

SVENSK 2030 STYRKELYFT



Svensk Styrkelyft 2030

Vår strategiska plan

Detta dokument är svensk styrkelyfts gemensamma strategiska plan.

Innehållet har arbetats fram av medlemsföreningarna tillsammans under 2025. Inledningsvis träffades representanter från landets föreningarna i Örebro en helg i mars månad, för att under en professionell processledares guidning samtala och lägga grunden för dokumentets innehåll.

Efter en bred inbjudan anmälde sig därefter engagerade representanter till en arbetsgrupp med uppgift att systematiskt arbeta igenom allt som skapats under processhelgen i Örebro.

När arbetsgruppen färdigställt ett utkast på den strategiska planen, lades utkastet publikt som en bred remiss och synpunkter inhämtades från rörelsen. Därefter färdigställdes en slutlig version som fastställdes under ett extra årsmöte.

Svensk styrkelyft 2030 är med andra ord medlemmarnas egna strategi och den guidar rörelsen i dess arbete på förbunds-, distrikts- och föreningsnivå till och med 2030.

Strategins struktur innehåller såväl de mjuka delarna vision, verksamhetsidé och värdegrund, som de hårda delarna verksamhetsområden med mål och hur vi når dem. Det är inte en skrivbordsprodukt som värmer en byrålåda, det är en karta och kompass som guidar oss när vi utvecklar vår idrott.

Ett hjärtligt och stort tack till alla som inblandade i framtagandet. En fantastisk insats av engagerade styrkelyftare som systematiskt vill utveckla vår idrott. Tack!

SVENSKA STYRKELYFTFÖRBUNDET

Levi Bergstedt

Ordförande

Ola Silvdahl

Generalsekreterare



Vår vision

Styrkelyft - stark gemenskap
för alla, hela livet

SVENSK 2030
STYRKELYFT 



Vår verksamhetsidé

Styrkelyft gör Sverige starkare genom träning, tävling och gemenskap, från motionär till elit.

Vår värdegrund

Glädje

Ren idrott - rent spel

Individuellt och tillsammans

SVENSK 2030
STYRKELYFT 



Våra verksamhetsområden

KÄRNVERKSAMHET

Arrangemang

Elit

Bredd & motion

Barn & ungdom

Para

STÖDVERKSAMHET

Marknad

Kommunikation &
media

Utbildning

Omvärld

Arrangemang

Definition

Internationella, nationella, regionala och lokala tävlingar eller events som organiseras, godkänns eller sanktioneras av förbundet.

Övergripande mål

Att svensk styrkelyft erbjuder både högklassiga och högkvalitativa nationella och internationella arrangemang, med högt intresse från lyftare, publik, sponsorer och media, samt lokala och regionala arrangemang som är tillgängliga, roliga och säkra samt har god geografisk spridning.

Mål och mätpunkter 1/2

1. Högkvalitativa tävlingar (nationell/internationell)

- SSF har minst 10 utbildade SM-speakers respektive Tävlingssekreterare
- Minst 4 st SM-kommentatorer
- Svenska mästerskap får 4,3/5 poäng i utvärderingar (lyftare och publik)
- Utställningsyta med minst 5 utställare
- Inramning av tävling som "tar bort gympahallen"

2. Högklassiga tävlingar (nationell/internationell)

- Pallen på klassiska SM (SL senior) håller internationell standard (minst topp 10 på EM)
- Minst 10 landslagslyftare deltar på SM (klassisk SL senior)
- SSF arrangerar minst 1 internationell tävling (EPF/IPF) var fjärde år
- Lag-SM är ett prioriterat arrangemang (vidareutveckling pågår)

3. Högt intresse från publik (nationell/internationell)

- Antal unika visningar på streamen: 10 000 för klassiska senior-SM, 5 000 för övriga SM
- Antal betalande besökare: fler än 1 000 på klassiska senior-SM

4. Högt intresse från sponsorer och media

- Mäts inom kommunikation och media

5. Högt intresse från lyftare

- Ration mellan antal kvalade och antal anmälda (klassiska senior-SM, SL)

Mål och mätpunkter 2/2

6. God geografisk spridning (alla nivåer)

- 50 % av föreningarna arrangerar årligen en tävling (lokal/regional/nationell nivå)
- X antal tävlingar totalt per år (per nivå)
- Minst 10 unika föreningar ansöker årligen om att arrangera olika SM/LDM/DM
- SM roterar jämnt mellan Götaland, Svealand och Norrland
- Minst 1 internationellt mästerskap (EM/VM) per fyraårsperiod

