Aktuellt

SVENSK GYMNASTIK



Anslut din förening till övningsbanken Inex

Från 15 september kan alla föreningar inom Svensk Gymnastik ansluta sig gratis till övningsbanken Inex. I övningsbanken får du ta del av Gymnastikförbundets över 2000 övningar och kan kombinera dessa med egna övningar och träningspass. Bygg upp ett bibliotek av träningspass som ni kan återanvända och dela med olika grupper. För ett smidigare träningsupplägg och röd tråd genom hela föreningen.

Vill du veta mer? Välkommen på ett webbinarium den 2 september kl. 20.00-20.30 där vi berättar mer om verktyget.





Webbinarium om balans 29 september

Under den årliga Balansveckan, vecka 40, kan du delta i webbinariet "Träna balans – för trygghet, rörelseglädje och livskvalitet i alla åldrar". Då får vi lyssna till Eva Ekvall Hansson, professor i fysioterapi vid Lunds universitet och en av Sveriges ledande experter inom balans, yrsel och fallprevention.

Webbinariet riktar sig till tränare och andra som möter människor i rörelse, men passar lika bra för alla som vill lära sig mer om hur balans kan bidra till ett aktivt och tryggt liv.

Läs mer och anmäl dig här!



Idrottsmiljarden

Riksidrottsförbundet (RF) har inför valet genomfört flera opinionsbildande aktiviteter där de uppmanar de politiska partierna att genomföra en nationell satsning på idrottsanläggningar, stärka elitidrottstödet och utvidga Idrottsklivet. Syftet är att ge idrottsrörelsen möjlighet att fortsätta vara en positiv motor i samhället.

Inom kort kommer RF att publicera en partienkät som visar hur partierna ställer sig till idrottsrörelsens valfrågor.

Läs mer om de frågor som Riksidrottsförbundet driver här!





EM-silver, EM-brons och svenskt rekord i hopprep

I början av augusti hade Sverige fina framgångar på EM i hopprep i Norge. Det blev flera finalplatser och medaljer för de svenska hopparna. Frida Murmark, Emmy Wettergren och Madison Stenfeldt vann silver i grenen Double Dutch Speed Sprint och slog samtidigt det svenska rekordet.

Läs mer här.



Damerna klara för VM i artistisk gymnastik

EM i artistisk gymnastik avgjordes i Zagreb i mitten av augusti. De svenska damerna hade ett starkt lag på plats, och trots en kämpig tävling tog de en av kvalplatserna till höstens VM.

Läs mer om damernas EM här.

De svenska herrarna stod för blandade prestationer i sitt EM-kval den 19 augusti.

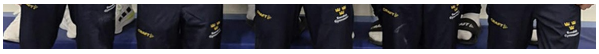
Läs mer om herrarnas EM här.



Framgångar på NM i artistisk gymnastik

I juli var ett stort gäng gymnaster på Åland för att delta i NM och JNM i artistisk gymnastik.

Mer om hur det gick kan du läsa här:
Damerna bäst i Norden
Brons till juniorherrarna



Grenfinaler och massor av svenska medaljer



Nytt tävlingssystem för truppgymnastik på CoP 2027!

Under de senaste åren har truppgymnastiken vuxit kraftigt. För att skapa tydligare utvecklingsvägar och ett mer hållbart tävlingssystem vidareutvecklas nu tävlingsstrukturen för tävlingar på Code of Points-nivå från och med 2027. Syftet med förändringarna är att anpassa tävlingssystemet till dagens verksamhet och att skapa ett hållbart system för framtiden. Med tydligare tävlingsvägar, jämnare motstånd och fler utvecklande tävlingar ska fler gymnaster kunna fortsätta utvecklas och känna motivation genom hela sin gymnastikkarriär.

Mer information och ett inspelat webbinarium hittar du på gymnastik.se.



Vill ni starta upp parkour eller tricking i er förening?

Är ni nyfikna på att komma igång med parkour och/eller tricking? Nu finns ett digitalt startmaterial fullt av inspiration och konkreta tips som gör det enkelt att ta första steget. Här

har ni allt samlat för att snabbt och tryggt starta upp verksamheten i er förening.

Funderar ni också på att bredda eller utveckla er verksamhet inom andra discipliner? Det finns material även för hopprep, rytmisk gymnastik, gåparkour, truppgymnastik 65+, trampolin och DMT och aerobic gymnastics.

Ta del av materialet här!

Inom Svensk Gymnastik har alla rätt att känna sig trygga och inkluderade

Alla som är ledare för barn och som själva är äldre än 15 år måste visa upp utdrag ur misstanke- och belastningsregistret. Detta gäller inom hela idrottsrörelsen i Sverige. Gymnastikförbundet följer upp att detta sker årligen.

