

Motion från Bara Friidrottsklubb, Eslövs AI & Lomma FIK till Förbundsårsmötet 2025

Ämne: Översyn av regelverket för tävlingar för barn, ungdomar, seniorer och veteraner

Förslag till beslut:

Att Sveriges Friidrottsförbund gör en översyn av tävlingsreglerna, i syfte att modernisera regelverket genom mer flexibla och inkluderande tävlingsregler på alla nivåer och med särskilt fokus på barn- och ungdomsgrupper.

Bakgrund:

Friidrotten är en individuell och fantastisk idrott som bygger på gemenskap, glädje och utveckling. Det nuvarande regelverket riskerar dock att skapa hinder för potentiella deltagare, särskilt bland barn och ungdomar. Dagens regler gällande tävlingsklasser, höjder och könsuppdelning tenderar att utesluta deltagare, vilket leder till att många unga atleter avstår från tävling och i värsta fall också tappar intresset för friidrott. En av utvecklingsresorna i Riksidrottsförbundets Strategi 2025 är "En ny syn på träning och tävling", där vi författare av motionen anser att just en ny syn på tävling inte fallit hela vägen ut inom friidrotten.

Exempel på problematik:

- Könsuppdelning i tävlingar:** Under tävlingar tävlar pojkar och flickor separat, även om deras träningsnivå eller tekniska nivå kan vara väldigt lika. Detta kan resultera i att antalet deltagare från en förening blir begränsat, särskilt i mindre föreningar där det inte finns så många aktiva inom varje åldersklass och kön. En mer flexibel inställning där till exempel blandade könsgrepp tillåts att tävla gemensamt, skulle ge fler en chans att uppleva tävlingsglädje då de kan genomföra grenar tillsammans med sina kompisar.
- Mixade stafettlag:** På ungdoms- och juniornivå är det i många fall inte tillåtet att bilda mixade stafettlag (där tjejer och killar från samma klubb kan tävla i ett lag, eller mixa aktiva från olika föreningar). Att öppna upp för mixade stafetter på alla nivåer skulle främja laganda och inkludering, samtidigt som det gör tävlandet roligare och mer tillgängligt för alla. Som det är idag kan det vara svårt att bilda stafettlag inom en förening och ett kön i en åldersgrupp. På många tävlingar har vi upplevt att det går att vara flexibel när det gäller aktiva från olika föreningar, men det har också förekommit att anordnande förening inte accepterat ett sådant deltagande.
- Ingångshöjd i höjdhopp:** Många ungdomar väljer att avstå från att tävla i höjdhopp på grund av hög ingångshöjd, vilket gör att de inte ens får chans att komma igång. Detta gäller särskilt för äldre ungdomar som kanske har en annan utvecklingstakt eller kommit in i friidrotten senare. En mer flexibel och individanpassad höjdstandard eller upplägg på tävlingar skulle göra att fler vågar tävla och känna sig inkluderade.
- Häckhöjder:** Häckhöjder är idag baserade på ålder och kön. Detta kan skapa problem för de individer som har en senare fysisk och/eller teknisk utveckling. Till exempel tävlar P12 med häckar på 76cm, medan F13 tävlar med häckar på 68cm. Många gånger sker pojkars fysiska tillväxt senare än flickors, varför en sådan

höjdvariation inte alltid motsvarar individens fysiska kapacitet. En mer flexibel reglering av häckhöjder, som tar hänsyn till fysisk utveckling snarare än strikt ålder

och kön, skulle ge fler ungdomar möjlighet att delta och utvecklas. Som det är nu premieras de tidigt utvecklade medan de som är sena stängs ute från att tävla.

5. **Vikter i kastgrenar:** Medan det är allmänt vedertaget att killars pubertet brukar påbörjas någon gång mellan 9 och 14 år och totalt sett pågå under fyra till sex år så är det fasta regler för när killars vikt i kastgrenarna ökas. Redan i klassen 13 år ökas tex kula & slägga till 3 kg och vid 14 år till 4 kg. En ökning till 4 kg sker alltså samtidigt som en del killar inte ens påbörjat sin tillväxt.

Motivering:

Friidrott ska vara en sport där alla, oavsett kön, ålder eller utvecklingsnivå, känner sig välkomna. Genom att anpassa tävlingsreglerna kan vi skapa en mer inkluderande och glädjefyllt tävlingsmiljö som både främjar deltagande och långsiktig utveckling. En ny och mer flexibel indelning av tävlingsklasser skulle kunna bidra till att fler vill och vågar tävla utan att regler och uppdelningar hindrar deras engagemang och personliga utveckling.

Detta skulle kunna gynna både barn, unga och seniorer utanför eliten, samt veteraner. Med en mer flexibel indelning skulle fler få möjlighet att utvecklas i sin egen takt, vilket kan göra skillnaden mellan att börja, fortsätta eller sluta med friidrotten. Självklart finns det ett internationellt regelverk att följa för de som tävlar på högsta nivå, men för de som vill tävla på sin egen nivå är det viktigt att skapa en tävlingsstruktur som känns tillgänglig och utmanande.

Med detta förslag skulle vi skapa en friidrott där deltagare kan tävla på sin nivå, och i sin egen takt, vilket skulle stärka både föreningarna och hela friidrotten. Därför föreslår vi att Sveriges Friidrottsförbund gör en översyn av tävlingsreglerna för att skapa ett mer öppet och inkluderande regelverk.

Yrkande:

Vi yrkar på att:

- Sveriges Friidrottsförbund gör en översyn av tävlingsreglerna, i syfte att modernisera regelverket genom mer flexibla och inkluderande tävlingsregler på alla nivåer och med särskilt fokus på barn- och ungdomsgrupper.

Bara Friidrottsklubbs, Eslövs AI & Lomma FIKs styrelser

genom Linda Wemmert, ordförande, Björn Persson, ordförande & Björn Kårén, ordförande