7. Lokala & regionala arrangemang

- Ska vara tillgängliga, roliga och säkra

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter: 1/2

- Skapa en tydlig struktur, strategi och organisation för arrangemang på förbunds nivå samt distrikts nivå
- Ta fram en utbildning för speaker/webbkommentator samt genomför utbildningstillfällen
- Etablera samarbete(n) och samverkan med destinationsbolag, idrotter, kommuner och aktörer för att säkerställa tillgång till arenor
- Kvalitetssäkra standard på prioriterade tävlingar för att möta mål gällande kvalitet, klass, lyftarintresse, publik, media och sponsorer
- Ta fram processbeskrivningar för arrangemang, som möter avtalskrav gällande kvalitet, klass, publik och sponsorer
- Verka för att alla mästerskap beaktar dimensioner av kvalitet, klass, publik och sponsorer
- Ta fram inramning och material för att skapa en attraktiv tävlingsyta på prioriterade mästerskap
- Undersök förutsättningarna för och dialog med landslagslyftare för att bygga motivation och möjlighet att delta på SM
- Säkerställ att tävlingskalendern för SM är anpassad efter prioriterade internationella mästerskap
- Verka för att föreningar och förbund har kompetens och förmågor för internationella mästerskap, samt en stark position mot EPF/IPF
- Genomför en gapanalys för att identifiera säkerställa mycket hög kvalitet på streamen för nationella mästerskap
- Definiera målgrupp/-er som vi vill nå

SF - Aktiviteter: 2/2

- Utvärdera befintliga arrangemang ur de publikperspektiven, förväntningar på tävlingsmomentet, pauser, före, under och efter tävling
- Nationell mediaplan med stöd till SDF/Arrangör vid arrangemang, sociala media och pressreleaser till regional media – (samverkan Media och kommunikation)
- Proaktivt höra av sig till lokal/regional/nationell media för att uppmärksamma arrangemanget (samverkan Media och kommunikation)
- Styr tillsättning av arrangör efter mål – långsiktighet och framförhållning i planering och utläggning av prioriterade arrangemang
- Bygga guide och manual för serie/lokala tävlingar
- Bygga relation och position mot EPF/IPF
- Identifiera potentiella arrangörsföreningar för internationella mästerskap och jobba proaktivt
- Arbeta strategiskt med destinationsbolag och externa partners för att möjliggöra internationella (och större nationella) arrangemang
- Skapa mötesplatser/punkter för arrangörsföreningarnas tävlingsledare
- Organisera erfarenhetsutbyte, workshops gällande arrangemang.

SDF - Aktiviteter:

- Skapa en tydlig struktur, strategi och organisation för arrangemang på distriktsnivå
- Etablera samarbete(n) och samverkan kommuner och aktörer för att säkerställa tillgång till arenor
- Ta fram processbeskrivningar för arrangemang, som möter avtalskrav gällande kvalitet, klass, publik och sponsorer
- Verka för att distriktsmästerskap beaktar dimensioner av kvalitet, klass, publik och sponsorer
- Proaktivt höra av sig till lokal/regional media för att uppmärksamma arrangemanget (samverkan Media och kommunikation)
- Stötta nya och mindre föreningar att komma igång med arrangemang
- Bygga guide och manual för serie/lokala tävlingar
- Organiserar erfarenhetsutbyte, workshops gällande arrangemang
- Distriktets lyftare engageras i nationella och internationella arrangemang

IF - Aktiviteter:

- Ta fram processbeskrivningar för arrangemang, som möter avtalskrav gällande kvalitet, klass, publik och sponsorer
- Utvärdera befintliga arrangemang ur de publikperspektiven, förväntningar på tävlingsmomentet, pauser, före, under och efter tävling
- Proaktivt höra av sig till lokal/regional/nationell media för att uppmärksamma arrangemanget
- Distriktets lyftare engageras i nationella och internationella arrangemang

Elit

Definition

Förbund: Verksamhet för ungdoms-, junior- och seniorlyftare i landslag som representerar Sverige på internationella mästerskap.

Förening och distrikt: Verksamhet för lyftare som representerar föreningen på nationella mästerskap (nationell elit).

Övergripande mål

Att svensk styrkelyfts landslag håller högsta internationella standard avseende både lyftare och coacher, där dessa agerar som förebilder som inspirerar befintliga aktiva, attraherar nya förmågor och skapar stort intresse i media.

