM Mångkamp, SM-gång, 28–30 juli 2023, Hällåsen Arena, Söderhamn.** Mästerskapen gick i det mittsvenska distriktet med Söderhamns IF som arrangör.

43 tävlande från 10 mittsvenska föreningar kämpade om placeringar och mästerskapstitlar.

Medaljer enligt följande:

**Guld**

K	Diskus	Caisa-Marie Lindfors, Upsala IF	60.90	SM
M	Tiokamp	Emil Uhlin Falu IK	7494	SM

**Silver**

M	100m	Simon Plesse, Upsala If	10.30	SM
K	5000m	Karolina Wikström, Upsala If	16:04.33	SM
K	Höjd	Louise Ekman, Gefle If	1.83	SM
M	Tiokamp	Andreas Gustafsson Upsala IF	7207	SM

**Brons**

M	100m	Desmond Rogo Upsala IF	10.44	SM
K	400mh	Ebba Svantesson Upsala IF	59.32	SM

I mångkampen tog Emil Uhlin, Falu IK hem segern i tiokampen med poängen 7 494. Silver blev det till Upsala IFs Andreas Gustafsson med poängen 7 207. I kvinnornas sjukamp ställde Ebba Hedberg, Kvarnsvedens GoIF och Upsala IFs Tiffanie Magnusson upp. Båda avbröt tyvärr tävlingen innan samtliga sju grenar genomfördes.

SM gång 5000m arrangerades även det i Söderhamn i samband med SM arena. Inga deltagare från mittsvenska föreningar.

**SM-standarden, 28–30 juli 2023, Hällåsen Arena, Söderhamn**

Mästerskapsstandaren är en lagtävling och delas ut till den klubb som presterat bäst under Arena-SM. De åtta bästa i varje gren erhåller poäng enligt principen 9, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 för placeringarna 1–8.



SM-standarden tilldelades Malmö AI (80p) och Spårvägens FK (96p). För de mittsvenska klubbarna föll det ut enligt följande (placering och poäng inom parentes).

**Mästerskapsstandaren Män**

Upsala IF (10:a, 24,5p)  
Falun IK (16:e, 13p)  
Strands IF (27:a, 5p)

**Mästerskapsstandaren Kvinnor**

Upsala IF (3:a, 51p)  
Gefle IF (19:e, 10p)

**SM-stafett, 9–10 september, Södertälje IP, Södertälje.** Upsala IF var på plats som enda Mittsvenska förening. Klubben ställde upp både i herr- och damklassens 4x100m samt i damernas 4x400m. Maya Bergström-Weekes, Klara Helander, Ebba Svantesson och Karolina Svensson sprang hem stafett silvret med tiden 47.16. Tyra Landin, Clara Knutsson, Ebba Svantesson och Klara Helander sprang även de hem silvret på 4x400m (3:46.63). Inte nog med det – silver även till herrarna i 4x100m (40.47) med Simon Plesse, Lion Martinez, Isak Andersson och Desmond Rogo på banan.

**SM Terräng, 21–22 oktober 2023, Galgberget, Halmstad.** tävlande från olika mittsvenska föreningar tävlade i seniorklassernas korta (4km) och långa (10km) terrängen. Inga medaljer.

### 3.6.4 SM-tävlingar för juniorer och ungdomar

Nedan följer en sammanställning över mittsvenska junior- och ungdomsframgångar på SM-nivå under 2023.

**IUSM & IJSM mångkamp, 4–5 februari 2023, Telekonsult Arena, Växjö.** Åtta juniorer och ungdomar från sex mittsvenska föreningar var på plats och tävlade. I K22 blev det guld till Ebba Hedberg (3 693p) och brons till Justina Esangbedo (3 592p), båda tävlande för Kvarnsveden GoIF. Guld blev det även till Gefle IF:s Anna Hillman i F16 femkamp (3 697p). I M22 Sjukamp tog Upsala IF:s Viktor Rydåker brons (5 118p).

**IJSM och IUSM17, 25–26 februari 2023, Eva Lisa Holtz Arena i Karlstad.** Våra mittsvenska föreningar hade sammantaget 58 tävlande på plats fördelat på 12 föreningar. Sammanlagt erövrade de 26 mästerskapsmedaljer varav 8 guld, 7 silver och 11 brons.

**Guld**

M22	60m	Simon Plesse, Upsala IF	6.82	IJSM
K22	1500m	My Rundgren, Upsala IF	4:41.76	IJSM
K22	Höjd	Ebba Hedberg, Kvarnsveden GoIF	1.70	IJSM
P19	Vikt	Adam Hellbom, Falu IK	17.57	IJSM
F19	Vikt	Saga Berg, Upsala IF	17.76	IJSM
F17	Vikt	Patricia Kamga, Upsala IF	21.26	IUSM17

**Silver**

K22	1500m	Alva Malmsten Nilsson, Upsala IF	4:42.05	IJSM
P19	Höjd	Linus Öhman, Strands IF	1.98	IJSM
P19	Tresteg	Rasmus Berg, Gefle IF	14.32	IJSM
P19	Vikt	Gustav Rydåker, Upsala IF	16.04	IJSM
F19	Vikt	Malin Garbell, Upsala IF	17.07	IJSM
P17	1500m	Felix Johnsson, Upsala IF	4:12.61	IUSM17

**Brons**

M22	Höjd	Oliver Ericsson-Sotterman, Upsala IF	2.04	IJSM
M22	Vikt	Albin Silén, Strands IF	17.84	IJSM
K22	Vikt	Emma Holmgren Löf, Upsala IF	16.92	IJSM
P19	Tresteg	Josef Malsher, Upsala IF	14.31	IJSM
P19	Kula	Gustav Rydåker, Upsala IF	16.28	IJSM
F19	60m	Maya Bergström-Weekes, Upsala IF	7.60	IJSM
F19	1500m	Ida Knutsson, Upsala IF	4:30.86	IJSM
F19	60mh	Maya Bergström-Weekes, Upsala IF	8.67	IJSM
F19	Höjd	Emma Häggblom, Upsala IF	1.77	IJSM
P17	Vikt	Bo Rydstrand, Rånäs 4H	18.10	IUSM17

**IUSM 15–16, 4–5 mars 2023, Westinghouse arena i Västerås.** Sammantaget var 11 mittsvenska föreningar representerade med totalt 67 tävlande. Det blev totalt 14 medaljer; 6 guld, 3 silver och 5 brons.

