

Region Mitt samlade nyheter 2018

Förberedande Domarutbildning Truppgymnastik steg 1

02 JAN 2018 08:31

Regionen behöver fler truppdomare!

Den 28 januari går en Förberedande Domarutbildning Truppgymnastik steg 1, som är en grundläggande domarutbildning inom Truppgymnastik, i Östersund. Sista anmälningssdag är den 8 januari - [klicka här för att komma till anmälan](#)
Det är en fantastiskt bra utbildning att gå både för att bli truppdomare, samt att utvecklas som ledare.

Vid frågor, kontakta mitt@gymnastik.se

Gymnastikförbundet MITT på Instagram

03 JAN 2018 08:49

Gymnastikförbundet Mitt finns nu på instragram under "gymnastikforbundetmitt". Vi kommer dela med oss av intressanta och roliga händelser, följ oss gärna!



Kom ihåg att söka LOK-stöd

03 JAN 2018 14:42

Senast 25 februari vill vi ha er ansökan

[Läs mer om LOK-stöd och ansökan här](#)

GS sammanfattar gymnastikåret

03 JAN 2018 14:46

Generalsekreterare Johan Fyrberg sammanfattar gymnastikåret 2017 - och vilket år det har varit. Nu gör vi oss redo för 2018!

[LÄS HÄR](#)

Truppdomare Steg 1, sista anmälningdag

08 JAN 2018 09:04

Idag 8 Januari är sista dagen för att anmäla sig till Truppdomare Steg 1 som äger rum den 28/1 i Östersund

Du är välkommen med din ansökan här

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmitt/Utbildning/Utbildningskalender/?eventid=1013534&sisuorgid=442>

Idrottslyftet 2018

08 JAN 2018 10:27

Fram till den 31:a januari kan ni föreningar söka pengar via idrottslyftet för att utveckla er verksamhet

Det finns sex huvudkategorier att ansöka inom;

1. Arbete med föreningsmiljö / föreningsutveckling / styrelseutveckling
2. Uppstart / projektering ändamålsenliga lokaler / träningsytor
3. Inköp redskap och material
4. Bidrag ledarutbildning/ledarutveckling
5. Bidrag ledarrekrytering – Bamse
6. Större nytänkande utvecklingsprojekt för träning och tävling

En förening kan max beviljas bidrag på 165 000kr.

- o Max 50 000kr till arbete med föreningsmiljö/ föreningsutveckling/ styrelseutveckling
- o Max 115 000kr till övriga bidragsområden.

Läs mer under länken om tips och krav som måste uppfyllas

<https://www.gymnastik.se/forforeningar/Ekonomi/Idrottslyftet/>

Årsrapport senast 25:e februari

09 JAN 2018 10:58

Under denna vecka kommer alla föreningar att via post samt mail (som finns med i systemet) få årsrapporten skickad till sig.

Årsrapportsblanketten vill vi att alla går in via Idrottonline och fyller i, kan man inte det kan man skriva ut blanketten via hemsidan på denna länk där också mer info finns.

<https://www.gymnastik.se/forforeningar/Medlemskap/arsrapporten/>

Fyll i denna och skicka tillbaka senast 25 februari annars tillkommer en förseningsavgift på 700 kr.

Väl mött

Kansliet Mitt

KvAG i Östersund

10 JAN 2018 08:15

2-4 Februari

Missa inte chansen att utbilda dig i KvAG Steg 1 i Östersund den 2-4/2, sista anmälningsdag 15/1.

Finns under rubriken "utbildning"

Ha en fortsatt trevlig dag :)

Telefonnummer Måndag 15/1

15 JAN 2018 07:32

Idag når ni oss på 070 - 448 44 54, imorgon är det samma telefonnummer som innan.

Årets förening, ledare mm 31:a januari

15 JAN 2018 08:42

Känner du till någon förening, någon aktivitetsledare eller någon organisationsledare som behöver uppmärksammas lite extra för en god insats under 2017?

Nominera till årets ledare och årets förening 2017 i Gymnastikförbundet Mitt!

Har ni i er förening gjort något som ni tycker bör uppmärksammas eller har ni en ledare som ni anser bör uppmuntras?

Nu har ni möjlighet att nominera årets förening och/eller årets ledare för verksamhetsåret 2017. Vi i Gymnastikförbundet Mitt kommer att dela ut en utmärkelse till en aktivitetsledare och en utmärkelse till en organisationsledare, eftersom vi tycker att även de som sitter i styrelser och kommittéer är värda att uppmärksammas! Använd följande länk för nominering av Årets organisationsledare 2017. [Årets Organisationsledare 2017](#)

Årets Ledare/tränare i GF Mitt 2017 Sista dag för nominering 31 januari 2018
Gymnastikförbundets syfte med att instifta en årlig förekommande utmärkelse av Årets Ledare/tränare är följande:

- Att ge duktiga ledare/tränare ett erkännande samt att ge dem stimulans att fortsätta sitt fina arbete i Gymnastikförbundets verksamhet.
- Att skapa förebilder för andra ledare/tränare.
- Att profilera Gymnastikförbundet som ett förbund med intresse för det arbete som utförs av ledare/tränare i våra medlemsföreningar.

Definition

Årets ledare/tränare väljs bland alla kategorier inom Bredd och våra tävlingsdiscipliner.