Mål och mätpunkter: samtliga landslag

- 1. En strukturerad landslagsorganisation med en avlönad resurs som driver landslagen med både topp och nivå strax under.**
- 2. God återväxt med en stark grupp av framtida landslagslyftare.**
 - Samtliga landslagsansvariga har identifierat en grupp av potentiella talanger
- 3. Svensk styrkelyft har landslagscoacher på högsta internationella nivå**
 - Minst 10 utbildade coacher med högsta kompetens att coacha internationella tävlingar
- 4. Landslagen har återkommande landslagsläger av hög kvalitet, god laganda och kompetensutveckling Nationellt fördelade läger för elit och de strax under yttersta toppen.**
 - Det finns en tydligt uppsatt struktur och målbild för återkommande landslagsläger Minst ett landslagsläger per år och ålderskategori (U J S) där en bredare trupp bjuds in. Olika uttagningar kan sedan ske utifrån gruppen. Det finns naturliga samlingsplatser lämpade för landslagsläger med geografisk spridning över landet.

Mål och mätpunkter: Klassisk styrkelyft (prioriterat landslag)

1. Det klassiska seniorlandslaget i styrkelyft håller högsta internationella standard

- Samtliga uttagna seniorlyftare placerar sig topp 10 eller högre på EM och VM
- Topp 3 i lagtävlingen på herr respektive damsidan (senior)
- Årlig svensk representation på större internationella inbjudningstävlingar
- Minst en svensk deltagare på World Games (var fjärde år)
- 3 EM-medaljer på Senior-nivå per år (inkl. delgrensmedalj, varav minst en total)
- 3 VM-medaljer på Senior-nivå (inkl. delgrensmedalj, varav minst en total)

2. Det klassiska landslaget i styrkelyft har en god återväxt och en stark grupp av framtida landslagslyftare

- 10 Juniorlyftare deltar årligen på EM eller VM
- 15 deltagare respektive medaljer på UJ på nordiska mästerskapen

Mål och mätpunkter: Klassisk bänkpress

1. Det klassiska seniorlandslaget i bänkpress håller högsta internationella standard

- Samtliga uttagna seniorlyftare placerar sig topp 5 eller högre på EM och VM
- Topp 3 i lagtävlingen på herr respektive damsidan (senior)
- Min 5 EM-medaljer på Senior-nivå per år
- Min 5 VM-medaljer på Senior-nivå per år

2. Det klassiska landslaget i bänkpress har en god återväxt och en stark grupp av framtida landslagslyftare

- Min 5 juniorslyftare deltar årligen på EM eller VM
- 10 ungdom/junior lyftare tävlar och tar medalj på Nordiska mästerskapen i Klassisk bänkpress

Mål och mätpunkter: Utrustad Styrkelyft

1. Det utrustade seniorlandslaget i styrkelyft håller högsta internationella standard.

- Samtliga uttagna seniorlyftare placerar sig topp 8 eller högre på EM och VM
- Min 3 EM-medaljer på Senior-nivå per år (inkl. delgrensmedalj, varav minst en total)
- Min 2 VM-medaljer på Senior-nivå per år (inkl. delgrensmedalj, varav minst en total)

2. Det utrustade landslaget i styrkelyft har en god återväxt och en stark grupp av framtida landslagslyftare

- Minst 3 juniorlyftare deltar årligen på EM eller VM
- 5 ungdom/juniorlyftare tävlar och tar medalj på nordiska mästerskapen

Mål och mätpunkter: Utrustad bänkpress

1. Det utrustade seniorlandslaget i bänkpress håller högsta internationella standard.

- Samtliga uttagna seniorlyftare placerar sig topp 5 eller högre på EM och VM
- Topp 3 i lagtävlingen på herr respektive damsidan
- Minst 5 EM-medaljer på Senior-nivå per år
- Minst 5 VM-medaljer på Seniorsnivå per år

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter 1/2:

- Undersöka förutsättningarna för att ha en avlönad elitansvarig som står för struktur i hela landslagsorganisationen.
- Sätta upp ramverk och struktur för att fånga upp potentiella talanger, strax under yttersta eliten.
- Upprätta ett "Talangprogram" där, förutom de idrottsliga meriterna tas i anspråk, även att vara en förebild och god ambassadör för idrotten.
- Utbilda fler landslagscoacher med utbildningsmaterial och en coachtrappa.
- Sätta upp en tydlig struktur för landslagsläger med fokus på laganda, kompetensutveckling och inspiration för de som inte är självklara VM-lyftare.
- Undersöka digitala kvalitativt kunskapshöjande föreläsningar som komplement.
- Inventera föreningars möjlighet till resurser och kompetens att kunna hålla elitsamlingar hos sig.
- Bygga relationer och kommunikationsstruktur mot nyckeltränare av landslagslyftare
- Ta fram en tydlig, transparent och strukturerad process för uttag till respektive landslag och internationella tävlingar.
- Samverka med lärosäten avseende forskning och utveckling

SF - Aktiviteter 2/2:

- Marknadsföra RIU/EVL och dubbla karriärer.
- Etablera och utveckla NIU-verksamhet.