**Guld**

P16	60m	Jonas Gällstedt, Upsala IF	7.28	IUSM
P16	1500m	Noa Steiner, Upsala IF	4:10.81	IUSM
P15	Höjd	Elvin Rahm, Gefle IF	1.87	IUSM
P15	Tresteg	Elivn Rahm, Gefle IF	13.74	IUSM
P15	Kula	Oscar Juhlén, Upsala IF	16.49	IUSM
P15	Vikt	Oscar Juhlén, Upsala IF	19.32	IUSM

**Silver**

P16	400m	Andreas Linder, Upsala IF	50.51	IUSM
P15	60m	Hugo Nowak, Gefle IF	7.21	IUSM
P15	Vikt	Emil Kennbäck Milbrink, Upsala IF	14.02	IUSM

**Brons**

P16	Kula	Lowe Wängelin, Upsala IF	15.19	IUSM
P16	Vikt	Lowe Wängelin, Upsala IF	18.78	IUSM
F16	60mh	Anna Hillman, Gefle IF	9.10	IUSM
F16	Kula	Lia Hagström, Sätters IF	12.97	IUSM
F16	Vikt	Ida Edling, Bollnäs FIK	15.64	IUSM

**JSM22 10km, 23 april 2023, Sandskogen, Ystad.** Endast två tävlande från mittsvenska föreningar deltog. My Rundgren Upsala IF vann K22 guld med tiden 35:33. Albin Gexelius från IFK Mora FIK tog M22 silver med tiden 30:53.

**Lag-USM (F/P17), 27 maj 2023, Västra Mark IP, Karlskrona.** Gefle IF (4:a) och Upsala IF (8:a) var de enda deltagande mittsvenska föreningarna. Individuella toptreplaceringar blev det för Elias Ekman Upsala IF (3:a 100m), Andreas Linder Upsala IF (2:a 400m), Noa Steiner Upsala IF (1:a 3000m), Elias Karén Upsala IF (3:a 300mh), Elvin Rahm Gefle IF (2:a höjd och tresteg), Walter Hedblom Gefle IF (3:a spjut), Ella Östblom Gefle IF, (1:a 300mh), Anna Hillman Gefle IF (3:a längd) och Amanda Stropp (3:a kula).

**JSM22-USM16-17, 11–13 augusti 2023, Hedens IP, Helsingborg.** På plats var 19 juniorer (M22/K22) och 35 ungdomar från sammanlagt 14 olika föreningar. På juniorsidan blev det totalt åtta medaljer, varav tre guld, fyra silver och ett brons. I USM för 16- och 17-åringarna blev 17 medaljer, varav sex guld, sju silver och fyra brons.

**Guld**

K22	Diskus	Molly Broback, Upsala IF	43.60	JSM22
M22	100m	Simon Plesse	10.55	JSM22
M22	2000m hinder	Albin Gezelius, IFK Mora	5:56.04	JSM22
F17	300m häck	Clara Knutsson, Upsala IF	45.50	USM17
F17	Slägga	Patrica Kampga, Upsala IF	64.42	USM17
P17	Kula	Ludvig Fredman, IFK Märsta	16.85	USM17
P17	Diskus	Ludvig Fredman, IFK Märsta	51.84	USM17
P16	2000m hinder	Noa Steiner, Upsala IF	6:08.19	USM16
P16	Slägga	Lowe Wängelin, Upsala IF	62.02	USM 16

#### Silver

K22	400mh	Tyra Landin, Upsala IF	1:00.87	JSM22
K22	Kula	Victoria Wickman, Upsala IF	14.34	JSM22
K22	Diskus	Victoria Wickman, Upsala IF	43.60	JSM22
K22	Slägga	Emma Holmgren Löf, Upsala IF	61.17	JSM22
P17	2000m hinder	Felix Johansson, Upsala IF	6:22.64	USM17
P17	Diskus	Bo Rydstrand, Rånäs 4H	14.87	USM17
P17	Slägga	Ludvig Fredman, IFK Märsta	63.67	USM17
P17	Spjut	Benjamin Bodin, Sätters IF	60.10	USM17
P16	400m	Andreas Linder	50.42	USM16
P16	1500m	Noa Steiner, Upsala IF	4:12.20	USM16
P16	Kula	Lowe Wängelin, Upsala IF	16.43	USM16

#### Brons

K22	400m	Tyra Landin, Upsala IF	56.85	JSM22
P17	Kula	Bo Rydstrand, Rånäs 4H	17.87	USM17
P17	Slägga	Bo Rydstrand, Rånäs 4H	61.26	USM17
F16	Kula	Amanda Stropp, Gefle IF	12.77	USM16
P16	Slägga	Milton Wiklund, Gefle IF	54.85	USM16

**JSM19 & USM15, 18–20 augusti 2023, Tibblevallen, Täby.** På plats var 58 ungdomar från 14 olika mittsvenska föreningar. Sammanlagt blev det 14 medaljer varav tio guld och fyra silver. Inget brons.

#### Guld

F19	100mh	Maya Bergström-Weekes, Upsala IF	14:13	JSM19
F19	Slägga	Saga Berg, Upsala IF	58.42	JSM19
P19	Diskus	Gustav Rydåker, Upsala IF	51.36	JSM19
P19	Slägga	Adam Hellbom, Falu IK	68.17	JSM19
P15	80m	Hugo Novak, Gefle IF	9.04	USM15
P15	Höjd	Elvin Rahm, Gefle IF	1.91	USM15
P15	Tresteg	Elvin Rahm, Gefle IF	13.75	USM15
P15	Kula	Oscar Juhlén, Upsala IF	16.55	USM15
P15	Diskus	Oscar Juhlén, Upsala IF	60.31	USM15
P15	Slägga	Oscar Juhlén, Upsala IF	60.80	USM15

#### Silver

F19	2000m hinder	Lowa Branth, Upsala IF	6:54.96	JSM19
P19	Längd	Kristoffer Andersson, Falu IK	7.32	JSM19
P19	Kula	Gustav Rydåker	51.36	JSM19
F15	300m häck	Ella Östblom, Gefle IF	44.01	USM15



**JSM & USM Mångkamp, 26–27 augusti 2023, Sunnerbovallen, Ljungby.** På plats fanns åtta tävlande från fyra mittsvenska föreningar. Moa Erenbrand från Falu IK tog brons i K22 sjukamp (3 410 p).

**JSM-USM Stafett, 9–10 september 2023, Södertälje IP, Södertälje.** Som enda mittsvenska förening var Upsala IF på plats och tävlade och sprang hem tre stafettbrons.

<b>Brons</b>				
P19	4X100	Joel Ekman, Josef Malsher, Leo Ericson, David Axelsson, Upsala IF	43.48	JSM stafett
P17	4x100 m	Ivar Sundberg, Andreas Linder, Ishak Mekrami, Jonas Gällstedt, Upsala IF	44.08	USM stafett
P15	4x80 m	Zanyar Alpergin, Sven Noreland, Julius Noreland, Elias Karén, Upsala IF	36.66	USM stafett

**JSM-USM Terräng, 21–22 oktober 2023, Galgberget, Halmstad.** I ungdoms- och juniorklasserna fanns fem tävlande från Upsala IF som enda mittsvenska förening på plats. My Rundgren tog ett silver i K22 10 km när hon sprang i mål på tiden 37:52.

### **3.6.5 Regionsmästerskapen 13–14 år i Svealand**

Regionsmästerskapen är den högsta mästerskapsnivån för ungdomar 13–14 som genomförs inom ramen för Götalandsmästerskapen, Svealandsmästerskapen och Norrlandsmästerskapen. Varje regionsmästerskap består av tre "mästerskap delar": individuella grenar, stafett och lagtävling mellan de olika distrikten inom respektive region. Varje distrikt har möjlighet att ställa upp med ett eller två lag.