Kriterier för Årets Ledare/tränare

Den person vi söker skall vara en eldsjäl dvs. hängiven sin uppgift som ledare/tränare i sin gymnastikförening. Personen ska också stötta och locka fram det bästa hos deltagarna. Årets Ledare/tränare är nytänkande och inte rädd för att komma med förslag på förändringar i föreningens verksamhet. Självklart skall personen i fråga vara duktig i sitt gebit och klara av att sätta upp mål samt uppnå resultat med sin verksamhet.

[Årets Aktivitetsledare 2017](#)

Årets förening i GF Mitt 2017, sista dag för nominering 31 januari 2018
Gymnastikförbundets syfte med att instifta en årlig förekommande utmärkelse av Årets Förening är följande:

- Att ge dynamiska föreningar som verkar "i tiden" ett erkännande samt att ge stimulans för fortsatt god verksamhet.
- Att skapa förebilder för andra föreningar
- Att profilera Gymnastikförbundet som ett förbund med intresse för medlemsföreningars verksamhet.

Definition

Årets Förening väljs bland alla våra medlemsföreningar.

Kriterier för Årets Förening

Årets förening är en förening med en stark föreningskänsla och samhörighet. Föreningen är välkänd på sin verksamhetsort och genomför olika aktiviteter för att informera om sin verksamhet och attrahera nya medlemmar. God ledarvård är ett honnörsord och utbildning är något man investerar i. Föreningen har ambitionen att växa och har en positiv medlemsutveckling.

[Årets Förening 2017](#)

Uttagningsprinciper

För att kunna delta skriver föreningen eller ledaren en egen motivering på högst två A4-sidor (se bifogade mallar). Ansökan skickas sedan till styrelseansvarig Gunborg Gissler; gunborg.gissler@comhem.se eller Gunborg Gissler, Samuel Permans gata 31A, 831 42 Östersund senast den 31 januari 2018. Vinnarna kommer att uppmärksammas på Gymnastikförbundet Mitts årsmöte 17 mars 2018. Årets förening 2017 i GF Mitt belönas med ett utbildningsbidrag på 2 000 kr, och Årets Organisations- respektive aktivitetsledare 2017 i GF Mitt får ett ledarstipendium på 1 500 kr vardera. Välkomna med era nomineringar!

Internationellt läger 2-6 April

16 JAN 2018 08:50

Med 4 inbjudna tränare och deltagande från de övriga nordiska länderna kommer Sundsvallsgymnasterna anordna ett internationellt läger för KvAG och MAG. Välkommen med din anmälan under länken i inbjudan.

[Klicka här för att ladda ner inbjudan](#)

Inspirationsdag Tävling

16 JAN 2018 14:19

Region Mitt söker efter kompetens och eldsjälare för att kunna genomföra en inspirationsdag med inriktning på tävling inom samtliga tävlingsdiscipliner.

Tanken är att detta tillfälle ska vara tillägnat tävlingsledare samt domare i regionen att utbyta erfarenheter och få ny inspiration. Uppdatera om nya regler, vad har hänt sen sist? Inspirera ledare till att bli domare - berätta fördelar med att vara domare - få fler ledare att vilja bli domare.

Personer som känner att de vill vara med och inspirera eller informera inom området tävling/domare/landslag är varmt välkomna att kontakta kansliet.

Är du en person med erfarenhet, kompetens eller stor passion för tävling inom gymnastiken är du varmt välkommen att höra av dig till kansliet.

Guld i riksserie 1 för ÖGK

24 JAN 2018 09:19

Ni kan ta del av ÖGKs prestationer i riksserie 1 som gick av stapeln förra helgen via länken nedan.

<http://www.ovikgymnastik.se/news/5392366/Riksserie-1-Guld-till-Cassandra>

Föreningsbesök

25 JAN 2018 08:40

Vi vill ställa frågan till er om det skulle gå bra att komma på ett föreningsbesök när det passar er

Vi finns för er för att svara på frågor gällande förenings- och utbildningsfrågor samt höra på vad ni som förening har för behov.

Dessutom kan det vara trevligt att få en ansikte på vilka ni är samt vilka vi är.

Om vi kan medverka på ett styrelsemöte är vi gärna det eller så kommer vi överens om annan tid.

Vi ser gärna att detta sker med start f.r.o.m. februari-mars månad.

Årsrapport föreningar

25 JAN 2018 13:50

Hej föreningar, här kommer lite information och påminnelse om årsrapporten, följ anvisningarna för årsrapporten genom att klicka

[här](#)

Truppdomare steg 2

29 JAN 2018 07:40

Har du en truppdomare steg 1 utbildning, ska fylla 18 i år och vill fortsätta utvecklas och vara med att påverka?

Utbildningen äger rum i Sundsvall mellan 2-4 mars, anmälan hittar du som vanligt i utbildningskatalogen.

ÖGK på RS 2:an

05 FEB 2018 07:47

Följ länken för att läsa om hur det gick för ÖGK under Riksserie 2:an

<http://www.ovikgymnastik.se/News/5414270/Rs-2-Uppsala-Seniorduo>

Iskristallen och träningsläger KvAG

06 FEB 2018 07:17

Östersundsgymnasterna kommer under våren anordna en tävling (Iskristallen) samt ett träningsläger för KvAG

Iskristallen äger rum den 24:e mars och träningslägret den 25:e mars, båda på Arenan i Östersund. Mer info om klasser, steg mm hittar ni under länken

http://gymnastik.sportadmin.se/dotnet/anmalan/default.aspx?disciplin_id=4&ID=1541

Rs 2 - Uppsala FIG Senior

07 FEB 2018 08:58

Då är även seniortävlingen på Riksserie 2 i Uppsala avgjord . Ögk hade 3 gymnaster som tävlade i FIG klassen.