SDF - Aktiviteter:

- Skapa en tydlig struktur, strategi och organisation för arrangemang på distriktsnivå

IF - Aktiviteter:

- Skapa goda sociala- träningsmiljöer så att lyftare kan få ökad kunskap och inspiration och hjälp av varandra

Bredd & Motion

Definition

Verksamhet på förbunds, distrikts och föreningsnivå för vuxna lyftare 26 år och äldre på alla nivåer.

Övergripande mål

Att antalet föreningar, medlemmar och licenserade har ökat till 2030, samt att veteranlandslagets internationella nivå bibehålls.

Mål och mätpunkter:

1. Att antal föreningar ansluta till SSF har ökat till 150.
2. Att antal medlemmar i SSF:s föreningar har ökat till 30 000.
3. Antal licenserade vuxna har ökat till 3000.
4. Könsfördelning är minst 40/60 bland medlemmarna.
5. 90% av alla föreningar känner till RF-SISU och sin idrottskonsulent.
6. Sverige är topp 5 som nation i Europa i de klasser vi deltar i på veteran-EM.

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter:

- Strategiskt och aktivt arbeta med föreningsbesök och föreningsutveckling
- Identifiera, utbilda och motivera ledare
- Samverka med Riksidrottsförbundet och RF-SISU distrikt
- Samarbete/samverka med kommersiella gym och/eller andra idrotter/organisationer för att synliggöra styrkelyft och skapa samarbeten som kan gynna IF
- Årliga undersökningar som visar hur föreningarna mår och hur de behöver stöd för att utvecklas
- Stödja att det startas upp fler föreningar, speciellt i områden där det inte finns så många
- Stödmaterial för hur läger, gemensamma träningar och prova-på tillfällen kan genomföras
- Skapa medvetenhet om fördelar med styrketräning
- Gemensamma träningsläger för 26+ och 65+, samt veteranlandslag
- Riktgränser/kvalgränser för veteranlandslag
- Skapa erbjudanden och rabatter kopplade till licensen

SDF - Aktiviteter:

- Ta stöd av RF-SISU distrikt.
- Samverka med kommuner.
- Speciellt stödja nya föreningar när de etablerats.
- Gemensamma träningar/träningsläger för 26+ och 65+.
- Skapa nätverk för föreningar inom sitt distrikt i syfte av samarbete och föreningsutveckling.
- Skapa värde i att delta på distriktsmästerskap och landsdelsmästerskap.

IF - Aktiviteter:

- Ta stöd av RF-SISU distrikt.
- Ta stöd av och samverka med kommun.
- Samarbete/samverka med kommersiella gym och/eller andra idrotter/organisationer.
- Starta upp och/eller utveckla verksamhet för 26+ och 65+.
- Arrangera öppet hus och prova-på-tillfällen.
- Arrangera prova-på / inofficiella tävlingar.
- Genomföra kampanjer som riktar sig mot nya medlemmar, exempelvis workshops och nybörjarkurser.
- Skapa/öka antal kompletta lag för att premiera "lagidrotten" i styrkelyft.

Förtydligande: andra organisationer kan exempelvis vara PRO.

Barn & Ungdom

Definition

Verksamhet på förbunds, distrikts och föreningsnivå för lyftare upp till 25 år.

Övergripande mål

Att skapa en långsiktig, växande och inkluderande styrkelyftsrörelse för barn och ungdomar, där fler föreningar, fler aktiva och starka evenemang bidrar till glädje, gemenskap och utveckling på alla nivåer.

Mål och mätpunkter:

1. Att antal LOK-stödsföreningar är minst 100
2. Att antal deltagartillfällen (LOK) är minst 100 000
3. Att antal licenserade ungdomar och juniorer är minst 1000
4. Att antal licenserade U11-13 är minst 50
5. Antal utbildade barn och ungdomsledare är 200
6. Att minst 100 föreningar har minst en ledamot i styrelsen som är 25 år eller yngre

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter:

- Strategiskt och aktivt arbeta med föreningsbesök och föreningsutveckling
- Identifiera, utbilda och motivera ledare
- Samverka med Riksidrottsförbundet och RF-SISU distrikt
- Samarbete/samverka med kommersiella gym och/eller andra idrotter/organisationer för att synliggöra styrkelyft och skapa samarbeten som kan gynna IF
- Årliga undersökningar som visar antal aktiva barn och ungdomar och hur föreningar behöver stöd för att utvecklas
- Stödmaterial kring hur föreningar startar upp eller utvecklar barn- och ungdomsverksamhet
- Informera och säkerställa att föreningar registrerar LOK-stödsaktiviteter
- Stödmaterial kring träningsprogram och terminsplanering
- Stödmaterial kring trygga lyftarmiljöer
- Öka etablering av styrkelyft i socioekonomiskt svaga områden
- Stötta föreningar att ingå i Fritidskortet
- Etablera och utveckla LIU Styrkelyft

SDF - Aktiviteter:

- Ta stöd av RF-SISU distrikt.
- Sprida information och goda exempel från distriktets föreningar.
- Samla distriktets barn och ungdomsledare för utbildning, erfarenhetsutbyte och motivation.

