



Välkommen till  
höstmötet!

---

# Dagens program

---

10.00 - 10.15 Inledning

10.15 - 10.50 Pararesan

10.50 - 11.00 Paus

11.00 - 12.00 Tävlingar

12.00 - 13.00 Lunch

13.00 - 13.30 Information från SFIF

13.30 – 14.30 Workshop - Öppna diskussioner

14.30 - 15.00 Fika och sammanfattning

15.00 - 16.00 Öppet forum (Frivilligt) - Tid för erfarenhetsutbyte, mm.



# Inledning

---

Uppdatering från Mittsvenskas styrelse

Presentation – Varvet runt

- Namn
- Förening



---

# Pararesan

---

# Paus

10.50 – 11.00

# Tävlingar

Hur har tävlingsåret 2024 sett ut?

Vilka tävlingar kommer arrangeras 2025?

- Gemensam DM-helg 7-8 juni 2025 (Bålsta IK)
- Uppdatering IRM – Södra Svealand

Finns intresset att arrangera något av följande DM i samband med era tävlingar 2025?

- Terräng
- Landsväg
- Maraton
- Halvmaraton
- Mångkamp
- Stafett
- Gång
- OCR
- Andra förslag

Geografisk rotationsplan för DM – Hur ställer ni er till detta?

Tävlingsserie Mittsvenska

- Inspiration från [Södra Norrland](#)

# Lunch

12.00 – 13.00

# Workshop - Öppna diskussioner

## **Framtidens Mittsvenska**

Vilka utmaningar har ni föreningar?

Vad har ni föreningar för behov/ önskemål.

Vad vill vi jobba för i Mittsvenska?

## **Utbildning**

Krav från förbundet

Önskemål & förslag från föreningar





# Sammanfattning

TÄVLINGAR – UTBILDNINGAR – GEMENSAMMA TANKAR FRAMÅT



**MITTSVENSKA**  
SVENSK FRIIDROTT

# Kontaktpersoner

---

## Styrelsen

- Kontaktuppgifter hittar ni på hemsidan

## Mittsvenska friidrottsförbundets föreningsansvarige

- Mathilda Karlsson ([mathilda.karlsson@friidrott.se](mailto:mathilda.karlsson@friidrott.se))

## RF-SISU konsulenter

- Uppland: Frida Ohlström ([frida.ohlstrom@rfsisu.se](mailto:frida.ohlstrom@rfsisu.se))
- Gävleborg: Emma Håkansson & Julia Allansson ([emma.hakansson@rfsisu.se](mailto:emma.hakansson@rfsisu.se), [julia.allansson@rfsisu.se](mailto:julia.allansson@rfsisu.se))
- Dalarna: Eva Lignell ([eva.lignell@rfsisu.se](mailto:eva.lignell@rfsisu.se))

## Svenska friidrottsförbundet

# Öppet forum

TID FÖR ERFARENHETSUTBYTE, MM.