Följ länken för att läsa om ÖGKs nya framgångar på uttagningstävlingen inför Nordiska mästerskapen <http://www.ovikgymnastik.se/news/5415252/Rs-2-Uppsala-FIG-Senior>

Presentation av NM-laget i Rytmask Gymnastik

08 FEB 2018 07:47

Det närmar sig NM i Rytmask Gymnastik i Norge och kvalprocessen är nu avslutad. Nedan presenteras det uttagna NM-laget som kommer representera Sverige i Asker (Norge) den 3-4 mars. Grattis och Lycka till!

Stort Grattis till en plats i NM-laget! Nedan finns uttagningsbeslutet samt en presentationsfilm av NM-aktuella gymnaster.

[NM beslut 2018](#) 📄

[Film](#)

Teori Steg 1

12 FEB 2018 10:27

Vill du utveckla din egna kompetens och vara med på segertåget genom svensk gymnastik?

Likt en språngbräda ger Teori 1:an den 17-18:e mars behörighet till fler intressanta utbildningar som berikar både dig själv och hela den svenska gymnastiken. Läs mer om utbildningen och anmäl dig senast 22/2 😊

Klicka [här](#) för att komma till anmälan

Anmälan för tävlingar

15 FEB 2018 08:39

Vill informera er om att vi öppnat upp anmälan för samtliga rikstävlingar (alla discipliner – ej Aerobic) i vårt gamla system. Vi vill säkerställa att det nya systemet – IndTA – förväntas fungera som vi önskar innan det träder i kraft.

Även truppens regionstävlingar kommer anmälas via detta system (på sikt).

Klicka [här](#) för att komma till tävlingsanmälan

Förlängd anmälan Teori 1:an

26 FEB 2018 08:06

Vi förlänger anmälan till Teori 1:an

Välkommen med din anmälan så snart som möjligt, kursen går av stapeln den 17-18:e mars i Östersund.

Ledare 2018

01 MAR 2018 07:32

Vill du jobba som gymnastiktränare för barn och utveckla träningsverksamheten hos Östersundsgymnasterna? Följ länken för att läsa mer om tjänsten

<http://www.ostersundsgymnasterna.se/nyheter/?ID=49823&NID=420091>

Förlängd anmälan

13 MAR 2018 08:31

Välkommen till Årsmötet och Ordförandeträffen, anmälan är nu förlängd till Onsdag 14/3.

Reportage föreningsbesök

14 MAR 2018 08:04

Gymnastiken i region Mitt är en verksamhet som glöder av engagemang och potential, med sina starka föreningsmänniskor, motiverade utövare och kunniga ledare kan gymnastiken gå hur långt som helst verkar det som.

Mitt jobb sedan tre månader som konsulent involverar bl.a. att vara en nära kontakt till alla våra föreningar via telefon, mail och personliga besök.

Efter några föreningsbesök i våra mindre föreningar har jag försökt skapa mig en bild av hur läget ser ut, finns det några mönster eller likheter mellan dem samt om de efterfrågar liknande saker.

Många av våra föreningar kan bara bedriva sin verksamhet tack vare sina föreningsledare tillika eldsjälar, vissa föreningar har ett fåtal starka, andra har fler.

Vanligast är att de mest engagerade har någon slags förankring i gymnastiken via sina barn eller att de själva har varit aktiva sedan unga år. Deras ledmotiv för att så många som möjligt ska kunna vara med i föreningen vad gäller medlemsavgifter, träningstider, utbud mm kan kokas ned till "alla ska ha rätt att röra på sig". Vilket är något som genomsyrar verksamheterna med början i bamsegympan för nästintill alla.

Somliga föreningar har en välordnad ekonomi, andra har en stark och välfungerade styrelse medan andra har gott om ledare men har inte möjlighet att utbilda dem. Så visst ser situationen olika ut beroende på förening och därför bör de få individuell hjälp för att de ska nå sina maximala potentialer. Vad som förenar våra föreningar är att de är motiverade att utbilda sina ledare, tyvärr har inte alla den möjligheten eftersom de ofta jobbar heltid, har barn eller att föreningen helt enkelt inte råd att skicka iväg dem över en helg med övernattnig och allt vad det innebär.

Från mitt perspektiv som satte min fot i gymnastikvärlden för 3 månader sedan har jag fått uppfattningen att gymnastiken i Jämtland och Västernorrland är stark och inflytelserik på många sätt tillsammans med en lång historia i Sverige. Våra föreningar är alla lika viktiga för att de gör skillnad på sitt sätt bland sina människor, det arbete ni lägger ner för att förbättra folkhälsan och motverka utanförskap i alla åldrar är fantastiskt.

Tack till alla jag träffat som satt ett ansikte på er förening, en röst för vad ni står för och hur ni vill utvecklas den kommande tiden.

/Johan Karlsson

Idrottskonsulent

Gymnastikförbundet Mitt

Nya fina framgångar

16 MAR 2018 13:49

Läs mer om ÖGK's, Nevis och Landskronas framfart i Lissabon 8-11/3, skrivet av Johanna Bonow, Nevis RG.