IF - Aktiviteter:

- Ta stöd av RF-SISU distrikt.
- Ta stöd av och samverka med kommun.
- Samarbete/samverka med kommersiella gym och/eller andra idrotter/organisationer.
- Starta upp och/eller utveckla barn och ungdomsverksamhet.
- Rekrytera och motivera barn och ungdomsledare.
- Söka både organisatoriskt och ekonomiskt stöd från SF och RF-SISU distrikt för att utveckla sin verksamhet.
- Registrera LOK-stödsaktiviteter.
- Ingå i Fritidskortet.
- Arbeta aktivt för att skapa trygga idrottsmiljöer.
- Möjliggöra delaktighet för barn och ungdomar i föreningens styrelse.
- Vara delaktiga i skolsamverkan och tydliggöra styrkelyft som föreningsidrott.
- Arrangera prova-på / inofficiella tävlingar.
- Arrangera öppet hus och prova-på-tillfällen.
- Utvärdera hur föreningen kan sänka trösklar in till sporten och sin förening.

Para

Definition

Verksamhet på förbunds, distrikts och föreningsnivå för personer med funktionsnedsättning.

Övergripande mål

Att paraverksamheten är integrerad och synlig på alla nivåer i svensk styrkelyft.

Mål och mätpunkter: Parabänkpress

1. Antal föreningar med anpassad utrustning: 25
2. Antal föreningar med aktiv verksamhet: 12
3. Antal föreningar med LOK-aktivitet: 12
4. Antal aktiva med licens: 15
5. Antal utbildade ledare: 15

Mål och mätpunkter: Styrkelyft IFN

1. Antal föreningar med ledarledd verksamhet: 7
2. Antal klassificerade med licens: 15
3. Antal utbildade ledare: 15

Att Sverige är representerat internationella tävlingar i parabänkpress och Special Olympics

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter: 1/2

- Egen del på SSFs hemsida som administreras av paraverksamhetens ansvariga. Denna ska innehålla information och material med tydlig, lätt tillgänglig och enhetlig struktur.
- Tillhandahålla och administrera aktuella utbildningar och fortbildningar för tränare, lyftare och förening i enlighet med verksamhetsområdets utbildningsplan.
- Ansvara för utbildare, deras behov av fortbildning och kompetensstöd.
- Ansvara för att det finns utbildade domare som speglar behovet i paraidrotten samt deras fortbildning och aktivitet.
- Arrangera tävlingar och ansvara för funktionärer med rätt kompetens.
- Tillhandahålla en uppdaterad och relevant dokumentbank som förenklar spridning av information och kunskap om paraverksamheten för SDF och IF på lokal nivå.
- Stöd till SDF och IF kring information från Parasporten och deras distrikt kring möjligheter för deltagelse på lokala event, prova-på aktiviteter och annan form för samverkan.
- Samarbeta med nationella och internationella aktörer för att skapa flera tävlingsmöjligheter och mötesplatser för målgruppen och dess ledare. * Detta inkluderar att samverka med övriga paralympiska idrotter för att nå målen i Strategi 2035.
- Stöd till IF i uppstart av verksamhet, i samarbete med lokala RF-SISU distrikt.

SF - Aktiviteter: 2/2

- Stöd till IF i analys av deras verksamhet och hur IF kan marknadsföra egen förening för personer med funktionsnedsättning och vara tydliga med vad man kan erbjuda i förhållande till tillgänglighet, kompetens och stöd för individen.
- Samarbeta med övriga paraidrotter genom att vara ett komplement och det naturliga valet som utbildare för deras ledare och aktiva inom styrketräning.
- Samarbeta med anpassad skola och IF lokalt där förbundets instruktörer utbildar pedagoger på aktuell skola tillsammans med ledare från aktuell förening så att de kan skapa kontakt direkt.
- Ta fram kostnadsfria digitala moduler som introducerar parabänkpress och Styrkelyft IFN som idrotter, tips och råd till förening kring tillgänglighet och bemötande, uppstart av verksamhet, goda exempel/mallar för samarbete och samverkan med lokala aktörer.
- Tillhandahålla en uppdaterad lista över föreningar med anpassad utrustning och aktiv verksamhet.

