



Verksamhetsplan Hellas friidrott 2022

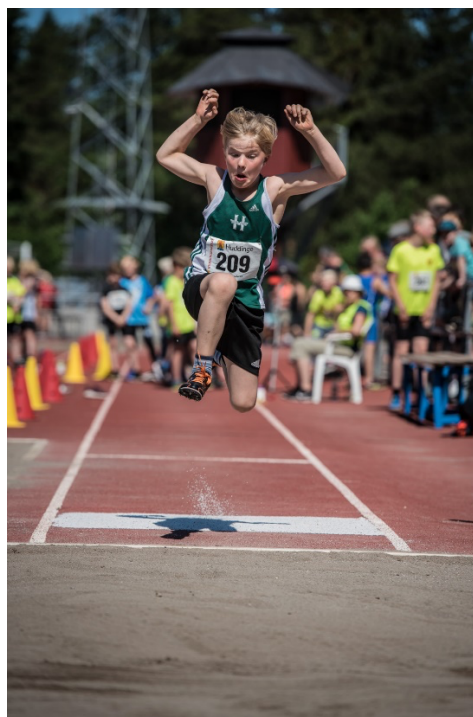


Bild t.v.: Lars-Olof Höök, sjufaldig svensk mästare i längdhopp på 60-talet, tillika svensk rekordhållare på sin tid och OS-deltagare 1968 i aktion på en tävling på Nya Ullevi i Göteborg.

Bild t.h. En av Hellas unga atleter, Tiderna förändras med Längdhopp tävlingar Hellas och ambition finns kvar. Samt ett härligt fokus i hoppet!

Året som gått 2021

Smittspridningen i Sverige fortsatte gäcka idrotts-Sverige under det gångna året, precis som under 2020, men kanske inte lika hög grad. Dock kom inte tävlingsverksamheten inte igång på allvar förrän efter sommaresemestrarna.

Ekonomiskt står Hellas på en stadig grund, fortsatt, med god kontroll på utgifterna.

Verksamheten

Hellas påbörjade under 2020 en stor omorganisation med fokus på att dela ansvar och organisation. Denna organisation har förändrats ytterligare efter beslut i styrelsen under 2021 vilket vi hoppas kommer att gynna de aktiva.

I den nya organisationen erbjuder vi våra 14-åringar som vill tävla en plats i tävlingsgruppen. Vid behov kommer vi också att starta upp en träningsgrupp för 14 – 18 åringarna. Detta för att tillgodose allas önskemål med sin friidrott.

I slutet av förra året bildades en kastgrupp, för barn födda 2010 – har Hellas någonsin haft en kastgrupp? – Utöver detta finns en nyskapad veterangrupp för 60 plus under ledning av en av föräldratränarna i klubben.



Förslag, Hellas träningsstruktur

Friidrottskul Ålder: 6-7 år Tillfällen: 1 ggr/veckan	Träningsgrupper Ålder: 7-14 år Tillfällen 7-10 år: Träning 1 ggr/veckan 10-12 år: Träning 1- 2 ggr/veckan 12-14 år: Träning 2- 4 ggr/veckan	Träningsgruppen Ålder 14 – 18 år Tillfällen: 1- 2 ggr/veckan	Tävlingsgruppen Ålder: 14 – 18 år Tillfällen: 4 gr/veckan	Elitaktiva
Ansvarig: Frida med ungdomsledare	Ansvarig: Föräldratränare	Ansvarig: Frida	Ansvarig: Extern tränare, f.n. Rafael Askros	Ansvarig: Externa tränare

Om klubben

Klubben är sedan slutet av året 2010 medlem i Riksidrottsförbundet, Svenska Friidrottsförbundet och Stockholms Friidrottsförbund (08-fri).

Hellas Friidrottsklubb är en av sju medlemmar i SolK Hellas (alliansförening), bildad år 1899. Klubben bedriver elit- och breddverksamhet tack vare en duktig och välutbildad krets av tränare och ledare.

Elit

Elitverksamheten är viktig för att visa vägen för de unga aktiva. Elitverksamheten har förändrats under åren och de aktiva tränar i olika träningsgrupper sedan drygt ett år tillbaka. Förhoppningen är

att de duktiga tonåringar som nu finns i klubben och som har uppnått "SM-ålder" ska ta nästa kliv i sin utveckling och dels bli kvar i Hellas friidrottsklubb och att åtminstone någon eller några bli uppnå nationell elitnivå på seniornivå.