Torsdagen den 8/3 bar det av till Lissabon för Hedvig Elg Appelros, Nevis och Meja Engdahl Petersson, LKGF. Meja med stor erfarenhet av internationella tävlingar och Hedvig på sitt första internationella uppdrag utanför Sverige och Danmark! Med på resan fanns också Nevistränaren Johanna Bonow samt Jennifer, Alma, Nelly och Cassandra från Övik. Lisbon International Tournament är en stor tävling som ligger över tre dagar och som detta året hade lockat deltagare från 13 länder. Hedvig tävlade i klassen pre-juniors, en klass med 43 startande, Meja tävlade i juniorklassen där 56 gymnaster kom till start.

Efter lite shopping och träning på torsdagen var det dags för tävling på fredagen. Pre-juniorklassen körde kägglor och Hedvig, som inte har någon tidigare erfarenhet av ett sådant här stort arrangemang, gick in på golvet med stor övertygelse och inlevelse. Ett

litet oturligt tapp i ett danssteg och ett lite orent fång i en ad, annars körde Hedvig på bra. För Meja var det tunnband och boll som gällde. En felplacerad risk i tunnband och ett tapp, samt några justeringar i bollen var dagens enda snedsteg för Meja. När vi fick resultatet såg vi att Meja var första reserv till söndagens tunnbandsfinal, bra jobbat!

Dagen efter var det tunnband och fristående som stod på schemat för Hedvig och enligt papprena skulle Hedvig ut i tunnbandet som första gren. Dock hade en strykning gjort att de ändrat redskapsordningen och Hedvig blev inkallad i fristående istället. Det var bara att släppa tunnbandet och snabbt ställa om sig på friståndet istället! Att Hedvig blev nervös syntes inte det minsta och Hedvig körde ett otroligt starkt fristående! Detta belönades med 11e högsta siffra och 4e högsta utförandesiffra. Tunnbandet började sedan lite oturligt med att Hedvig halkade omkull efter ett hopp, men hon reste sig upp och fortsatte som om inget hade hänt. Resten av programmet var starkt, någon liten korrigering och ett lite orent fång på sista kastet bara. Allt som allt en väldigt fin insats av Hedvig på hennes första, stora internationella tävling! Slutresultatet blev en 28e plats av 43 startande. För Meja var det band och käglor som avslutade tävlingen. Meja levererade bandet lugnt och starkt och hade endast ett litet tapp av pinnen. Käglorna hade några svaga svårigheter men käglorna satt i händerna och intrycket var även här stabilt. En jämn, fin tävling av Meja och placeringen i mångkampen blev nummer 18 av 56. Även i bandet blev Meja första reserv till finalen. Tyvärr inga finaler denna gång, men kul att se så fina resultat av Meja.

På söndagen hann vi med lite sightseeing i Lissabon innan det var dags för grenfinalerna för juniorerna och seniorerna. Många duktiga gymnaster och däribland Öviks senior Cassandra, som kvalificerat sig till två av finalerna. Resan avslutades med bankett och massa skratt och dans.

/Johanna Bonow, Nevis RG

Årsmöte

17 MAR 2018 16:27

Under region Mitts årsmötet hade vi Generalsekreterare Johan Fyrberg med på Skype som informerade om lite statistiska uppgifter som rör regionen. Välkommen att ta del av hans presentation nedan.

[klicka här](#) 

GCP Lisbon International Tournament 2018.

17 MAR 2018 17:00

Läs om ÖGKs framgångar i GCP Lisbon International Tournament 2018, vi är stolta att de är en del av region Mitt.

[Läs mer här](#)

Uppdatera kontaktuppgifter

19 MAR 2018 07:45

Till alla föreningar:

Vänligen återkoppla med ny kontaktinfo om ni inte fått något mail av oss idag Måndag 19/3 rörande detta. mitt@gymnastik.se

Inspirationsdag gruppträning 1/9

22 MAR 2018 13:19

Är du intresserad av gruppträning och vill utveckla den i din förening, eller är du bara nyfiken på konceptet?

Klicka [här](#)  för att läsa mer

Välkommen med din anmälan [här](#), mer info kommer

Påskhelgen

28 MAR 2018 09:33

Hej alla föreningar och aktiva, under påsken kommer kansliet ha begränsade öppettider, vid akuta ärenden hör av er på 010 - 476 42 47. Glad påsk på er! :)

Utvecklingsmodellen

28 MAR 2018 13:11

För våra föreningar finns nu ett nytt välutvecklat verktyg för att hjälpa er med allt inom föreningsfrågor och ge kunna ge er maximalt stöd, följ länken.

<https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/gymnastik/portal/pw/utvecklingsmodellen/>

Ny ordförande

03 APR 2018 08:52

Under årsmötet för region Mitt valdes Maria Gustavsson som ny ordförande för regionen.

Vi hälsar henne välkommen och all lycka till på den nya posten!

Träningsläger i Örnsköldsvik

04 APR 2018 12:57

ÖGK kommer under Juni anordna ett träningsläger, följ länken nedan.

[Klicka här för att komma till inbjudan](#)

Fullmakt inför förbundsmötet

12 APR 2018 14:11

Till oss handa senast 18:e april

Vi skulle vilja ha en fullmakt påskriven av er förening inför förbundsmötet, fullmakten hittar ni [här](#):

Posta eller maila den till oss på mitt@gymnastik.se

Ursäkta det korsta varslet

Årets aktivitetsledare, förening och organisationsledare

18 APR 2018 13:44

GF Mitt önskar grattis till årets aktivitetsledare Åsa Nilsson, årets förening Rödöns sportklubb och Sandra Kristiansson som årets organisationsledare.

har alla varit föredömmen för svensk gymanstik och hur idrott på bästa sätt kan bedrivas.



