



IFK Umeå

FRIIDROTT



Klubben har under året haft stora framgångar på löparsidan. Här några av deltagarna på ett lyckat terräng-SM i Höganäs (fr.v. Mikkel Knif, Erik Linnér, Jan Karlsson, Charlotte Andersson, Evelina Henriksson och Göran Kero)

Verksamhetsberättelse 2021

(1/11 2020-31/10 2021)

Styrelse

Anna-Karin Hammar	Ordförande
Hans Nilsson	vice ordförande
Johan Svensson	Kassör
Johnny Karlsson	
Jonas Sundström	
Kristina Odin Grimbert	Föräldrarepresentant
Robin Rohlén	Aktivas representant

Styrelsen har under året haft 12 protokollförda möten där huvuddelen har genomförts digitalt.

Kommittéer

Marknadskommittén	Johnny Karlsson
Träningskommittén	Jonas Sundström
Tävlingskommittén	Göran Kero, Hans Nilsson

Valberedning

Tor Lindberg, (representant för de aktiva), Jonas Sundström (representant för tränarna), Marcus Arvidsson (ledarrepresentant).

Representation

Sektionen har varit representerad på IFK Umeås årsmöte samt föreningsstyrelsens samrådsmöten, VFIF:s planeringskonferens och årsmöte samt SFIF:s årsmöte.

Medlemmar

Den 1 november 2021 hade friidrottssektionen följande medlemssiffror:

Ålder	Män	Kvinnor	Totalt
0 - 10 år	138	103	241
11 - 12 år	45	31	76
13 - 14 år	26	22	48
15 - 16 år	7	6	13
17 - 18 år	6	8	14
19 - 22 år	6	11	18
23 - 34 år	27	20	47
35 -	80	41	121
Totalt	341	250	591

Det totala medlemsantalet har ökat med 14 st. sedan fjolåret. Vi kan se en förändring i att vi ökat stort i det yngsta åldersgrupperna där vi startat nya träningsgrupper och kunnat ta in fler barn. Vi ser även motsvarande tapp i de äldre åldersgrupperna där vi t.ex. inte har kunnat hålla igång våra stor löpargrupp i samma omfattning som tidigare p.g.a. pandemin. Även i gruppen 17-22 år kan vi se ett tapp. Där har träningsmöjligheterna i stor grad försvårats med anledning av restriktionerna kring pandemin.

Träning och tävling

De mål som sattes upp inför 2021 var:

- 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 genomföra ett framgångsrikt kval för män senior till lag-SM
- att rekrytera minst 10 nya föräldrar, anhängare 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.

Målluppfyllnaden har trots ett ovanligt idrottsår kunnat uppfyllas till stor del. Vi har genom Sommarsatsningen ökat antalet tonårsfriidrottare med 10 tonåringar i 14-års åldern. Vi har rekryterat ca. 15 nya föräldratränare till friidrotten och 4 nya ungdomstränare (Stella Sällström, Elin Hellqvist, Josef Berggren och Angelica Konradsson). Vi har rekryterat ungefär 200 barn till Sommarfriidrottsskolan vilket var det dubbla än målet. Vår kölista till barnidrotten har strukturerats upp och vi har erbjudit ungefär 130 barn friidrott i vår ordinarie verksamhet varav cirka 100 har tackat ja. Trots detta fylls vår kölista på snabbare än vi kan erbjuda platser.

Vi ser dock att målsättningen med ett lag till lag-SM varit svår att nå då vi i ett flertal teknikgrenar inte har den bredd som krävs för att mönstra ett slagkraftigt lag.

Barn och ungdomar

Utgångspunkten för verksamheten är den policy som sektionen antog 2017. Verksamheten har varit uppdelad så att de yngsta grupperna har tränat en gång i veckan, söndagar. De andra grupperna har tränat två eller tre gånger i veckan tisdagar, torsdagar och/eller lördagar.