Under 2023 genomfördes regionsmästerskapen för första gången utifrån den nya distriktsindelningen och de mittsvenska föreningarna tävlade för första gången gemensamt under mittsvensk flagga i regionsmästerskapen Svealand mot distrikten Gotland-Stockholm och Södra Svealand. Regionsmästerskapen genomförs enligt en av SFIF fastställd rotationsplan där respektive distrikt har i uppdrag att utse en arrangör. Under 2023 hade Gotland-Stockholm ansvar för Svealands inomhus, medan Mittsvenska hade i uppdrag att utse arrangör för Svealands utomhus.

Ungdomar 13–14 år (födda 2009–2010) fick således under 2023 för första gången möjlighet att representera sitt nya distrikt.

**Svealandsmästerskapen inomhus arrangerades som ett samarrangemang mellan föreningarna i Gotland-Stockholms Friidrottsförbund i Södertälje 18–19 mars 2023.**

Klubbar som deltog från Mittsvenska var: Alunda SK, Bollnäs FIK, Bålsta IK, Falu IK, Gefle IF, IFK Märsta, IK Stål, Leksands FIK, Ludvika FFI, Rånäs 4H, Strands IF, Sälens IF, Söderhamns IF, Upsala IF och Örbyhus IF



Den totala lagtävlingen togs hem av Gotland-Stockholm VÄST. Mittsvenska kom på en fjärdeplats. I de respektive åldersklasserna blev placeringarna:

P14	4:a
F14	4:a
P13	4:a
F13	2:a

Alla aktiva kämpade bra och det blev flera finalplatser och en hel del personliga rekord. Individuella pallplatser under helgen: 4 guld, 9 silver och 3 brons.

P14	1 guld, 2 silver, 1 brons
F14	1 guld, 1 silver, 1 brons
P13	1 brons
F13	2 guld, 3 silver, 1 brons

Det blev även ett stafettbrons i Mix F/P14 5x200m.

### **Svealandsmästerskapen utomhus arrangerades i Märsta den 16–17 september 2023.**

Mittsvenska hade många aktiva och ledare på plats under helgen. Från mittsvenska fanns ungdomar från följande föreningar: Alunda SK, Bålsta IK, Falu IK, Gefle IF, Gottsunda IF, Kvarnsveden GoIF, Leksands FIK, IFK Ludvika Märsta, Strands IF, Söderhamns IF, Upsala IF och Örbyhus IF.

I den totala lagtävlingen, som vanns av Stockholm Väst, kom Mittsvenska på en fjärdeplats.

I de respektive åldersklasserna blev placeringarna:

P14	2:a
F14	2:a
P13	4:a
F13	3:a

Det blev många personliga rekord och finalplatser. Individuella pallplatser under helgen fördelade sig på 6 guld, 11 silver och 12 brons.

P14	2 guld, 2 silver, 4 brons
F14	1 guld, 5 silver, 4 brons
P13	1 silver, 1 brons
F13	3 guld, 3 silver, 3 brons

Det blev även ett stafettguld i P14 4x80m och ett stafettbrons i P13 5x60m.

### 3.6.6 Kraftmätningen 15–17 år

Kraftmätningen är en satsning på laganda för friidrottare i tonåren med syfte att inspirera ungdomar att vilja fortsätta med friidrotten. Tävlingen, som är en lagtävling, har fokus på mångsidighet och arrangeras inomhus för 17-åringar och utomhus för 15-åringar. Kraftmätningen har tre olika tävlingsklasser: pojkklass, flickklass och mixklass med både pojkar och flickor. En förening som ställer upp i mixklassen deltar per automatik även i pojk- och flickklasser. Föreningar som önskar delta i Kraftmätningen men inte har tillräckligt många aktiva kan gå ihop med en annan förening och bilda lag.

Kraftmätningen för 17-åringar inomhus avgjordes den 18 mars 2023 i Sollentuna Friidrottshall. På plats och tävlade fanns både lag från Gefle IF och Upsala IF. Upsala IF tog hem segern i pojkklassen.

I Kraftmätningen för 15-åringar utomhus tävlade flera mittsvenska föreningar. Tävlingen genomfördes i två omgångar: kvaltävlingar från mitten av maj till början av juli, och en final i början av september.

Under kvaltävlingarna ställde flera Mittsvenska föreningar upp med ett eller flera lag i en eller flera klasser: Alunda SK, Bålsta IK, Falu IK, Rånäs 4H och Upsala IF. Även Gefle IF var anmälda, men lämnade sedermera återbud.

Upsala IF:s lag svart avancerade till finalen 2–3 september på Lidingövädden i Lidingö där det blev pallplats och silver för pojklaget.

Mix (totalt 16 lag)	Upsala IF 7:a
F15 (totalt 20 lag)	Upsala IF 14:e
P15 (totalt 19 lag)	Upsala IF 2:a Bålsta IK 14:e

### 3.6.7 Veteranfriidrott

Under 2023 satte tävlande från mittsvenska föreningar flera svenska veteranrekord. Vid utgången av året hade följande rekord satts:

<b>Ute</b>					
K40	80mh (76.2)	11.84	Malin Forséll, Enköpings AI	Eskilstuna	20.7.23
K40	stav	3.37	Malin Forséll, Enköpings AI	Uppsala	27.8.23
K55	Spjut (500)	28.87	Vera Koponen, Upsala IF	Göteborg/S	4.8.23
K60	800 m	2:36.94	Karin Wåhlstedt, Järvsö IF	Göteborg/S	4.8.23
M45	100m	10.72	Lion Martinez, Upsala IF	Regensburg, SUI	19.8.23
M45	200m	22.00	Lion Martinez, Upsala IF	Göteborg/S	16.7.23
M60	2000m hinder (76.2)	7:21.27	Thomas Sparr, IFK Mora FIK	Göteborg/S	5.8.23
M90	Kula (3.0)	9.45	Bernhard Karlsson, Valö IK	Valö	6.8.23
M90	Vikt (5.45)	9.90	Bernhard Karlsson, Valö IK	Valö	6.8.23
M90	Kastfemkamp	3 342	Bernhard Karlsson, Valö IK	Huddinge/J	26.8.23
<b>Inne</b>					
K40	5000m	17:41,6m	Veronika Nordahl, Uppsala LK	Uppsala	9.12.23
K40	60mh (76.2)	8.97	Malin Forséll, Enköpings AI	Toruń, POL	1.4.23
K40	stav	3.43	Malin Forséll, Enköpings AI	Uppsala	14.12
K55	Kula (3.0)	12.19	Vera Koponen, Upsala IF	Uppsala	11.3.23
K80	Kula (2.0)	7.53	Ingegerd Björk, Hofors AIF	Gävle	12.2.23
M45	60m	6.88	Lion Martinez, Upsala IF	Göteborg/FH	4.2.23
M45	200m	22.23	Lion Martinez, Upsala IF	Toruń, POL	31.3.23
M60	800 m	2:15.40	Håkan Eriksson, Malungs SoFK	Sätra	12.2.23
M60	1000m	2:55,22	Håkan Eriksson Malungs SoFK	Karlstad	19.12
M60	1500 m	4:30.50	Håkan Eriksson, Malungs SoFK	Hvam, NOR	4.2.23
M90	Kula (3.0)	9.71	Bernhard Karlsson, Valö IK	Uppsala	11.3.23

**IVSM Mångkamp, 11 februari 2023, Rosvalla Multihall, Nyköping.** Vid veteranernas inomhus femkamp var det tre tävlande från det mittsvenska distriktet, samtliga män. Silver blev det till Anders Toll Uppsala LK i M60 (2 685 p).

