

## Sportchefsrapport till telefonmöte 20/3 2013

Måndagen den 8 januari besökte jag styrelsemötet för Västra Götalands styrkelyftförbund för genomgång av tänkt upplägg och organisation under SM-veckan i Halmstad. Gemensamt besök och träff med organisationsansvariga i Halmstad planeras under mars månad.

I stort sett hela vecka fyra handlade om SM-veckan i Falun med direktsänd presskonferens på tisdagen. Miia Liimatainen var vårt ansikte utåt i den TV-sändningen. Torsdagen ägnades åt riggning av arenan, samordning mellan arrangörer och Falu Stad samt middag hos landshövdingen på kvällen. Inbjudna var deltagande SF:s representanter samt RF:s högsta ledning. Trevligt☺

Fredag-lördag tävlades det och på söndagen revs tävlingsarenan. Bra arrangerat!

Det första lägret för utvecklingslandslaget hölls följande helg och var mycket uppskattat. Lördagen bestod förutom träning i rörelseanalyser av samtliga lyftare med hjälp av Bosöns sjukgymnaster. Bilden av våra svagheter blir allt tydligare (läs enkelspåriga synsätt på träning) och söndagen bestod i utbildning i aktiv rörelseträning (INTE stretching), vilket innebär att man tar hjälp av antagonistmuskulatur för att töja och stäcka ut musklerna. Även här var RF:s expertteam handledare. MÅNGA aha-upplevelser kom för dessa individer under denna helg.

Ett veteranläger genomfördes i Södertälje den 9/2 med stor uppslutning och var väldigt uppskattat av deltagarna. Fortsättning följer garanterat och skall ske inom budgetramen för veteranlandslaget.

Förutsättningarna för riktat stöd 2013 blev överenskomna med Janne Carlstedt (se separat mail).

22-24/2 åkte jag med domare, coacher och främst lyftare till ungdoms och juniornordiska mästerskapen på Island. Tävlingen blev en svensk succé med sex

guld, ett silver och en femteplats som facit. Bästa lyftare på poäng blev: Bland damjuniorer Linn Ark, Sverige. Bland herrjuniorerna tog Henrik Fransson och Alexander Eriksson andra respektive tredje plats. Bland ungdomsherrarna var topp tre svenskt med Eddie Berglund, Martin Enqvist och Simon Karlsson. Sverige vann nationalskampen på herrsidan till norrmännens förtret☺

Helgen därpå genomfördes U/J/V SM i Bollnäs. Ett mycket bra arrangemang med stort startfält men dåligt med publik. Noterbart är att många ungdomar och juniorer tävlar klassiskt!

Måndagen därefter träffade jag representanter från Visit Södra Dalarna för diskussion om svenskt arrangemang av EM eller VM i framtiden.

Följande helg deltog jag i arbetsmötet tillsammans med Johnny, Thomas och Patrik T.

/Robert

## Kanslirapport

Efter en rätt turbulent tid och sedan semester på kansliet finns inte så mycket nytt att rapportera. Vi var på en konferens som var i två delar: först en dag om Idrottslyftet. Vi har ett digert arbete framför oss att skriva en rapport om och analys av Idrottslyftet fram till nu, hur vi har använt det och hur föreningarna använder och uppfattar det. Detta ska vara klart sista juni.

Vi har fyra helt nya Idrottslyftansökningar, två ansökningar om materialinköp och en fyllnadsansökan som inte är skriven än. Dessa ligger i bifogat dokument.

Vi har fyra föreningsansökningar där bara en är klar men inte har fått sin bedömning från distriktet än. Skickar den klara (Kraftsportklubben Friscoteket i Munka) i separat mail.

Rapport från ungdomskommittén, 4 mars 2013

Under SM i Bollnäs träffades jag, Robban och Johnny för samtal om bland annat fortsatt utveckling av strategi gällande träning och tävling för 11-13-åringar.

Följande punkter är riktmärken för det fortsatta arbetet:

Jag ska kontakta Christer Hagström och Micke Gradin med en förfrågan om de vill engagera sig i ungdomskommittén. Johan Swahn har avsagt sig sitt uppdrag.

Strategi gällande träning och tävling för 11-13-åringar:

#### UTBILDNINGSSTEGE

SISU erbjuder Plattformen och Grundutbildning.

Förbundet erbjuder utbildning för barn- och ungdomsledare.

#### TRÄNING

Förbundet lanserar en övningsbank, som testklubbarna är med och utvärderar. Michail Tonkonogis tillika RFs rekommendationer ligger till grund för vårt upplägg.

#### TÄVLING

Robban ska sända en länk för vidare info, men här följer en kort beskrivning (Robban rättar mig om nödvändigt)

1. 11-13-åringar tävlar i klassisk styrkelyft.
2. Kof. används.
3. Teknik premieras i och med diplomlyftningens fokus. Ju fler godkända lyft desto högre poäng.
4. Vinner gör den med högst poäng.

#### TESTKLUBBAR

Nordanstig United, Östersund, Trossö och Jokkmokk (ska tillfrågas. Annars förslagsvis Bollnäs?) är testklubbarna och ska under resterande 2013 prova vårt träningsupplägg som sedan utvärderas. Därefter fattas beslut om nya insatser.

Testklubbarna får vardera 25 000 kronor (av SSFs 150 000 b&u-kronor) som öronmärks till ex. något/några av följande inköp (Robban och jag ska specia den mer exakt. Dessa är förslag):

Teknikstänger och teknikvikter

Utbildningsmaterial

Föreläsningar

Viss tränarersättning

Utrustning - lyftarskor, trikåer, marktofflor, strumpor etc.

Kvitton ska kunna visas upp.

#### SERIE

11-13-åringarna noteras i en egen serie, men har samma tävlingsdagar som vanliga serien. Vi rekommenderar att dessa inleder tävlingen.

#### PRISER

Förslag:

100 godkända lyft - förbundet tilldelar lyftaren en medalj.

1 ton - förbundet tilldelar lyftaren en pokal.

Varje enskild atletklubb ansvarar för att meddela förbundet att resultatet har uppnåtts.

#### MOTIONEN

Motionen ska fortfarande läggas fram på årsmötet.

#### INFORMATION

Information om gällande regler, upplägg och resultat av projektet ska läggas ut på hemsidan, på facebooksidan samt sändas ut till alla barn- och ungdomsledare som inlämnat sina e-postadresser.

Information ska även sättas upp i form av affischer på alla berörda atletklubbar. (Alla enskilda atletklubbar ansvarar för sin egen organisation av ledarledd träning för denna målgrupp).

#### UTVÄRDERING

Beroende på vad förbundet i utvärderingen i slutet av året kommer fram till beslutas om vidare insatser.