Registerutdragen är dock endast en liten del i arbetet med att skapa trygga gymnastikmiljöer och visar endast domar eller misstankar där åtal har väckts, men som ännu inte har behandlats i tingsrätten. Polisutredningar syns inte i registerutdragen.

Vad kan vi göra i vår förening?

- Begär in registerutdrag från alla som har kontakt med barn och ungdomar under 18 år
- Ta kontakt med tidigare föreningar där personen varit ledare och fråga efter referenser
- Utbilda er om annat förebyggande arbete för att skapa trygga miljöer
- Ta kontakt med er RF-SISU-konsulent för hjälp och stöd i att jobba med dessa frågor

Mycket information finns på Gymnastikförbundets hemsida. Läs gärna också på Riksidrottsförbundets hemsida eller gå en utbildning i Trygg, inkluderande och jämställd idrott.

Har det hänt något i er förening?
Ta gärna kontakt med er RF-SISU-konsulent eller med Helen Åkerman.



Dags att förnya försäkringarna!

Har er förening rätt försäkringar? Ledare och andra ideella är försäkrade genom medlemskapet i Gymnastikförbundet, men föreningen måste själv teckna olycksfallsförsäkring för de aktiva. Gymnastikförbundets försäkringar är framtagna särskilt för aktiva inom Svensk Gymnastik och ger ett mycket gott försäkringsskydd om olyckan skulle vara framme.

Det finns också en allriskförsäkring för föreningens egendom och korttidsförsäkringar för kortare tid med aktiva som inte är medlemmar i föreningen.

Läs mer om försäkringar här!



Övergången till Idrottsarenan

Idrottsarenan är idrottsrörelsens digitala hemmaplan, ett tryggt verksamhetssystem som samlar centrala tjänster och ger föreningar bättre stöd i vardagen. I november lanseras samtliga tjänster och nuvarande system, IdrottOnline, stängs ner.

Håll dig uppdaterad på vad din förening behöver göra i övergången hos Riksidrottsförbundet.



Gå Kvinnlig artistisk gymnastik A i höst!

Kvinnlig artistisk gymnastik A är den grundläggande kursen för dig som är eller vill bli tränare inom kvinnlig artistisk gymnastik. Här får du kunskap om alla fyra grenarna: hopp, barr, bom och fristående. Du får förståelse för gymnastikens grundläggande positioner och hur du kan arbeta med rörelseskolning för att bygga självsäkra gymnaster.

Än finns det platser kvar till höstens kurser:
26-27 september i Umeå
3-4 oktober i Norrköping
24-25 oktober i Älvsbyn
28-29 november i Stockholm

Boka din kurs i Kunskapsarenan!



Bli ledare inom paragymnastik

Vill du utveckla ditt ledarskap och skapa träning där fler kan vara med på sina villkor? Nu erbjuder Gymnastikförbundet Norr kursen Paragymnastik – Alla kan gympa, en grundläggande utbildning för dig som leder eller vill leda gymnastik och träning för personer med funktionsnedsättning.

Läs mer här.



Parasportveckan 2026

Den 7–13 september arrangeras Parasportveckan 2026, en vecka med inspiration, kunskap och samtal om parasport. Parasportdistrikten och RF-SISU-distrikten i Stockholm, Sörmland, Västmanland och Uppland bjuder in till kostnadsfria digitala föreläsningar och paneldiskussioner för alla som vill lära sig mer om parasport och inkludering.

Läs mer här.



NIU-ansökan öppnar 1 september

Drömmer du om att kombinera gymnasiestudier med en elitsatsning inom gymnastik? Ansökan till NIU sker via Svenska Gymnastikförbundets ansökningsportal och är öppen från 1 september till 1 december. Du kan söka upp till tre NIU-skolor och blir



därefter inbjuden till provträning av de skolor du sökt.

Läs mer och ansök via Gymnastikförbundets ansökningsportal.



Idrottshoppet

Vill du som tränare eller ledare stärka barn och ungas psykiska hälsa – både i och utanför idrotten? Idrottshoppet är ett kostnadsfritt, digitalt stödmaterial för tränare och ledare som vill arbeta med att främja psykisk hälsa och förebygga självmord.

Läs mer om Idrottshoppet här!



Craft vill veta vad ni tycker

Gymnastikförbundets samarbetspartner Craft genomför just nu en marknadsundersökning för att få en bättre förståelse för föreningars behov, utmaningar och önskemål. Svaren hjälper Craft att utveckla sitt erbjudande och skapa bättre förutsättningar för föreningar inom gymnastiken.

Undersökningen tar bara några minuter att besvara. Som tack för deltagandet har din förening chans att vinna ett presentkort på 1 000 kronor att använda i Crafts webbshop.

Besvara enkäten här.






Avregistrera mig från detta utskick

Powered by EditNews