**Veteran NM inomhus, 24–26 februari 2023, Reykjavik, Island.** Vid inne-NM för veteraner var tre veteraner från tre olika mittsvenska föreningar representerade bland de tävlande. På damsidan blev det brons i K40 Kula (7.97m) för Bollnäs FIK:s Carina Lindblom. Märsta IK:s Tomas Bengtsson ställde upp i flertalet grenar och tog silver i M60 vikt (12.70m) och brons i M60 kula (10.37). Uppsala LK:s Anders Toll tävlande i M60 tog silver på 400m (1:04.15) och brons på 800m (2:28.88). Han var även med och sprang hem ett stafettguld till Sverige i M50-4x200m.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13029315>

**IVSM, 10–12 mars 2023, IFU Arena, Uppsala.** Vid inomhus SM för veteraner som i år arrangerades av Mittsvenskas Upsala IF var flera veteraner från mittsvenska föreningar

på plats och tävlade om mästerskapsmedaljer. Sammanlagt blev det flera individuella medaljer i alla valörer. Vera Koponen Upsala IF slog nordiskt rekord i Kula K55. Även Bernhard Karlsson, Valö IK, slog nordiskt rekord i kula M90, ett rekord han skulle komma att putsa ytterligare senare under säsongen. Carl-Erik Särndal seglade över ribban på 1.26 och slog därmed världsrekord i M85 höjd. Utöver de individuella medaljerna blev det ett stafettsilver 4x200m till Järvsö IF i M65 och stafettbrons 4x200m till Uppsala LK i K50.

#### Guld

K35	200m	Sara Wiss, Upsala IF	25.72	IVSM
K40	3000m	Veronika Nordahl, Uppsala LK	10:45.07	IVSM
K40	Stav	Malin Forsell Enköpings AI	2.70	IVSM
K45	vikt	Kristina Glantz Nilsson Bålsta IK	10.60	IVSM
K50	Tresteg	Eva Olesjö, IFK Märsta	7.07	IVSM
K50	Stav	Sara Engkvist Upsala IF	1.70	IVSM
K55	Stav	Vera Koponen, Upsala IF	2.45	IVSM
K55	Kula	Vera Koponen, Upsala IF	12.19 <b>NR</b>	IVSM
K60	Höjd	Pia Liljedahl, Upsala IF	1.10	IVSM
K65	Längd	Kerstin Sjöqvist, Uppsala LK	2.88	IVSM
K70	Vikt	Lena Vestberg, Bålsta IK	7.72	IVSM
K75	60m	Barbro Bobäck, Sätters IF	10.45	IVSM
K75	1500m	Eva Widelund, Järvsö IF	7.39.56	IVSM
K75	3000m	Eva Widelund, Järvsö IF	16.07.11	IVSM
K80	Kula	Ingegerd Björk, Hofors IF	7.42	IVSM
M35	60m	Julian Gabert, Upsala IF	7.42	IVSM
M35	Kula	Robert Bergqvist, IFK Märsta	12.00	IVSM
M35	Höjd	Erik Wennman, Upsala IF	1.67	IVSM
M40	3000m	Christian Seeger, Uppsala LK	9.08.68	IVSM
M55	Höjd	Anders Silén, Strands IF		IVSM
M55	Stav	Anders Silén, Strands IF	1.56	IVSM
M55	Kula	Göran Åberg, Järvsö IF	3.20	IVSM
M55	Vikt	Torgny Gustafsson, Strands IF	13.13	IVSM
M60	400m	Anders Toll, Uppsala LK	15.89	IVSM
M60	1500m	Håkan Eriksson, Malungs SFK	62.83	IVSM
M60	3000m	Håkan Eriksson Malungs SFK	4.39.75	IVSM
M60	60mh	Anders Toll, Uppsala LK	10.11.81	IVSM
M65	1500m	Göran Lindqvist, Hemlingby LK	11.36	IVSM
M70	60m	Tomas Liljebjörn, Falu IK	6.57.80	IVSM
M70	200m	Greger Brodin, FK Studenterna	8.96	IVSM
M70	400m	Greger Brodin, FK Studenterna	32.19	IVSM
M80	Längd	Sten F Berglund, Gagnefs IF	74.72	IVSM
			3.03	
M90	Kula	Bernhard Karlsson, Valö IK	9.71 <b>NR</b>	IVSM

#### Silver



K40	3000m	Emma Croner, IF Mantra Sport	10:45.66	IVSM
K60	1500m	Ann-Britt Nilseng Hemlingby LK	6.50.96	IVSM
K60	Längd	Pia Liljedahl, Upsala IF	3.35	IVSM
K65	60m	Kerstin Sjöqvist, Uppsala LK	11.36	IVSM
K75	200m	Barbro Bobäck, Sätters IF	37.84	IVSM
K75	400m	Eva Widelund, Järvsö IF	98.81	IVSM
K75	800m	Eva Widelund, Järvsö IF	3.43.63	IVSM

M35	200m	Jimmy Olsson, Upsala IF	28.34	IVSM
M35	3000m	Viktor Hedlöf Kanje, LK Roslagen	9:02.89	IVSM
M35	Kula	Eric Wennman, Upsala IF	11.73	IVSM
M45	3000m	Fredrik Swahn, IF Mantra Sport	9.44.28	IVSM
M50	Höjd	Henrik Magnusson, Upsala IF	1.64	IVSM
M50	Kula	Fred Stenberg; Gefle IF	12.67	IVSM
M55	800m	Börje Holst, Borlänge LK	2.22.22	IVSM
M55	1500m	Börje Holst, Borlänge LK	4.51.85	IVSM
M55	3000m	Börje Holst, Borlänge LK	10.51.41	IVSM
M55	Kula	Jakob Petersen Klingberg, Kvarnsvedens GOIF	12.11	IVSM
M60	Stav	Tomas Bengtsson, IFK Märsta	2.60	IVSM
M65	1500m	Lennart Venemalm, Uppsala LK	7.00.09	IVSM
M70	Tresteg	Hilding Engberg, Upsala IF	8.12	IVSM
M80	Höjd	Sten F Berglund, Gagnefs IF	1.10	IVSM
M80	Tresteg	Sten F Berglund, Gagnefs IF	6.49	IVSM

M65	4x200m	Kjell Widelund, Stig-Arne Mattsson, Bo Larsson, Torvald Pääjärvi	3.22.80	IVSM
-----	--------	--	---------	------