GF Mitts idrottskonsulent Johan Karlsson med Malin Schleenvoigt från Rödöns Sportklubb

Förbundsmötet 2018

03 MAJ 2018 12:44

Helgen 21-22 april var det dags för förbundsmöte 2018 i Malmö. Föreningar, regioner, kommittéer och styrelser var på plats för att besluta i frågor rörande Gymnastikförbundets framtida arbete.

Under lördagen och söndagen fattades det beslut som rörde allt ifrån medlemsavgift, verksamhetsinriktning 2019-2020, ekonomisk riktning, utredningsuppdrag kring Lillsved, möjlighet till tränarlicenser, personval, arbetet mot 2028 samt en mindre revidering av utvecklingsmodellen.

- Det har varit ett oerhört bra och inspirerande möte utifrån de ärenden som vi har behandlat. Förbundsmötet lyckades ytterligare förbättra och bli mer stringent i de beslut som vi ville fatta. Det har varit ett stort lagarbete som jag har uppskattat, kommenterar Anna Iwarsson, ordförande för Gymnastikförbundet, förbundsmötet.

Förbundsmötet inleddes med ett nummer arrangerat av värdarna från GF Syd, där barn, ungdomar och vuxna visade upp nummer från Svensk Gymnastiks breda utbud, med ett budskap om att fler idrottshallar behövs för föreningar och gymnaster.

Många nya deltagare på förbundsmötet

Under öppnandet av årets möte talade förbundsordförande Anna Iwarsson om hur vi under 2017 har börjat göra handling av tidigare planer och att vi är nu uppe i över en kvarts miljon medlemmar. Vi ska vara mycket stolta, men ännu är vi inte nöjda menar Anna. Det finns fortfarande behov av fler anläggningar, samt att det behövs fler ledare. Hon berättade även hur hon ser fram emot det nya utbildningssystemet. Efter två år som ordförande ser hon att Gymnastikförbundet behöver fortsätta med arbetet för en bättre infrastruktur; att använda den inre kraften på ett bättre sätt, och på detta vis bli en ännu bättre organisation.

- Vill förbundet harmonisera med vår samtid behöver vi svara på föreningarnas nya behov och arbeta modernt. Tränare, ledare, förtroendevalda ska kännas inspirerande och själva bli inspirerade av sitt uppdrag, säger Anna.



Förbundsordförande Anna Iwarsson öppnar förbundsåret 2018.

Förbundsordförande Anna Iwarsson öppnar förbundsmötet 2018.

För många besökare var det första gången på ett förbundsmöte. Rickard Karlsson från GF Astra var en av dem.

- Inspirerande, otroligt roligt att få vara en del av ett större sammanhang. Det är en bekräftelse på det vi håller på med uppe i Astra, som är en Timrå-förening, att det vi gör kopplat till ledarskap och annan utveckling är helt rätt. Det var också kul att knyta kontakter, få träffa både stora och små föreningar, de som är lika stora som oss, roligt att få göra det här tillsammans med styrelsekollegor. Odelat positivt.

Vad tar du med dig tillbaka?

- Det var som jag sa på ett av förmötena, att förväntan jag hade på mig själv och hur kan jag omsätta det här i praktiken på en torsdagsträning när våra ledare möter våra ungdomar och barn.



Mötet hölls av invalda mötesordförandena Malin Eggertz Forsmark samt Per Palmström. Mötet hölls av invalda mötesordförandena Malin Eggertz Forsmark samt Per Palmström.

En av de första punkterna på agendan var återrapportering av föregående Förbundsmötes (2016) uppdrag till förbundsstyrelsen om en organisationsutredning. Utredningen gällde att undersöka förutsättningar för ökat ideellt engagemang och samverkan mellan förbundsstyrelsen, nationellt kansli, regionala förbund samt

föreningar över hela landet. Förbundsstyrelsens analys pekade på att förbundet i många delar lever upp till att vara en ändamålsenlig organisation men att förbättringar behöver göras. Utredningen har påvisat en viss osäkerhet kring regioners uppdrag. För att stödja medlemmarna, dvs gymnastikföreningarna på bästa sätt, så skall nu det regionala uppdraget förtydligas och konkretiseras i förhållande till det nationella. Sex områden har identifierats och presenterades för Förbundsstyrelsen som förslag att arbeta vidare med för att stärka organisationen:

1. Ledarförsörjning
2. Anläggningsfrågan
3. Det regionala uppdraget
4. Digital omställning
5. Samarbetet med RF/SISU-DF
6. Arbetsgivaransvar

Fortsättningsvis var det även en del mötesformalia som gick igenom och godkändes. Bland annat verksamhetsberättelse 2016/2017, årsredovisning 2016/2017, revisorernas granskning, samt fråga om ansvarsfrihet för föregående styrelse. Associerande förbund, Svenska Drillförbundet samt Svenska Cheerleadingförbundet fick sina årsredovisningar redovisade, tillsammans med årsredovisning för Lillsved, Gymnastikförbundets folkhögskola.



Styrelseledamot Anders Caspár presenterar Gymnastikförbundets visionsmål 2020.
Styrelseledamot Anders Caspár presenterar Gymnastikförbundets visionsmål 2020.

Föreningsdemokratin fungerar

Inför årets förbundsmöte hade tre motioner lämnats in; en från GF Mellansvenska angående organisationsutveckling, samt två från Örnsköldsvik Gymnastikklubb angående översättning respektive stadgeändring.

