



Nyhetsbrev från Mittsvenska Friidrottsförbundet

Hej föreningar där ute! Här kommer samlad information om vad som händer i Mittsvenska friidrottsförbundet.

Förening

Mittsvenska Friidrottsförbundets årsmöte 2025

Distriktets årsmöte genomfördes 23 mars på Scandic Väst i Gävle med god stämning, bra genomgångar och värdefulla frågor, förslag och medskick från de 10 representerade föreningarna. Vi tackar alla föreningsrepresentanter för ert engagemang!

Vi hälsar även Claes Littorin välkommen till ytterligare ett år som ordförande och tackar Mats Åkerlind som nu avgår som ledamot i styrelsen för ditt engagemang och dina insatser för distriktet!

Alla årsmöteshandlingar finns på [hemsidan](#).

Årsrapport 2024

Stort tack till alla er 88 föreningar i Mittsvenska som skickat in årsrapporten för verksamhetsåret 2024! Detta var en stor förbättring från förra årets 60 föreningar. TACK!

Resultatet sammanställs just nu och kommer att vara vägledande i hur förbundet och distriktet riktar sina framtida insatser.

Tips till föreningar

Checklista för styrelsen

Många föreningar har haft eller har sina årsmöten i närtid. Detta kan innebära att nya personer tillträder föreningsstyrelsen eller en fortsättning för de ledamöter som redan är på plats. Oavsett ny eller gammal i föreningsstyrelsen är det vissa saker ni behöver ha koll på. En del är idrottsgenerella och en del friidrotts specifika. [HÄR](#) hittar ni en checklista för styrelsen.

Projektstöd

Nu är ansökan öppen för Projektstöd IF. Detta är ett bidrag som din förening kan söka för projekt inom tre olika teman: *Inkluderande och trygga föreningsmiljöer*, *Parafriidrott* och *Idrott 65*. All information om detta hittar ni [HÄR](#).

Föreningssmart

Föreningssmart hjälper till att få igång processer i föreningen där föreningens medlemmar ges möjlighet till att ge sin bild av vad de tycker att föreningen ska fokusera på. Ett ypperligt tillfälle att starta med efter föreningens årsmöte!

Mer info om detta hittar ni [HÄR](#).

Kommittéer

Ungdomskommittén

Ungdomskommittén har blivit fler! I samband med Mittsvenska Friidrottsförbundets årsmöte hade ungdomskommittén sin uppstartsträff. Från att ha varit fyra fantastiska ungdomar har dom nu blivit sju! Vi ser fram emot att följa er under 2025!

[HÄR](#) kan ni läsa mer om ungdomskommittén!

Veterankommitté

Nu är dom igång! Ett första uppstartsmöte har nu genomförts och ett påbörjat arbete med veteranverksamheten i distriktet är påbörjat! MEN dom vill bli fler!

Är du veteran (35+) med intresset och viljan att engagera dig i utvecklingen av veteranverksamheten i distriktet? Skicka ditt intresse till:

mathilda.karlsson@friidrott.se



Utbildning

Friidrottstränare - Steg 1

Den 10 – 11 maj arrangeras utbildningen Friidrottstränare - Steg 1 (tidigare kallad Grundträning i friidrott 10–12 år) i Uppsala. Utbildningen riktar sig till nya tränare eller de som redan är aktiva som tränare men saknar grundläggande friidrottsutbildning. Fokuset i utbildningen är att introducera friidrottens olika grenar och skapa en positiv och inkluderande träningsmiljö. Detta är också första steget i Friidrottens utbildningstrappa.

Sista anmälningssdag 15 april! Mer information och inbjudan till utbildningen hittar ni [HÄR](#).

Tävling

Välkomna till årets distriktsmästerskap

Datum	Tävling	Arrangör
5 maj	Halvmaraton	Sätters FIK
10 maj	10 km landsväg	Föreningen Östhammar Friidrott
6–8 juni	Arena-DM	MFIF med Bålsta IK som värd
2 juli	3000m bana	LK Roslagen
18 juli	10 000m bana	Leksands FIK
6 september	5 000m bana	IFK Mora FIK
4 oktober	Terräng	LK Roslagen
18 oktober	Maraton	Uppsala Maraton

Mittsvenskas tävlingsserie 2025

Nu är deltävlingar, regler, upplägg och priser spikade för Mittsvenskas tävlingsserie 2025. Tävlingsserien riktar sig till PF13/15/17 som tävlar individuellt och till PF7/9/11 som samlar deltagarpoäng till föreningen. In och läs mer på [hemsidan!](#)

Tidigarelagd ansökan tävlings sanktion

Ansökan om tävlings sanktion inför inomhussäsongen 2026 är tidigarelagd. I år ska ansökan vara inskickad senast den 30 april. Läs mer om tävlings sanktion [här](#).

Friidrottshälsning från

Mathilda Karlsson, föreningsansvarig Mittsvenska