### Bron s

K40	Höjd	Linda Cato, Upsala IF	1.16	IVSM
K40	Längd	Hanna Blombäck, Iggesunds SK	4.05	IVSM
K40	Kula	Linda Norell, Enköpings AI	8.80	IVSM
K45	800m	Jenny Hellmark Falu IK	2.47.14	IVSM
K50	3000m	Sara Björklund, Hemlingby LK	12.09.13	IVSM
K50	Höjd	Sara Engkvist, Upsala IF	1.24	IVSM
K55	1500m	Lotta Ottosson, Uppsala LK	7.01.85	IVSM
K60	60m	Carin Gustafsson, Hofors AIF	9.99	IVSM
K60	200m	Pia Liljedahl, Upsala IF	36.96	IVSM
K60	400m	Ann-Britt Nilseng, Hemlingby LK	94.38	IVSM
K60	800m	Ann-Britt Nilseng, Hemlingby LK	3.28.58	IVSM
K60	3000m	Ann-Britt Nilseng, Hemlingby LK	14.09.15	IVSM
K60	Vikt	Helene Jonsson, Upsala IF	8.81	IVSM
K65	200m	Kerstin Sjöqvist, Uppsala LK	37.59	IVSM
K65	400m	Kerstin Sjöqvist, Uppsala LK	84.24	IVSM
K65	800m	Eva Wahlberg, Uppsala LK	4.13.69	IVSM
K70	Längd	Lena Vestberg, Bålsta IK	2.90	IVSM



MITTSVENSKA  
SVENSK FRIIDROTT

M40	60m	Lasse Ohtamaa, Strands IF	7.72	IVSM
M40	800m	Anders Hallberg, Hemlingby LK	2.23.98	IVSM
M40	Längd	David Iggman, Falu IK	5.03	IVSM
M40	Kula	Stefan Alneroth, Gefle IF	11.03	IVSM
M45	1500m	Christian Dahlmann, Uppsala LK	4.43.93	IVSM
M45	Längd	Ville Kaarla, Uppsala IF	5.33	IVSM
M50	Kula	Daniel Hedström, Valbo AIF	12.42	IVSM
M55	Längd	Anders Silén, Strands IF	5.09	IVSM
M55	Vikt	Anders Silén, Strands IF	13.10	IVSM
M60	Vikt	Lars Hammargren, Bollnäs FIK	14.18	IVSM
M65	Kula	Östen Eriksson, Valö IK	9.30	IVSM
M65	Vikt	Östen Eriksson, Valö IK	9.44	IVSM
M75	60m	Göte Hinders, Sätters IF	9.94	IVSM
M75	200m	Göte Hinders, Sätters IF	38.22	IVSM
M80	Tresteg	Erik Åke Tranberg, Sälens IF	3.62	IVSM
M80	Vikt	Erik Åke Tranberg, Sälens IF	7.21	IVSM
K50	4x200m	Uppsala LK Kerstin Sjöqvist, Ewa Wahlberg, Lotta Ottosson, Karin Arthursson	2.49.10	IVSM

**Veteran-VM inomhus, 26 mars – 1 april 2023, Toruń, Polen.** Vid veteran-VM inomhus i Polen var veteraner mittsvenska föreningar på plats. Malin Forsell Enköping AI satte svenskt veteranrekord i K40-60mh med tiden 8.97. Lion Martinez Uppsala IF visade toppform och slog världsrekord i M45 200m med tiden 22.23.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13031803>

**VSM 10km, 23 april 2023, Ystad.** Veteran-SM på 10km avgjordes tillsammans med JSM22 och SM. I veteranklasserna var mittsvenska föreningar representerade fördelat på 5 tävlande.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13035550>

**VSM 24h, 29–30 april 2023, Växjö.** I veteran-SM 24h deltog 11 mittsvenska veteraner

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13038334>

**Guld**

**Silver**

**Brons**

**VSM 100km 13 maj 2023, Bro Park Galoppbana, Bro.** Veteran-SM 100km arrangerades i det mittsvenska distriktet av Bålsta IK. Mittsvenska veteraner deltog. Bl.a Thomas Isberg Enköping AI tog silver i M45 med tiden 8:25:53. Silver blev det även till Björn Kellgren Uppsala LK M35 med tiden 11:20:35.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13039317>

**VSM trail, 17 juni 2023, Stockholm.** Under SM i trail delades även SM-medaljer ut i veteranklasserna 35 år och uppåt. Distanserna var 33km och 80km. Bland de tävlande fanns 12 tävlande veteraner från mittsvenska föreningar. Totalt 8 pallplatser fördelat på 4 guld, 3 silver och 1 brons.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13049706>

**Guld**

K40	33km trail	Maria Saxvall Borlänge LK	3:03:21	VSMTrail
K45	33km trail	Karin Hübinette, LK Roslagen	3:26:10	VSMTrail
M40	80km trail	Erik Olofsson Mantra Sport	7:23:12	VSMTrail
M45	80km trail	Fritjof Fagerlund Roslagen	7:14:52	VSMTrail

**Silver**

K50	33km trail	Ylva Wendle Sundbom Bålsta IK	4:14:31	VSMTrail
K55	80km trail	Kristina Gustavsson Sweden Runners	11:05:27	VSMTrail
M40	33km trail	Jonas Andersson Sweden Runners	3:26:02	

**Brons**

K45	33km trail	Jenny Lyck Uppsala LK	3:34:35	VSMTrail
-----	------------	-----------------------	---------	----------

**VSM halvmaraton, 7 juli 2023, Scandinavian Raceway, Anderstorp.** Fem deltagare från mittsvenska föreningar. Therése Carlsson, LK Roslagen vann i K45 med personbästat 1:34:48. Tony Eriksson, Borlänge LK knep silvret i M50 med tiden 1:20:01. Peter Agelii tävlandes för Bålsta IK vann även han silver i M55 med tiden 1:34.08.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13044614>

**VSM femkamp 22 juli 2023, Gutavallen, Visby.** Enda tävlande från det mittsvenska distriktet var Henrik Larsson (Bålsta IK). Han tog brons i klassen M50 med poängen 2367. <https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13045576>

**VSM 4–6 augusti 2023, Slottsskogsvallen, Göteborg.** Vid veteran-SM var veteraner från olika mittsvenska föreningar på plats och tävlade.

IFK Mora FIKs Thomas Sparr satte nordiskt rekord i M60 2000m hinder med tiden 7:21.27. Upsala IFs Vera Koponen satte nordiskt rekord i K55 Spjut med ett kast på 28.87 m. Järvsö IFs Karin Wåhlstedt satte nordiskt rekord både i K60 800m (2:36.94) och i K60 1500m (5:25.20).

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13046055>

**VSM Kastfemkamp, 26 augusti 2023, Källbrinks IP, Huddinge.** På plats och tävlade var 11 veteraner från mittsvenska föreningar. Grenordningen var slägga, kula, diskus, spjut och vikt. Det blev totalt 7 medaljer, varav 3 guld, 2 silver och 2 brons. Bernhard Karlsson M90 Valö IK vann guld och det var också ett Nordisk rekord.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13046903>



**VSM Maraton, 3 september 2023, Göteborg.** 4 veteraner representerade från olika mittsvenska föreningar. Rose-Mari Amini Uppsala LK tog silver i K50 med tiden 3:33:06.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13048180>

**VSM stafett, 9–10 september 2023, Södertälje IP, Södertälje.** Från Mittsvenska ställde Uppsala IF och IFK Märsta upp med veteranlag. I M35 sprang Uppsala IF (Svante Franzon, Olov Viirman, Mikael Axelsson) hem bronset i 3x800m på tiden 7:21.39.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13047605>

**Veteran-EM, 21 september – 1 oktober, Pescara, Italien.** Vid veteran-EM var 13 veteraner från sju olika mittsvenska föreningar på plats och tävlade i de blågula färgerna. Det tog sammanlagt 9 medaljer, tre av vardera valören.

