



IFK Umeå

FRIIDROTT

VERKSAMHETSPLAN 2021

Version 201102

Med anledning av Covid-19 kommer verksamhetsplanen i högsta grad att påverkas och då framförallt gällande tävlingar. Styrelsen jobbar kontinuerligt med anpassningar utifrån rådande läge och restriktioner.

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 för de yngsta har arbetats om under hösten 2020 och funnit sin form och kommer att genomföras på ett liknande sätt kommande år. Grupperna har omarbetats för att vara mer inriktade mot träningsbakgrund, träningsvilja samt tävlingsvilja istället för att vara bundet till ålder. Grupperna kommer att döpas om från nuvarande åldersgrupper till färger under senhösten/ vintern för att individanpassa nivåerna. Under 2021 kommer vi att fortsätta arbetet med att stimulera fler barn och ungdomar att stanna kvar i verksamheten samt att utöka antal aktiva från 10 år och äldre. Vi kommer i högre grad anpassa träningsformer för att höja kvaliteten genom att erbjuda fler grenspecifika träningspass och för äldre grupper ställa

tydligare krav på ambitiös, tävlingsinriktad träning. För detta har vi fortsatt en anställd tränare med generell och specifik friidrottskompetens. Team IFK Umeå är den samlande benämningen på äldre ungdomar, juniorer och seniorer som är inriktade på en tävlingskarriär.

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 2021 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.

Inför hösten 2020 tog IFK Umeå över arrangemanget av Blodomloppet och vi hoppas på att under 2021 få arrangera ett fysiskt lopp i samarbete med Blodcentralen/Region Västerbotten och Blodomloppet nationellt.

IFK Umeå har i samråd med Svenska Friidrottsförbundet 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 2021 identifierat ett antal strategiska insatser som syftar till att utveckla verksamheten i sin helhet:

- 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 7 år. Friidrottsskola

- Träning 1 gång per vecka
- Tävlingar på hemorten
- Sommarfriidrottsskola 3 veckor

Grupp 8-9 år. Svart grupp

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

Grupp 10-11 år. Vit grupp

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

Grupp 12-13 år. Blå grupp

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

Grupp 14-15 år.

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

Team IFK Umeå ungdom (-15 år)

- Träning 3-4 gånger per vecka
- Tävlingar på hemorten, i distriktet och Norrland
- Aktivt samarbete med FIG/FPC
- Kraftmätningen
- Träningsläger utomlands

Team IFK Umeå

- Grenspecifik träning måndag-fredag på våra träningstider och de tider som FIG disponerar. Gemensam allmän träning på lördagar
- 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.

MOTIONSLOPNING

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)
- Varvetmilen