** betyder: WPPO, IPF, EPF, Nordiska och Baltiska länder, RF centralt, Parasportförbundet, Sveriges Paralympiska kommitté, RF-SISU paradistrikt, gymkedjor etc.*

SDF - Aktiviteter:

- Kommunikatör mellan SF och IF. Ha en ansvarig i styrelsen som tar del av SF:s aktuella information och säkerställer att denna når distriktets medlemsföreningar.
- Bistå SF i planering av tävlingar och att hitta aktuella IF.
- Krav till aktiva i SDF-styrelse att genomföra SF:s digitala moduler som introducerar paraidrotten och dennes möjligheter inom SF.
- Aktivt uppmuntra alla IF i eget distrikt att genomföra SF:s digitala moduler för att höja kunskap och sänka trösklar för att starta upp verksamhet lokalt.

IF - Aktiviteter:

- Aktivt uppmuntra och möjliggöra för sina medlemmar i alla åldrar att delta på förbundets fysiska och digitala utbildningar för paraverksamheten.
- Tillhandahålla lokaler för utbildning och tävlingsarrangemang och bistå SF och SDF i praktisk planering.
- Med stöd från SF göra en analys av hur man kan marknadsföra egen förening för personer med funktionsnedsättning och vara tydliga med vad man kan erbjuda i förhållande till tillgänglighet, kompetens och stöd för individen.
- Starta upp aktiv verksamhet för målgruppen.
- Samarbeta med anpassad skola och SF där förbundets instruktörer utbildar pedagoger på aktuell skola tillsammans med ledare från aktuell förening så att de kan skapa kontakt direkt.
- Samverka med paradistrikt, andra paraidrotter och lokala aktörer (kommun, kommersiella gym, Friskis & Svettis etc.) där man bjuder in målgruppen till "prova-på" i egna eller extern aktörs lokaler.
- Delta på lokala arrangemang för att synliggöra paraidrotten och IF.

Marknad

Definition

Strategiska partnerskap som genererar hållbara intäkter och stärker svensk styrkelyfts långsiktiga ekonomi.

Övergripande mål

Att svensk styrkelyft är en attraktiv marknadspartner och har ingått ett flertal ekonomiskt starka samarbeten.

Mål och mätpunkter:

Att SSF senast 2030 har en portfölj av strategiska partnerskap som årligen genererar minst 30 % av Svenska Styrkelyftförbundets totala intäkter genom kontanta sponsorintäkter, naturaprestationer och/eller direkta bidrag.

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter:

1. Utveckla och skapa våra erbjudanden
2. Paketera våra erbjudanden
3. Definiera våra modeller på partnerskap
4. Identifiera våra tänkbara parter, deras behov och uppsidor av samarbetet
5. Bearbeta potentiella partner
6. Teckna samarbetsavtal
7. Aktivera, utveckla och behålla partnerskapet

SDF - Aktiviteter:

- Medverka vid aktivering

IF - Aktiviteter:

- Medverka vid aktivering

Kommunikation & Media

Definition

Kommunikations- och mediainsatser för att öka intresse och kännedom om styrkelyft, samt att sprida information och stärka styrkelyfts varumärke.

Övergripande mål

Att Svensk Styrkelyft, med engagerande, relevant och intressant extern kommunikation skapar ett högt intresse, ökad kännedom och en positiv bild av styrkelyft!

Att Svensk Styrkelyft med informativ, tydlig och engagerande intern kommunikation bidrar till gott samarbete, tydliga kommunikationsflöden samt god förståelse för uppsatta mål och aktiviteter.

Att Svensk Styrkelyft, genom goda och aktiva mediarelationer, skapar ett stort intresse och engagemang för styrkelyft.