**Guld**

M45	100m	Lion Martinez, Uppsala IF	10.73
M45	200m	Lion Martinez, Uppsala IF	22.14
M60	8km terräng	Håkan Eriksson Malungs SoFK	25:55

**Silver**

K75	400m	Eva Widelund Järvsö	1:36.01
M50	Höjd	Henrik Marcusson Uppsala IF	1.70
M60	1500 m	Håkan Eriksson Malungs SoFK	4:31.18

**Brons**

K75	800 m	Eva Widelund, Järvsö IF	3:43.62
K75	1500 m	Eva Widelund, Järvsö IF	7:37.76
K80	Diskus	Ingegerd Björk Hofors AIF	20.38

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13048384>

**VSM Terräng, 21–22 oktober 2023, Galgberget, Halmstad.** Veteran-SM i terräng arrangerades i samband med terräng-SM för seniorer, juniorer och ungdomar. I veteranklasserna fanns flera 3 tävlande från mittsvenska föreningar. Guld till Andreas Lundegård, studenterna M35 8 km 27,53 och brons till Börje Holst Borlänge LK M55 8km 32,42.

<https://www.friidrottsstatistik.se/resultsswe.php?Season=2023&CID=13049634>

### 3.6.8 Parafriidrott

Mittsvenska parafriidrottare har under året deltagit vid flertalet mästerskap, såväl internationella som svenska.

#### 3.6.8.1 Internationella mästerskap

Sverige har skickat tävlande till fyra olika internationella mästerskap för parafriidrottare. Mittsvenska föreningar har varit representerade vid samtliga.

**Global Games, 2–11 juni 2023, Frankrike.** Till Global Games var Martin Jansson, Rehns BK och Lina Hedberg uttagna att representera Sverige. I klassen I-20 kom Martin på X:e plats i 5000m (tid) och på en x:e plats i 10 000m (tid). Lina Hedberg kom på plats X och X i 100m (tid) resp. 200m (tid).

**Para-VM, 7–18 juli 2023, Paris.** Till Para-VM var Falu IK:s Ellen Westling uttagen att representera Sverige. I klassen T-35 kom Ellen på X:e plats i 100m (tid) och på en x:e plats i 200m (tid).

**Nordiska mästerskapen, 18–20 augusti 2023, Lilleström, Norge.** Flera mittsvenska parafriidrottare var uttagna från olika föreningar. Sammanlagt X medaljer: X guld, X silver och X brons.

**Guld**

**Silver**

**Brons**

**VIRTUS Terräng VM (och EM), 26–30 oktober 2023, Polen Ciechanow.** I klassen I-20 män kom Martin Jansson (Rehns BK) på X plats i korta terrängen (4km) och på X plats i långa (8km) terrängen. Lina Hedberg (Bollnäs FIK) kom på X plats i korta terrängen (2 km) och X plats i långa terrängen (6 km).

#### 3.6.8.2 Svenska mästerskap

**ISM i parafriidrott, 17–19 februari 2023, Athleticum, Malmö.** Mittsvenska föreningar hade flera tävlande på plats. I de SM-klassade grenarna deltog X aktiva från X olika mittsvenska föreningar. Tillsammans kammade de hem inte mindre än X mästerskapsmedaljer: X guld, X silver och X brons.

**Guld**

**Silver**

**Brons**

**SM parafriidrott, 28–30 juli 2023, Hällåsen, Söderhamn.** X tävlande från mittsvenska föreningar deltog. Tillsammans vann de X SM-medaljer varav X guld och X silver.

**Guld**

**Silver**

**Para-SM i terränglöpning, 21 oktober 2023, Galgberget Halmstad.** Mästerskapet omfattade distansen 4 km i klasserna S-11, S-12, S-13, I-20 och R för män resp. kvinnor. X tävlande från mittsvenska föreningar deltog. Tillsammans vann de X SM-medaljer varav X guld, X silver och X brons.

**Guld**

**Silver**

I-20K

100m

Lina Hedberg, Bollnäs FIK

14.97 ParaSM

## 4. Förvaltningsberättelse

### Balans- och resultatrapport Mittsvenska Friidrottsförbundet

Mittsvenska Friidrottsförbundet  
887000-4796  
Räkenskapsår 2023-01-01 - 2023-12-31  
Period: 2023-01-01 - 2023-12-31

### Balansrapport ÅRL

Utskrivet 2024-02-28 15:05  
Senaste veron A 167 D 102 E 91 P 4 S 36

	Ing balans	Ing saldo	Period	Utg balans
<b>TILLGÅNGAR</b>				
<b>Anläggningstillgångar</b>				
Immateriella anläggningstillgångar				
1010 Kassa	132,50	132,50	-132,50	0,00
1020 Postgiro	16 180,40	16 180,40	-16 180,40	0,00
Summa immateriella anläggningstillgångar	16 312,90	16 312,90	-16 312,90	0,00
<b>Summa anläggningstillgångar</b>	<b>16 312,90</b>	<b>16 312,90</b>	<b>-16 312,90</b>	<b>0,00</b>
<b>Omsättningstillgångar</b>				
Varulager m.m.				
1400 Lager medaljer	0,00	0,00	23 205,00	23 205,00
Summa varulager m.m.	0,00	0,00	23 205,00	23 205,00
Kortfristiga fordringar				
1630 Avräkning för skatter och avgifter (skattekonto)	0,00	0,00	121 154,00	121 154,00
1680 Andra kortfristiga fordringar	0,00	0,00	3 699,26	3 699,26
1790 Övriga förutbetalda kostnader och upplupna intäkter	0,00	0,00	17 500,00	17 500,00
Summa kortfristiga fordringar	0,00	0,00	142 353,26	142 353,26
Kassa och bank				
1910 Kassa	0,00	0,00	132,50	132,50
1940 Övriga bankkonton	1 053 465,43	1 053 465,43	-922 115,68	131 349,75
1941 Nordeakonto	21 256,96	21 256,96	-21 256,96	0,00
1943 HFIF Fonden	10 993,58	10 993,58	0,00	10 993,58
1944 Jubileumsfonden 204 406 378-8	0,00	0,00	750 000,00	750 000,00
1945 O Arvidsson fonden	17 350,27	17 350,27	0,00	17 350,27
Summa kassa och bank	1 103 066,24	1 103 066,24	-193 240,14	909 826,10
<b>Summa omsättningstillgångar</b>	<b>1 103 066,24</b>	<b>1 103 066,24</b>	<b>-27 681,88</b>	<b>1 075 384,36</b>
<b>SUMMA TILLGÅNGAR</b>	<b>1 119 379,14</b>	<b>1 119 379,14</b>	<b>-43 994,78</b>	<b>1 075 384,36</b>
<b>EGET KAPITAL, AVSÄTTNINGAR OCH SKULDER</b>				
<b>Eget kapital</b>				
2018 Övriga egna insättningar	-958 745,03	-958 745,03	-122 863,56	-1 081 608,59
2060 Eget kapital i ideella föreningar, stiftelser och registrerade trossamfund	0,00	0,00	-45 978,59	-45 978,59
2098 Vinst eller förlust från föregående år	-45 978,59	-45 978,59	-51 716,93	-97 695,52
2099 Årets resultat	-97 695,52	-97 695,52	298 013,86	200 318,34
<b>Summa eget kapital</b>	<b>-1 102 419,14</b>	<b>-1 102 419,14</b>	<b>77 454,78</b>	<b>-1 024 964,36</b>
<b>Kortfristiga skulder</b>				
2440 Leverantörsskulder	0,00	0,00	-27 478,00	-27 478,00
2710 Personalskatt	-7 377,00	-7 377,00	-2 775,00	-10 152,00
2730 Lagstadgade sociala avgifter och särskild löneskatt	-9 583,00	-9 583,00	-1 107,00	-10 690,00