Grupp Grön födda 2013-2014

- Träning 1 gång per vecka
- Tränare: Elin Ålevik och Elin Hellqvist + föräldratränare

Grupp Röd födda 2013

- Träning 1 gång per vecka
- Tränare: Daniel Andersson-Junkka, Elin Hellqvist och Andreas Grönlund + föräldratränare

Grupp Gul födda 2009-2012

- Träning 2 gånger per vecka
- Tränare: Frida Jonsson + föräldratränare

Grupp Vit födda 2011-2012

- Träning 2 gånger per vecka
- Tränare: Emilia Kjellgren, Melissa Andersson, Josef Berggren + föräldratränare

Grupp Blå födda 2009-2010

- Träning 2 gånger per vecka
- Tränare: Evelina Henriksson, Daniel Andersson-Junkka, Stella Sällström + föräldratränare

Grupp Team IFK Umeå Ungdom födda 2009-2006

- Träning 3 gånger per vecka
- Tränare: Jonas Sundström, Robert Lodwika, Mea Kulla, Frida Jonsson, Lucas Sällström, Elin Granlöf och Tomas Westlund

Intresset för friidrott bland barn och unga är stort. Tillströmningen av nya medlemmar är nu så omfattande att vi har svårigheter att ta emot alla som vill vara med i vår verksamhet. Många har stått i kö och vi har under året har vi utökat med två nya träningsgrupper och tagit in 10 nya barn i Team IFK Umeå Ungdom. Totalt har vi tagit in ca. 100 nya barn i befintliga och nya grupper i IFK Umeå friidrott.

Sommarfriidrottsskolan, som har arrangerats under tre veckor för totalt 200 barn, blev en framgång tack vare en välplanerad verksamhet under ledning av Lotti Kung och Vilmer Vännman. Det medförde att höstens nyrekrytering av ledare ökade med två stycken, Stella Sällström och Elin Hellqvist.

Sommarsatsningen var ett lyckat projekt genomfört av Frida Jonsson. Hon tränade 14 ungdomar som är nya för friidrott under sommaren två gånger i veckan. Till hösten ville sedan 10 av barnen fortsätta med friidrott i vår ordinarie verksamhet.

Nestléspelen var ett tävlingsprojekt som genomfördes under våren och sommaren. Det innebar att 3 tävlingar arrangerades för barn upp till och med 12 år och fokus låg på deltagande istället för prestation. På 2 av 3 tävlingar bjöds det även på korv och saft. Tävlingarna har varit uppskattade av både föräldrar och barn.

Juniorer och seniorer

IFK Umeå och övriga friidrottsklubbar i Umeå har den stora fördelen att kunna samarbeta med Riksfriidrottsgymnasiet och Friidrottens prestationscentrum. Viss träning har genomförts i samverkan med FIG/FPC och några av föreningens talangfulla gymnasieungdomar och elitaktiva har studerat vid FIF/FPC och därmed fått tillgång till kvalificerad träning i kombination med sina studier.

Ser vi till årets sportsliga resultat kan vi se tillbaka på ännu ett mycket framgångsrikt år. Vi har nu ända sedan 2019 kunna se en väldigt positiv trend kring resultatuvecklingen inom vår förening. Dock kan vi konstatera att de största framgångarna just nu kommer inom medel- och långdistanslöpningen där klubben har en imponerande topp men även toppbredd.

Så trots att tävlingssäsongen under stora delar varit drabbat av restriktioner där endast de aktiva som av Svenska Friidrottsförbundet klassats som elitaktiva har kunnat tävla så kan vi blicka tillbaka på ett av de mer framgångsrika åren det senaste decenniet.

Återigen kan ett framgångsrikt friidrottsår läggas till handlingarna, särskilt om man betänker att inomhussäsongen på grund av pandemirestriktionerna i stort sett varit obefintlig.

Årets SM-tävlingar gav många framskjutna placeringar; 21 st finalplaceringar, dvs bland de 8 främsta, något fler än förra årets 18 finalplaceringar. Antalet medaljplaceringar är också fler än i fjol, nämligen 7 medaljer. Pricken över i:et, guldmedaljen, saknas dock, något som veteransidan kompenserat med råge.