GF Mellansvenska motionerade om en fortsatt organisations- och verksamhetsutveckling för att säkerställa likvärdigt stöd och service i hela landet via fördelning av ekonomiska- och personalresurser. GF Uppsvenska lämnade på detta ett tilläggsyrkande att förbundsstyrelsen får i uppdrag att till nästa förbundsmöte presentera ett konkret förslag hur man vill utveckla Gymnastikförbundets ekonomiska och personella resurser för att säkerställa möjligheterna till fortsatt och likvärdig utveckling av Svensk Gymnastik i hela landet. Efter att röstning /votering hade begärts antogs GF Uppsvenskas tilläggsyrkande och själva motionen från GF Mellansvenska avslogs.

Örnsköldsviks Gymnastikklubbs motion handlade om att översätta värdegrund, Svensk Gymnastik Vill, uppförandekod, utvecklingsmodell samt Riksidrottsförbundets anvisningar för barn och unga till ryska. Förbundsmötet valde att avslå motionen efter förbundsstyrelsens argumentation om att dokumenten ifråga finns på svenska och engelska och att dessa lever upp till de kraven som finns på inkludering.

Örnsköldsviks Gymnastikklubb andra motion innehåll förslag om att Gymnastikförbundets stadgar bör ändras med tillägget att tränare och föreningar ska kunna uteslutas om de inte följer, accepterar eller står bakom värdegrunden, uppförandekoden, nyckelfaktorerna, RF:s regler och rekommendationer för barn och ungdomar i Svensk Idrott.

Förbundsstyrelsen höll med om vikten av att regelverket följs. Dock innebär regelverket att endast medlemsföreningar, inte individer kan uteslutas av förbundet. Det är föreningar som utesluter individer. Styrelsen menade också att det redan idag finns stöd för att reglera oönskat ledar- och tränarbeteende i nuvarande regler och stadgar. Därför föreslogs att motionen avslås.

Örnsköldsviks GK presenterade ett tilläggsyrkande, med stöd från Solflickorna, att Förbundsstyrelsen får till uppdrag att utreda ett licenssystem för tränare och då i första skede gällande tävlingsverksamhet. Om utredningen visar att detta är möjligt och önskvärt så skall detta även införas. Förbundsstyrelsen ställde sig bakom detta tilläggsyrkande och det röstades igenom av mötet.

- Jag är tacksam för att Gymnastikförbundet tagit frågan på allvar och att den går i rätt riktning. Vi har kämpat i tre år och jag tror att det kan bli något gott utav detta, kommenterade Jennifer Pettersson, Örnsköldsviks GK beslutet.



Jennifer Pettersson, Örnsköldsviks Gymnastikklubb.
Jennifer Pettersson, Örnsköldsviks Gymnastikklubb.

Styrelsens förslag vässades ytterligare

Förbundsstyrelsen la fram ett antal propositioner inför förbundsmötet. Den första gällde Lillsved, där styrelsen föreslog att de får i uppdrag ta fram en strategisk plan avseende Lillsved som ska delrapporteras under Gymnastikforum 2019 och återrapporteras på förbundsmötet 2020. GF Östs förslag på tillägg där planen i ett första skede ska beskriva hur Lillsved bör utvecklas för att bli en del av Svensk Gymnastik avslogs och förbundsstyrelsens förslag antogs av Förbundsmötet.

Den andra propositionen föreslog en stadgeändring rörande kandidatnominering inför val på förbundsmöte, för att nomineringar från ombud ska komma in innan ett förbundsmöte, till skillnad från att nominera på plats. Efter ett yrkande från Hammarbygymnasterna på förändringar i propositionen föreslog styrelsen att anta yrkandet med en förändring på senast-datumet till kandidatnominering; att senast den 31 december innan förbundsmötet ska ombud ha lämnat in sina förslag till valberedningen för personval. Detta nya förslaget antogs av förbundsmötet.

Den tredje och sista propositionen föreslog en bland annat en höjning av medlemsavgiften samt förtydligande av medlemsbegreppet. För att kunna investera i fortsatt framgång föreslogs bland annat en höjning från 33 kronor per medlem till 38 kronor. En diskussion samt ett yrkande från Kalmar GF samt GF Öst ledde till ett avslag på avgiftshöjningen. Hammarbygymnasterna yrkade på att avgiften per medlem skulle vara oförändrad men bifall till höjningen av maxtaket. Förbundsmötet beslutade om avslag på höjningen per medlem men att höja maxtaket per förening och år från 50 000 till 60 000 kr samt föreslagna förtydligandet av begreppet medlem.

Beslut kring strategi och plan framåt

Tidigare under mötet presenterades Gymnastikförbundets verksamhets- och ekonomisk inriktning 2019/2020, samt Svensk Gymnastik Vill 2019/2020. Förslagen diskuterades inför själva förbundsmötet på Förforum samt presenterades på mötets första dag för att beslutas om den andra dagen. Förbundsmötet fastställde alla tre förslagen.

Mötet avslutades med personvalen. Anna Iwarsson fick nytt förtroende som förbundsordförande för 2019-2020. Till förbundsstyrelsen 2018-2022 omvaldes Suzanne Lundvall, Anders Caspár samt Edit Eriksson. Henrik Lehman, med erfarenhet från både manlig artistisk gymnastik samt trupp och flera gymnastikföreningar i Skåne, valdes in som ny ledamot.