## Balansrapport ÅRL

	Ing balans	Ing saldo	Period	Utg balans
<b>2990</b> Övriga upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	0,00	0,00	-2 100,00	-2 100,00
<b>Summa kortfristiga skulder</b>	<b>-16 960,00</b>	<b>-16 960,00</b>	<b>-33 460,00</b>	<b>-50 420,00</b>
<b>SUMMA EGET KAPITAL, AVSÄTTNINGAR OCH SKULDER</b>	<b>-1 119 379,14</b>	<b>-1 119 379,14</b>	<b>43 994,78</b>	<b>-1 075 384,36</b>
<b>BERÄKNAT RESULTAT</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>



	Period	Akkumulerat	Period fg år	
<b>RÖRELSENS INTÄKTER</b>				
<b>Nettoomsättning</b>				
3010	Startavgifter	361 750,00	361 750,00	0,00
3012	Inomhus-DM	0,00	0,00	82 839,50
3014	Serviceavgift	64 260,00	64 260,00	0,00
3019	Läger	0,00	0,00	282 189,50
3030	Läger	44 950,00	44 950,00	0,00
3049	Övriga intäkter	17 598,00	17 598,00	0,00
3210	Sponsring	7 500,00	7 500,00	0,00
3310	Start o amnålningsintäkter	0,00	0,00	2 160,00
3540	Försäljning av idrottsmaterial/kläder	3 309,50	3 309,50	0,00
3740	Öres- och kronutjämning	1,08	1,08	0,00
<b>Summa nettoomsättning</b>		<b>499 368,58</b>	<b>499 368,58</b>	<b>367 189,00</b>
<b>Aktiverat arbete för egen räkning</b>				
3820	Statliga bidrag	142 534,00	142 534,00	0,00
3880	Övriga bidrag	85 435,00	85 435,00	0,00
<b>Summa aktiverat arbete för egen räkning</b>		<b>227 969,00</b>	<b>227 969,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Övriga rörelseintäkter</b>				
3900	Övriga rörelseintäkter (gruppkonto)	0,00	0,00	186 766,00
3902	RF SISU Uppland	0,00	0,00	94 772,00
3988	Erhållna offentliga bidrag för personal	266 423,00	266 423,00	46 444,00
<b>Summa övriga rörelseintäkter</b>		<b>266 423,00</b>	<b>266 423,00</b>	<b>327 982,00</b>
<b>SUMMA RÖRELSENS INTÄKTER</b>		<b>993 760,58</b>	<b>993 760,58</b>	<b>695 171,00</b>
<b>RÖRELSENS KOSTNADER</b>				
<b>Råvaror och förnödenheter</b>				
4005	Bidrag DFIF	0,00	0,00	-61 775,00
4010	DM medaljer	0,00	0,00	-14 571,00
4012	DM	0,00	0,00	-720,00
4013	Start-/anmålningsavgifter	-48 310,00	-48 310,00	-7 308,00
4014	Långloppsserien	0,00	0,00	-2 160,00
4018	Plan/hallhyror	-50 865,00	-50 865,00	0,00
4019	Kost/logi	-276 537,60	-276 537,60	-117 144,00
4020	Materialkostnader ( idrottsmateriel)	-7 791,00	-7 791,00	-20 988,00
4021	Utbildningskostnad ( kost och lokal)	-22 833,00	-22 833,00	0,00
4049	Övriga kostnader	-13 780,00	-13 780,00	0,00
4060	kläder	0,00	0,00	-6 669,00
4120	Materialkostnader ( Idrottsarrangemang)	-5 198,00	-5 198,00	0,00
4121	Funktionärskostnader	-3 664,00	-3 664,00	0,00
4122	Priser/medaljer (Idrottsarrangemang)	-1 844,00	-1 844,00	0,00
4123	Startavgifter	-3 523,00	-3 523,00	0,00
4230	Reklamkostnader	-24 332,00	-24 332,00	0,00
<b>Summa råvaror och förnödenheter</b>		<b>-458 677,60</b>	<b>-458 677,60</b>	<b>-231 335,00</b>
<b>Övriga varu- och materialkostnader</b>				
4895	Årsmöteskostnader	-3 948,00	-3 948,00	0,00
<b>Summa Övriga varu- och materialkostnader</b>		<b>-3 948,00</b>	<b>-3 948,00</b>	<b>0,00</b>