Årets 19 finalplaceringar på SM:

Charlotte Andersson K 2:a terräng 10 km, 3:a 10000m, 3:a terräng 4 km, 5:a halvmaraton

Evelina Henriksson K 8:a maraton

Robin Rohlén M 2:a 800m ISM

Tor Lindberg M 6:a diskus

Martin Nilsson M 8:a halvmaraton

Evelina Henriksson K22 2:a 10 km väg, 3:a 5000m JSM, 3:a terräng 8 km
Jonathan Edman M22 4:a 10 km väg, 4:a 5000m JSM, 6:a 1500m JSM
Stella Sällström F17 6:a 100m häck USM
Ella Olsson F16 7:a terräng 4 km
Nora Wallenius F16 6:a 3000m USM
Elias Malm P16 6:a 1500m USM, 7:a 3000m USM
Emil Sehlstedt P16 8:a 3000m USM

F15 4:a 4x80m (Hanna Urpiala Seeman, Vera Lauri, Tuva Steneberg, Iris Grimbert)

På Svenska friidrottsförbundets åldersgruppsindelade Sverige-bäсталistor hittar vi detta år 58 st IFK Umeå-resultat på 20-bästa; 4 inomhusresultat och 54 utomhusresultat. 2020 hade vi 28 inomhus- och 42 utomhusnoteringar bland de 20 bästa. Av dessa 58 resultat finns 21 bland de 10 bästa.

Antalet nya klubbrekord är i år 23 st, 6 inomhus- och 17 utomhusrekord, totalt 17 färre än i fjol, men utomhusrekordens antal är precis lika många detta år som förra året. I dessa siffror kan vi tydligt utläsa pandemins starka inverkan på inomhusverksamheten.

Antalet ungdomsmärkesmottagare är 35 st, det största antalet hittills under detta millennium och ett mycket gott kvitto på den breda ungdomsverksamheten. Vi behöver gå tillbaka ända till 1992 för att hitta ett högre antal märkesmottagare. För att erhålla ungdomsmärket krävs att man har uppnått resultatgränser som Svenska Friidrottsförbundet har fastställt.

Veteranernas SM inomhus genomfördes inte detta år, men 11 medaljer, varav 8 i guld, har trots detta ändå bärgats. Ett extra plus måste ges till Göran Jonsson, M50, som detta år blivit svensk mästare på 4 distanser och slagit nytt svenskt veteranrekord i M50 5 km väg, 10 km väg och 1 timmes löpning.

SM-resultat för våra mest framgångsrika veteraner 2021:

Sune Persson M75 guld: femkamp, stav, spjut

Reino Olervo M70 brons: 200m, 400m

Göran Jonsson M50 guld: 10 km väg, 1500m, 5000m, 10000m

Jan Karlsson M50 guld: terräng 8 km

Charlotte Andersson K35 brons: 10 km väg

I Västerbottens GP i löpning har IFK Umeås löpare haft stora framgångar och dominerat resultatlistorna fullständigt. I inte mindre än 17 av de 18 loppen har en IFK:are segrat i herrklassen. Vinnare i respektive klass blev Karsten Meier och Charlotte Andersson. Även detta

Att 2021 varit framgångsrikt visar sig också i "SM-pokalen" som är den tävling där Sveriges friidrottsföreningar samlar poäng utifrån SM-placeringar. I årets sammanställning placerar vi oss som landets 24:e förening och klart bäst i Norrland. Placeringarna de senaste åren har här varit: 2020: 38:a, 2019: 31:a och 2018: 43:a,

Motionslöpning

Motionslöpgruppen har under vintern inte kunnat genomföra sina träningar som tidigare år. För att ändå hålla igång verksamheten har gruppen anpassat träningen genom att springa utomhus och i mindre grupper. Under sommaren med lättade restriktioner har man under Liselott Jezeks ledning arrangerat olika löparutflykter för mindre grupper till fina områden runt om i länet. Mycket uppskattade arrangemang. Under hösten har träningsverksamheten startat om enligt normala rutiner.

Egna tävlingsarrangemang

Mål

De mål som sattes upp inför 2021 var:

- 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

Vi gick in i året med stor osäkerhet kring vad vi skulle kunna förvänta oss i tävlingsväg. Vi har dock under detta år gjort precis som under 2020 d.v.s. anpassat oss efter förutsättningarna och lyckats hålla verksamheten igång. Tyvärr kunde vi ej genomföra några inomhustävlingar med anledning av de restriktioner som gällt under vintern. När dessa lättades från juli innebar det också att vi kunde återgå till normalt tävlande. En reflektion kring tävlandet är att vi märker ett tapp på motionärer i våra lopp under hösten. Tävlingslöparna dyker upp mangrant men motionärerna har inte hittat tillbaka till tävlandet ännu.