Mål och mätpunkter: Extern kommunikation

1. Hemsida:

- Antal besök per år: 200 000

2. Instagram:

- Antal följare: 15 000
- Antal inlägg över 75 000 visningar per år (2030): 10

3. Facebook:

- Antal följare: 12 000
- Antal inlägg över 50 000 visningar per år: 10

4. Antal procent som känner till och har en positiv bild av styrkelyft:

- 10–15 % känner till sporten
- 50 % av de som känner till har en positiv bild

Mål och mätpunkter: Intern kommunikation

1. Distriktsledarforum: 4–8 st/år

2. Distriktsledarträff: 1 st/år

3. Föreningsträffar per distrikt: 1 st/år

4. Utskick till föreningar från SSF: 4 st/år

Mål och mätpunkter: Media

1. Direktkontakter till riksmmedia: 4 st

2. SDF som har direktkontakt till lokal/regional media: 8 st

3. IF som har direktkontakt till lokalmedia: 50 st

4. Reportage från riksmmedia: 10 st/år

5. Reportage från lokal/regional media: 50 st/år

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter: 1/2

- Sätta ny grafisk profil och manual för användning
- Utveckla hemsidan styrkelyft.se
- Tydliggöra Svenska Styrkelyftförbundets stöd och funktion
- Skapa en kommunikations- och kanalstrategi
- Uppdatera kommunikationspolicy kopplat till SSF:s vision och värdegrund
- Erbjud manualer för kommunikations- och kanalstrategi till SDF och IF
- Erbjud mediaträning till förbundsrepresentanter
- Erbjud manualer för mediahantering till IF
- Se över och utveckla krisberedningsplan
- Skapa en prenumerationsfunktion och skicka ut nyhetsbrev
- Medieansvarig som ansvarar för kontakt med riksmedia samt stöttar SDF/IF med innehåll till media
- Skicka ut pressmeddelande till distrikt och föreningar vid stora händelser
- Sammankalla till distriktsledarforum/träffar
- Samverka med styrkelyftare inom samtliga nivåer och skapa personporträtt för att öka spridning på sociala medier
- Aktivt uppsökande av riksmedia i form av pressmeddelanden och inbjudningar till pressträffar
- Samverka med annan etablerad media utöver riksmedia, exempelvis podcasts/youtube-kanaler
- Genomföra opinionsundersökningar för att mäta kännedom och bilden av styrkelyft
- Skapa en bildbank med fri tillgång för media, SDF och IF

SF - Aktiviteter: 2/2

- Samverka med SDF och IF vid marknadsföring av arrangemang
 - Skapa både tryckt och digital marknadsföring
 - Ta fram nomineringar inom styrkelyft för att sprida goda exempel, exempelvis årets förening
- Nominera till priser hos Riksidrottsförbundet
- Visa upp styrkelyft i flera sammanhang

SDF - Aktiviteter:

- Ta del av och distribuera manualer för kommunikations- och kanalstrategi
- Genomgå mediaträning
- Distribuera manualer för mediahantering till IF
- Se över och utveckla krisberedningsplan
- Medverka på distriktsledarforum
- Arrangera föreningsträffar
- Skicka ut regelbunden information till IF via önskad kanal
- Samarbeta med SF och IF med personporträtt för att öka spridning på sociala medier
- Aktivt uppsökande av lokal och regional media
- Strukturerat samla in det som skrivs/görs i media och skicka in till SF för statistik
- Samverka med annan etablerad media utöver lokal/regional media, exempelvis podcasts/youtube-kanaler
- Dela bilder med SF för att fylla på bildbank
- Samverka med IF och SF vid marknadsföring av arrangemang
- Skapa både tryckt och digital marknadsföring
- Nominera till priser som finns lokalt och/eller hos SF

IF - Aktiviteter:

- Ta del av manualer för kommunikations- och kanalstrategi
- Ta del av manualer för mediahantering
- Se över och utveckla krisberedningsplan
- Medverka på föreningsträffar arrangerade av respektive SDF
- Skicka ut regelbunden information till medlemmar via önskad kanal
- Samverka med styrkelyftare inom samtliga nivåer och skapa personporträtt för att öka spridning på sociala medier
- Aktivt uppsökande av lokalmedia
- Strukturerat samla in det som skrivs/görs i media och skicka in till SF för statistik
- Samverka med annan etablerad media utöver lokalmedia, exempelvis podcasts/youtube-kanaler
- Visa upp styrkelyft i flera sammanhang, exempelvis idrottens dag
- Dela bilder med SF för att fylla på bildbank
- Samverka med SDF och SF vid marknadsföring av arrangemang
- Skapa både tryckt och digital marknadsföring
- Nominera till priser som finns lokalt och/eller hos SF

Utbildning

Definition

Folkbildnings- och utbildningsinsatser i syfte att utveckla individ, förening och förbund.

Övergripande mål

Folkbildning- och utbildningsverksamheten följer en tydlig och enhetlig struktur som tillgodoser svensk styrkelyfts behov.

Mål och mätpunkter:

1. Antal utbildningstimmar i egen regi: 1200
2. Antal utbildningstimmar i SISU Idrottsutbildarnas regi: 2000
3. Antal utbildningstimmar i annans regi: 100
4. Antal utbildningstimmar "Ren Vinnare": 750