Ytterligare val som godkändes var:

Revisorer: Ulrika Granholm Dahl samt Therese Johansson från PWC valdes till revisor respektive suppleant.

Valberedningen: Ny ordförande Patrik Tengwall, nya ledamöter Bodil Berntsson och Per Malmberg, omval av Pernilla Eriksson, Jim Salvin som ledamöter, samt Andreas Getzman som suppleant. Kicki Dafgård och Per Sjöstrand valdes till valberedningssamordnare.



Anna Iwarsson får förnyat förtroende som förbundsordförande för 2019-2020.

Anna Iwarsson får förnyat förtroende som förbundsordförande för 2019-2020.

Tack för värdefulla gärningar inom Svensk Gymnastik

Efter valen blev det en rad avtackningar till personer som på olika sätt har bidragit till Svensk Gymnastiks utveckling:

- Per Malmborg som avgår från förbundsstyrelsen
- Kjell Adolfsson och Gun Ståhl avgår från valberedningen
- Siv Johansson, anställd på nationella kansliet i 31 år och som nu går i pension



*Per Malmborg lämnar över styrelsekavajen till Henrik Lehman.
Per Malmborg lämnar över styrelsekavajen till Henrik Lehman.*



*Kjell Adolfsson och Gun Ståhl från valberedningen avtackas.
Kjell Adolfsson och Gun Ståhl från valberedningen avtackas.*



Generalsekreterare Johan Fyrberg avtackar Siw Johansson.

Generalsekreterare Johan Fyrberg avtackar Siw Johansson.

Arbetet framåt

- Nu har vi fått ett tydligt medskick från förbundsmötet att vi ska blicka framåt i vårt strategiska arbete mot 2028, och att vi vill arbeta tillsammans i de här frågorna. Det är ett väldigt tydligt medskick att man ger stöd utifrån hur vi hanterar vår ekonomi och i vår uppföljning av arbetet för hållbarhet och kontinuitet. Och det var bra och viktigt att det belystes i det utredningsförslaget som begärdes när det gäller licens inom tävling, som ytterligare kan förstärka vårt arbete att följa upp vårt värdegrundsarbete, vår uppförandekod och så vidare. Så snarare ses det som en ytterligare förstärkning, så det var ett fint medskick vi fick med oss som jag uppskattar oerhört. Så vi har pratat både om det hårda och det mjuka och det är en fin balansgång det där men det finns en gemensam samlad kraft, och det är det viktiga, säger Anna Iwarsson.

2020 års förbundsmöte tar plats i Växjö. Vi ses då!

Här kan du se hela förbundsmötet på Youtube:

[Dag 1, del 1](#)

[Dag 1, del 2](#)

[Dag 2](#)

Framgångar för Örnsköldsviks gymnastik

03 MAJ 2018 12:46

Övik skördar nya framgångar, denna gång i Polen. Läs mer under länken nedan

Klicka [här](#) för att läs mer

Sen anmälan

08 MAJ 2018 08:03

Kom gärna med din anmälan för Matta airtrack samt Hopp och volt snarast om er förening går i tankarna att utbilda era ledare

[Klicka här för att komma till anmälan](#)

Integritetspolicy

15 MAJ 2018 13:01

Hej!

Inom idrottsrörelsen behandlar vi en stor mängd personuppgifter. De används bland annat till att hålla ordning i medlemsregister, fördela ekonomiska stöd eller arrangera tävlingar och utbildningar.

Det finns särskilda regler för hur personuppgifter ska hanteras på ett tryggt och säkert sätt. Den 25 maj 2018 kommer personuppgiftslagen ersättas av den nya dataskyddsförordningen (GDPR), vilket gör att kraven förändras något. Med anledning av dessa förändringar har vi kompletterat medlemsvillkoren med en integritetspolicy. Den beskriver mer utförligt hur och varför vi sparar dina personuppgifter samt vilka rättigheter du har. [Vill du läsa integritetspolicyn så hittar du den här.](#)

Vänliga Hälsningar,

Svenska Gymnastikförbundet

Cheerleadingförening i bussolycka

22 MAJ 2018 08:29

Tidigt i fredags morse råkade cheerleadingföreningen Arctic Cheer Avalanches från Luleå ut för en allvarlig bussolycka på E4:an utanför Sundsvall.

Föreningen var på väg till en tävling i Nyköping och befann sig på E4:an strax utanför Sundsvall i höjd med Birsta, när bussen körde av motorvägen och välte. I bussen befann sig 54 aktiva varav tio ledare.

Två av ungdomarna från föreningen skadades lindrigt och befinner sig nu för omhändertagande på Sundsvalls lasarett.

-Fokus ligger nu på att hand om de cheerleaders som var ombord på bussen, samt stötta föreningen, så de får den hjälp de behöver, kommenterar Johan Fyrberg, generalsekreterare på Gymnastikförbundet.

Stödet samordnas mellan Cheerleadingförbundet, föreningen och Gymnastikförbundet.

Ytterligare information finns på [Cheerleadingförbundets webb.](#)

För mer info hör av dig till:

Johan Fyrberg, generalsekreterare Gymnastikförbundet, johan.fyrberg@gymnastik.se, 070-979 05 67

Johanna Agurell, ordförande Arctic Cheer Avalanches, ordforande@acalulea.com, 079-304 64 43

Katarina Eriksson, ordförande Cheerleadingförbundet, ordforande@cheerleading.se, 070-723 65 15

Hösten 2018

24 MAJ 2018 11:35

Välkomna med era anmälningar till höstens utbildningar

Hösten bjuder på många varierande utbildningar med bl.a. en extrainsatt Baskurs BoU samt domarutbildning steg 1 i KvAG. Var gärna ute i god tid eftersom kurserna dra igång strax efter sommaruppehållet.