Som nya arrangörer för Blodomloppet så fick vi även detta år genomföra loppet digitalt. Med drygt 2000 deltagare hör vi till landets absolut största Blodomlopp "på distans" och genom marknadsföringsinsatser har vi lyckats hitta många nya deltagare i de mindre inlandskommunerna som annars kanske inte hade åkt hela den långa resan till Umeå för att delta i ett fysiskt lopp. Totalt ökade vi deltagandet med ca. 500 motionärer jämfört med 2020.

Några som förtjänar en stor eloge för sitt arbete med årets tävlingar är Göran Kero, Jonas Sundström, Hans Nilsson och Isak Hermansson som alla gjort stora insatser för vår tävlingsverksamhet. Här bör även Göran Kero ha ett extra omnämnande som tävlingsledare för årets Finnkamp samt som domare / kontrollant i ett flertal tävlingar på nationell och internationell nivå.

Tävlingsarrangemang under 2021

Nolia friidrottshall

Vinterns restriktioner innebar att vi ej kunde genomföra några tävlingar

Landsvägslopp

Umemilen
Skärgårdsloppet
Sommarmilen
Höstfemman
KM i löpning
Vintercupen (3 deltävlingar)
Resultattävling 5 km

Campus Friidrottsarena

Björkspelen (i mindre upplaga)
Umeå Öppna kommunmästerskap
Löparnas kväll (5 tävlingstillfällen)
PRK (8 tillfällen)
Umekastet (4 tävlingstillfällen)
Castorama (2 tillfällen)

Virtuella arrangemang

Blodomloppet på distans

Utbildning

Under året har utbildningsverksamheten av förklarliga skäl tyvärr gått på sparlåga p.g.a. de restriktioner som inföll under våren. Glädjande är att vi i träningsgrupperna kunnat rekrytera flera nya föräldratränare.

Ekonomi

Sektionen har en välskött och stabil ekonomi. Våra tävlingsarrangemang är otroligt viktiga för vår ekonomi och här är tillskottet av Blodomloppet och det mycket lyckade genomförandet av ett distanslopp mycket viktigt för vår ekonomi. Här ser vi fram emot 2022 när vi hoppas kunna genomföra Blodomloppet som den stora motionsfest som det är. Föreningen har också sökt ersättning för våra evenemang ur RF:s särskilda Coronastöd. Något som också inneburit ett viktigt ekonomiskt tillskott är den försäljning av hushålls- och toalettpapper som genomförts. En aktivitet som vi kommer att behålla inför kommande år.

Våra sponsorer är också väldigt viktiga ett år som detta och vi arbetar vidare med våra viktiga samarbetspartners: Intersport/Craft, Martinsons, Nolia, Office, Selbergs samt VK.

Friidrottssektionen är ingen egen juridisk person utan räkenskaperna ingår i moderklubbens, som har bokslut per den sista december. Det preliminära resultatet visar glädjande nog ett positivt resultat baserat på utfallet av Blodomloppet och personalkostnader som understiger budget.

Slutord

2020 var att se som ett väldigt annorlunda år och förhoppningen in mot 2021 var att "nu kan det bara bli bättre". Året inleddes med restriktioner som innebar att enbart de aktiva som klassades som "elit" enligt SFIF:s kriterier hade möjlighet att delta i tävlingar. Men i takt med att vaccinationerna kunde komma igång och restriktionerna lättades kunde vår verksamhet i början av juli återgå till en mer normal tillvaro. T.ex. tilläts nu tävlingar med upp till 500 deltagare.

Under hela den tid som pandemin påverkat vår tillvaro har vi i IFK Umeå anpassat oss efter den verklighet vi har att förhålla oss till och funnit kreativa lösningar för att behålla den glädje som idrotten ger. Detta avspeglar sig inte minst i vår aktiva tävlingsverksamhet där vi är den klubb i Norrland som arrangerat överlägset flest tävlingar även detta år.