	Period	Ackumulerat	Period fg år
<b>BRUTTOVINST</b>	<b>531 134,98</b>	<b>531 134,98</b>	<b>463 836,00</b>
<b>Övriga externa kostnader</b>			
5010 Lokalhyra	-15 460,00	-15 460,00	-26 097,00
5011 Hyra för förråd	-7 728,00	-7 728,00	-13 146,00
5015 Idrottsservice	0,00	0,00	-3 467,00
5060 Städning och renhållning	-3 975,36	-3 975,36	0,00
5090 Övriga lokalkostnader	-565,33	-565,33	0,00
5100 Fastighetskostnader (gruppkonto)	-203,20	-203,20	0,00
5170 Reparation och underhåll av fastighet	0,00	0,00	-4 947,00
5210 Canon skrivare	-1 534,56	-1 534,56	0,00
5490 Övriga förbrukningsinventarier och förbrukningsmaterial	-183,00	-183,00	0,00
5800 Resekostnader (gruppkonto)	-1 546,00	-1 546,00	-61 530,00
5820 Hyrbilskostnader	0,00	0,00	-15 264,00
6110 Kontorsmateriel	-168,00	-168,00	-124,00
6150 Trycksaker	-1 144,08	-1 144,08	0,00
6212 Mobiltelefon	-237,26	-237,26	0,00
6230 Datakommunikation	-178,10	-178,10	0,00
6250 Postbefordran	-1 616,17	-1 616,17	0,00
6310 Företagsförsäkringar	-1 900,00	-1 900,00	0,00
6390 Övriga riskkostnader	0,00	0,00	-2 646,00
6420 Ersättningar till revisor	-11 100,00	-11 100,00	0,00
6450 Bolagsstämma/års- eller föreningsstämma	0,00	0,00	-3 927,00
6455 Årsmöte förbundet	0,00	0,00	-1 920,00
6460 Möteskostnader	-3 858,00	-3 858,00	-3 042,00
6530 Redovisningstjänster	-26 532,00	-26 532,00	0,00
6540 IT-tjänster	-7 269,00	-7 269,00	0,00
6570 Bankkostnader	-1 859,00	-1 859,00	-900,00
6571 Postgiroavgifter	0,00	0,00	-950,00
6800 Inhyrd personal (gruppkonto)	-1 200,00	-1 200,00	0,00
6820 Inhyrd lagerpersonal	0,00	0,00	-78,00
6980 Föreningsavgifter	-1 956,00	-1 956,00	0,00
6990 Övriga externa kostnader	-13 747,07	-13 747,07	0,00
6992 Övriga externa kostnader, ej avdragsgilla	0,00	0,00	-1 250,00
<b>Summa övriga externa kostnader</b>	<b>-103 960,13</b>	<b>-103 960,13</b>	<b>-139 288,00</b>
<b>Personalkostnader</b>			
7010 Löner till kollektivanställda	-10 000,00	-10 000,00	-35 500,00
7011 Löner till kollektivanställda	0,00	0,00	-14 715,00
7110 Löner till idrottsutövare och tränare	-149 150,00	-149 150,00	-22 000,00
7210 Löner till tjänstemän	-285 496,00	-285 496,00	-101 800,00
7331 Skattefria bilersättningar	-1 812,50	-1 812,50	0,00
7410 Pensionsförsäkringspremier	-27 573,00	-27 573,00	0,00
7510 Arbetsgivaravgifter 31,42 %	-134 885,00	-134 885,00	-38 896,00
7530 Särskild löneskatt	-2 128,00	-2 128,00	0,00
7570 Premier för arbetsmarknadsförsäkringar	-15 451,00	-15 451,00	0,00
7690 Övriga personalkostnader	-1 601,51	-1 601,51	-13 971,00
<b>Summa personalkostnader</b>	<b>-628 097,01</b>	<b>-628 097,01</b>	<b>-226 882,00</b>
<b>RÖRELSERESULTAT</b>	<b>-200 922,16</b>	<b>-200 922,16</b>	<b>97 666,00</b>
<b>Finansiella poster</b>			
8020 Resultat vid försäljning av andelar i koncernföretag	0,00	0,00	29,52
8314 Skattefria räntetäckter	1 058,52	1 058,52	0,00
8410 Räntekostnader	-454,70	-454,70	0,00

	Period	Akkumulerat	Period fg år
<b>Summa finansiella poster</b>	<b>603,82</b>	<b>603,82</b>	<b>29,52</b>
<b>RESULTAT EFTER FINANSIELLA POSTER</b>	<b>-200 318,34</b>	<b>-200 318,34</b>	<b>97 695,52</b>
<b>SUMMA RÖRELSENS KOSTNADER</b>	<b>-1 194 078,92</b>	<b>-1 194 078,92</b>	<b>-597 475,48</b>
<b>Årets resultat</b>			
<b>8999</b> Årets resultat	200 318,34	200 318,34	-97 695,52
<b>Summa årets resultat</b>	<b>200 318,34</b>	<b>200 318,34</b>	<b>-97 695,52</b>
<b>BERÄKNAT RESULTAT</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>



## **Kommentarer till bokslut**

Se separat dokument som publiceras till årsmöteshelgen.

## 5. Verksamhetsplan 2024 för Mittsvenska Friidrottsförbundet

Mittsvenska Friidrottsförbundet ska under 2024 verka för gemenskap och vara en plattform för friidrotten inom distriktet genom att:

- ✓ Arbeta för goda förutsättningar för distriktets föreningar att bedriva träning och tävling genom att stötta föreningsutveckling i samverkan med våra tre RF-SISU-distrikt och SFIF. Fortsätta att arbeta för en jämställd och inkluderande friidrott - att göra friidrott till en idrott för alla, hela livet.
- ✓ Genomföra utbildningsuppdraget från Svensk Friidrott vad gäller utbildning av ledare, tränare, funktionärer och distriktsdomare. Även vara aktiva i frågor kring övrig utbildning av föreningar, ledare och aktiva inom olika områden.
- ✓ Etablera en ungdomskommitté inom distriktet vars syfte är att stärka ungdomars och unga ledares roll inom Mittsvensk friidrott och ge dem möjlighet att påverka verksamheten. Arbeta för att unga ledare inom distriktet kan mötas för kunskapsutbyte och gemenskap samt växa inom friidrotten.
- ✓ Ta ut distriktslag till Regionsmästerskapen 13-14 år inom- och utomhus samt främja god sammanhållning, bredd och gemensam värdegrund i lagen.
- ✓ Arrangera gemensamma tränings- och inspirationstillfällen, varav ett för 13-14-åringar, samt en större gemensam tränings- och inspirationsdag för flera åldrar i samband med vår- eller höstmötet.
- ✓ I samarbete med distriktets medlemsföreningar arrangera Inomhus-DM (Gävle) och arena-DM. Samt genom att uppdra medlemsföreningar arrangera följande DM-tävlingar: 10000 m, 5000 m, 3000 m, 2000 m, lång och kort terräng, 10 km landsväg, halvmaraton samt maraton, i den mån det är möjligt.
- ✓ Uppmana och stödja föreningar att aktivt söka RM- och SM-tävlingar.
- ✓ Koordinera distriktets tävlingskalender, handlägga sanktioner för tävling inom distriktet samt godkänna distriktsrekord i enlighet med fastställda regelverk.
- ✓ Aktivt arbeta med att stärka Mittsvenska Friidrottsförbundet verksamhetsmässigt och ekonomiskt samt verka för att fattade beslut genomförs på ett sätt som är gynnsamt för friidrotten i det nya distriktet som helhet.
- ✓ Fortsätta inkludering av parasporten på både distrikts- och föreningsnivå samt påbörja integration av OCR, Ultra och trail på distriktsnivå.

## 6. Styrelseledamöter

Styrelseledamöter inom Mittsvenskans Friidrottsförbund sedan förbundet bildades 2022.  
Inom parentes anges antalet år i styrelsen

Jenny Eriksson (2)	2022–2023
Tobias Heldt	2022 (t.o.m. mars 2022)
Annica Hjorth (2)	2022–2023
Josefin Häggblom (2)	2022–2023
Ann-Sofie Lundblad (2)	2022–2023
Leif-Göran Mosell (2)	2022–2023
Christina Ridderstråle (2)	2022–2023
Mats Åkerlind (2)	2022–2023

### Adjungerade till styrelsen:

-

### Presidierna

Presidierna inom Mittsvenska Friidrottsförbundet sedan förbundets bildande 2022.

#### Ordföranden

Leif-Göran Mosell                      2022–2023

#### Vice ordföranden

Christina Ridderstråle                2022–2023