SM-placeringar och Finnkampen under 2021

Under 2021 blev det endast tre medaljer, alla på junior- och ungdomssidan, dels Olle Billgren guld på 300 meter häck, Carl-Einar Söderström Eskonniemi brons i stav och Emilia Sjöstrand i tresteg.

Carl Widenholm uppnådde en framskjuten plats i M22-klassen i spjut.

Under innesäsongen placerade sig Calle Sténson på "poängplats", utesäsongen blev däremot förstörd på grund av en envis hälseneskada, annars hade vi säkert fått flera framskjutna placeringar under året.

Carl-Einar Söderström Eskonniemi deltog som Hellas ende representant på Finnkampen.

Arrangemang

Vi kommer att genomföra våra traditionella tävlingar Björknässpelen samt Hellasloppet. Björknässpelen blir en två dagarstävling pga det stora deltagarantalet förra året, vi tar hand om lördagen då genomför tävlingen för de yngsta, dvs dem under 12 år och i enlighet med svensk friidrotts riktlinjer för hur man ska genomföra barntävlingar.

Utbildning

Under 2022 kommer vi att genomföra ett antal internutbildningar för tränare som har aktiva i olika åldrar, därutöver kommer vi erbjuda tränare att delta i svensk friidrotts utbildningar för respektive ålderskategori.

Friidrottshall i Nacka, trots allt?

I december 2021 hade vi tre friidrottsklubbar i Nacka kommun – Hellas, Boo och Saltsjöbaden med kommunens högsta tjänsteman för idrotten Anders Mebius i vilket han "lovade" att damma av de tidigare mer eller skrinlagda planerna för en multihall med friidrottsanpassning i Fisksätra. När vi påminde honom att när man summerar dessa tre klubbars medlemsantal och antalet deltagare i våra sommarläger kommer man upp till cirka 1000 barn och ungdomar som vi dessa tre klubbar har haft i verksamhet under året fick han ögonen för att friidrotten har kommit att bli ganska stor i Nacka. (Fotbollen störst, därefter tennis med 1000 utövare, friidrotten ligger alltså delad trea på denna lista)

Inriktning

Vi genomförde en enkät under 2021 för att få medlemmarnas syn på verksamheten. Utifrån enkäten fick vi fram värdefull information som ska presenteras under 2022. Under året vill vi också ha de aktivas syn på verksamheten och därför kommer enkät delas ut fysiskt i samband med träningar.

Under 2022 viktiga aktiviteter för Hellas friidrott

Under året kommer vi att genomföra ett antal aktiviteter som är viktiga för oss. Om de går att genomföra beror på Coronasituationen.

Aktivitet	Plats	När i tid
Friidrottskul	Björknäs IP	Fyra omgångar sammanlagt under året.
Sommarläger	Björknäs IP	Veckorna 24, 25, 26, och 32
Träningsläger	Björknäs IP	Eventuellt
Björknässpelen	Björknäs IP	Lördagen den 10 september
Stockholmskampen	Björknäs IP	Under året för födda 2009 och 2010
Hellasloppet	Hellasgården	Lördagen den 8 okt
Utbildningar	Björknäs IP	Stockholm fri, samt interna utbildningar med fokus på olika grenar. Föräldrautbildning för nystartade grupper i Stockholm friidrotts regi. Utbildning SISU för ledare på sommarlägret.
Föreningssmart	Via mail	Detta ska presenteras under våren 2022. På basis av inkomsten ska sedan ett område prioriteras.
Delta som funktionärer i tävlingar som Marathonkansliet arrangerar	På de platser där Stockholm Marathon och andra tävlingar genomförs.	<ul style="list-style-type: none">• Stockholm Marathon 4 juni• STHLM 10 16 juni• Tjejmilen 3 sept
Fortsatt samarbete med sponsorer	På "kammaren" - styrelsen	<ul style="list-style-type: none">• Boo Energi• Nacka Värmdö Posten• Intersport• SISU idrottsutbildarna