Vårt största arrangemang Blodomloppet fick precis som föregående år genomföras "på distans". Loppet är viktigt för såväl vår klubb som för samhället i stort då vi bidrar till ett ökat intresse kring den så viktiga blodgivningen. Årets digitala variant var väldigt lyckat och populärt men självklart ser vi fram emot 2022 då vi hoppas kunna samla de stora skarorna igen i det som är årets motionsfest.

När tävlandet väl kom igång på allvar så har våra tävlingsaktiva verkligen lyft sig själva och gjort fantastiska resultat. Ja, faktiskt ett av de bästa åren på länge där vi var och varannan dag har kunnat läsa om våra duktiga friidrottares resultat i lokalpressen.

Vi gläds över att vi i år har kunnat starta nya ungdomsgrupper och på så sätt bidra till att ge fler barn och ungdomar en rolig och meningsfull fritid. En stor eloge ger vi här till vår nya friidrottssamordnare Lotti Kung som gjort ett fantastiskt jobb under sitt första år som anställd i sektionen.

Från styrelsen vill vi tacka alla ledare och tränare och tävlingsfunktionärer för era goda insatser! Vi vill också framföra ett tack för gott samarbete till Umeå kommun samt våra sponsorer och övriga samarbetspartners under året och den serviceinriktade personalen på IFK Umeås kansli.

Umeå i november 2021

Anna-Karin Hammar
Johnny Karlsson
Robin Rohlén

Hans Nilsson
Jonas Sundström

Johan Svensson
Kristina Odin Grimbert

Vad är friidrott?

Friidrott är inte som annan idrott. Friidrott är annorlunda. Friidrott utesluter ingen. Den kräver inget grönt kort, ingen licens, ingen annans godkännande.

Den som ägnar sig åt friidrott har ett fritt val. Utifrån sina alldeles egna förutsättningar, och sin egen högst personliga ambition.

Här värderas inte alla efter samma egenskap eller samma talang. Här finns utrymme och acceptans för alla. Kön, utseende och bakgrund saknar betydelse.

Den starke kan kasta, den explosive kan hoppa, den snabbe kan springa, den uthållige kan springa längre.

Den som vill nå långt kan nå hur långt som helst. När friidrotten startar i de olympiska spelen säger folk att "nu börjar OS på riktigt".

Den som inte kommer så långt kommer kanske ännu längre. Hälften av dem som lämnar en fotbollsplan gör det som förlorare, alla som går i mål i ett 400-meterslopp kan göra det med ett personligt rekord.

Friidrott är alltså individuell idrott, och därför kan lyckan också vara högst individuell: en medalj i ett mästerskap, en målgång i ett motionslopp, det första hoppet över en och tio.

Men också glädjen över att slippa sitta på bänken bara för att någon annan är bättre. Eller lyftet när man får hjälp att upptäcka hur mycket man själv kan påverka sin egen utveckling.

IFK Umeå Friidrott har därför bara en enda uppgift:

Att ge så många som föreningens ekonomi tillåter möjlighet att utöva friidrott precis på det här sättet.

Listan på det vi gör blir därför lång och varierad:

- Friidrott för de allra yngsta där rörelseglädjen är det viktigaste.
- En genomtänkt utbildningsstege och årsplan för ungdomsträning under ledning av utbildade ungdomsledare.
- En individuell elitsatsning för dem som siktar på och har förutsättningar för internationella framgångar.
- Ett ambitiöst tävlingsprogram som ger friidrottare på alla nivåer och i alla åldrar stimulans och möjlighet att utvecklas – från lokala kvällstävlingar till SM-tävlingar och internationella galor.
- En uttalad policy att elitidrottare och nybörjare ska träna tillsammans för att skapa sammanhållning och förebilder.
- Ett program för friskvårdande löpträning för unga, medelålders och äldre gubbar och gummor med folkfester som Umemilen och Santa Run som mål och inspiration.
- En målmedveten satsning som ska skapa goda träningsförhållanden både inomhus och utomhus, både på hemmaplan och utomlands.

Det här är vårt bidrag till ett bättre samhälle!