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter: 1/2

- Ta fram tydliga och hållbara utbildningsplaner för varje verksamhetsområde utifrån behov
- Tillhandahålla en utbildningsportal som följer en tydlig, lätt tillgänglig och enhetlig struktur
- Utbilda instruktörer till aktuella utbildningar, ansvara för deras fortbildning och administrera dessa. Säkerställa att det finns instruktörer som kan verka i alla distrikt
- Ta fram kostnadsfria digitala utbildningspaket för förening och individ i alla ålderskategorier som ökar kompetens, engagemang och förståelse för föreningsarbete och styrkelyft som tävlingsidrott*
- Ta fram "grönt kort"-utbildning för lyftare och coacher som deltar på nationella mästerskap. En utbildning som är relevant för alla nivåer men obligatorisk 2030 inför deltagande på SM-nivå. Här ingår även genomförande av "Ren Vinnare"
- Ta fram och administrera coachutbildning som är relevant för alla nivåer inom styrkelyft
- Administrera förbundets domarutbildning och tillhandahålla instruktörer
- Administrera och ansvara för tränar- och ledarutbildningar för barn och ungdom, unga vuxna och paraidrotten**
- Samarbeta med övriga SF inom parasporten genom att vara det naturliga valet som utbildare för deras ledare inom styrketräning
- Möjliggöra för IF att på lokal nivå samverka med skolor och utbilda pedagoger och elever i styrketräning med skivstång
- Aktivt uppmuntra och möjliggöra för IF att utbilda ledare för 65+ via RF-SISU

SF - Aktiviteter: 2/2

- Stärka samarbetet med RF-SISU och Antidoping Sverige så att deras relevanta utbildningar blir ett naturligt komplement till egna utbildningspaket både på nationell och lokal nivå***
- Löpande dialog med SDF och IF i förhållande till behov och möjligheter i varje distrikt

* "Körkort" för förening med moduler som tas fram efter behov och önskemål.

Kompletteras med RF-SISU och Antidoping Sveriges utbildningar.

** Tränar- och ledarutbildningar för dessa målgrupper kan IF söka medel för, och SSF kan därmed räkna med kostnadstäckning för genomförandet.

*** Exempel externa utbildningar: Ren Vinnare, Vaccinera Klubben, styrelseutbildning via RF-SISU, utbildning för valberedning, LOK-stöd, unga ledare etc.

SDF - Aktiviteter:

- Behovsanalys i eget distrikt av utbildningsansvarig, kommunicera behov och möjligheter med förbundets ansvariga
- Samverka med närliggande distrikt i förhållande till aktuella utbildningar
- Lägga till rätta och samordna för utbildningar i distriktet i dialog och samarbete med SF och föreningar
- Aktivt uppmuntra och lägga till rätta för utbildning via SF och RF-SISU

IF - Aktiviteter:

- Analysera och kommunicera utbildningsbehov i föreningen till SDF och SF
- Lägga till rätta för egna medlemmars intresse och möjligheter för utbildning
- Ha löpande kontakt med styrkelyftansvarig i aktuellt RF-SISU-distrikt
- Aktivt uppmuntra och möjliggöra för sina medlemmar i alla åldrar att delta på utbildning via SF och RF-SISU

Omvärld

Definition

Verksamhet nationellt och internationellt i syfte att stärka svensk styrkelyft och svensk idrotts möjlighet att påverka utvecklingen.

Övergripande mål

Att svensk styrkelyft är representerat i beslutande organ, såväl nationellt som internationellt, samt får gehör och kan påverka beslut för svensk styrkelyfts och svensk idrotts bästa.

Mål och mätpunkter:

Att svensk styrkelyft har 2030 representation i olika beslutande organ och referensgrupper enligt nedan:

- Riksidrottsstyrelsen (RS) / Förbundsstyrelsen (FS): 1
- RF/SISU distriktsstyrelser: 2
- Referensgrupper: 3
- IPF Executive Board (styrelse) och/eller dess kommissioner/kommittéer: 3
- EPF Executive Board (styrelse) och/eller dess kommissioner/kommittéer: 3

Förslag på aktiviteter för att nå målen

SF - Aktiviteter:

- Nominera till och medverka aktivt i olika referensgrupper
- Aktiv medverkan inför, under och efter Riksidrottsmötet (RIM)
- Aktiv medverkan inför, under och efter Riksidrottsforum (RIF)
- Aktiv medverkan på RF:s ordförandeträffar
- Aktiv medverkan på RF:s GS-träffar
- Löpande återkoppling till SSF-medlemmar
- Löpande kommunikation i omvärldsfrågor med SSF:s medlemmar och SDF
- Skapa goda relationer till och samverka med andra förbund och nationer (NF)
- Aktiv medverkan inför, under och efter EPF samt IPF:s general assembly

SDF - Aktiviteter:

- Aktiv dialog med RF/SISU distrikt
- Aktiv medverkan inför och under RF/SISU distriktens årsmöte
- Aktiv dialog med SSF avseende riktning och innehåll i omvärldsfrågor

IF - Aktiviteter:

- Ta del i diskussion och ge inspel till positiv förändring
- Ha löpande kontakt med sin hemkommun avseende föreningens förutsättningar till träning och tävling

SVENSK 2030 STYRKELYFT



SVENSK
STYRKELYFT