Klicka [här](#) för att ta del av regionens utbildningsutbud

Söker ni stöd i föreningsfrågor eller liknande hör gärna av er till mitt@gymnastik.se

Inspirationsdag i Norr

04 JUN 2018 13:06

Vår grannregion Norr kommer anordna en inspirationsdag för KvAG, ni är varmt välkomna med er anmälan dit men det är snabba puckar som gäller, 15-16 juni går det av stapeln.

Mer info hittar du [här](#)

GDPR info

12 JUN 2018 07:54

För alla medlemmars och föreningars vetskap jobbar GF Mitt för närvarande med de riktlinjer som finns för GDPR.

RG: Rapport från Portimao

14 JUN 2018 07:50

ÖGK, Nevis och Uppsalaflickorna tävlade i Portimao, läs rapporten nedan.

Resan påbörjades på torsdag för både Nevis RG och Örnsköldsviks GK till varma och soliga Portugal. Nevis RG, som bestod av Eva Rodrigues som tränare och Viktoria Cristov som gymnast, var på plats en aning tidigare än Örnsköldsviks GK. Torsdagen innebar träning för seniorgymnasten Viktoria. Örnsköldsvik, som bestod av gymnasterna Cassandra Pettersson och Alma Wikström tillsammans med tränaren Jennifer Pettersson, landade sent med planet i Portugal vilket innebar en vilodag. GF Uppsalaflickorna anlände också på torsdagen med sina juniorer Angelina Ekström och Ida Önnegren. Med sig hade de även tränaren Paulina Gunnarsson. På domarsidan var den svenska delegationen representerad av Eliska Cupr.

På fredagen tävlade seniortjejerna sent på kvällen. På förmiddagen körde de ett sista träningspass tillsammans. Tjejerna såg mycket starka och stabila ut. Efter en kort och intensiv träning så åkte alla tillbaka till hotellet för att vila, fånga solen och göra sig ordning för kvällen tävling. Idag tävlade tjejerna i tunnband och boll. Tävlingen gick väldigt bra för Örnsköldsviks GK och både Alma och Cassandra körde stabila och starka program. Alma Wikström har försvårat sina program rätt mycket, men lyckades utföra det på ett stilrent och självsäkert sätt. Cassandra utförde ännu en tävling felfritt och vackert. Viktoria från Nevis gjorde även hon en fin start på tävlingen med någon enstaka miss. Med hennes prestation i boll, tog hon sig även till en finalplats. Cassandra tog två finalplatser och Alma tog en finalplats i redskapet tunnband. Nöjda för dagen lämnade vi hallen och åkte hem för att sova.

För juniorgymnasterna Ida och Angelina från Uppsala var målet med denna tävling att skaffa sig mer internationell erfarenhet samt inspiration för fortsatt utveckling. Angelina hade sin bästa prestation i tunnband och Idas bästa resultat var i bandprogrammet.

På lördagen tävlade seniorgymnasterna på kvällen igen. Efter frukosten fanns det gott om tid för att promenera i solen, njuta av dagen och vila upp sig inför tävlingen. Portimao är en väldigt fin stad och vi hade turen att bo nära havet med en väldigt fin strand. Med en varm och skön förmiddag så var tjejerna redo att bege sig mot hallen för att tävla i kägglor och band. Alla tre hade redskapet band som första redskap. Alma hade tyvärr otur i bandet och fick knut. Detta drog ut på tiden och Alma tappade mycket poäng. Hon laddade dock om stenhårt till hennes nya kägelprogram och utförde det klockrent. Cassandra körde två rena och fina program, igen. Cassandra visar upp en supergod form. Viktoria hade nån enstaka miss i redskapen men utförde två fina program. Viktoria som är yngst, visar en stark inställning och tar verkligen plats på tävlingsmattan vilket är väldigt roligt att se. Hennes bandprogram tog henne till ännu en finalplats. Cassandra tog sig vidare i båda programmen, vilket innebar fyra av fyra finalplatser och Alma tog sig vidare i kägglor.

Söndagen och sista tävlingsdagen. Alla seniortjejer tog sig till final. Även idag hann vi fånga värmen och solen innan det var dags för tävling. Sammanfattningsvis körde tjejerna bra och vi var nöjda med dagen och tävlingen i stort. Dom har kämpat på bra allihopa och det har varit en mycket rolig resa tillsammans.

På måndagen blev det en lång resa hem. Tusen tack för denna resa och tävling. Verkligen roligt att åka tillsammans och att få representera Sverige!

[Resultat Portimao 2018](#) 

Jennifer Pettersson ÖGK
Eliska Cupr Uppsalaflickorna

ÖGK bjuder in till Riksserie 3

14 JUN 2018 07:59

[Klicka här för mer information](#)

Följ kvalet till Youth Olympic Games i artistisk gymnastik

18 JUN 2018 12:53

På midsommardagen, 23 juni, kommer tre svenska juniorgymnaster att tävla i Baku. Det som står på spel är biljetter till YOG, Youth Olympic Games (Ungdoms-OS), i Argentina i oktober.

I killarnas tävling deltar Marcus Stenberg, Lulegymnasterna och Joakim Lenberg, Motus-Salto, tillsammans med 54 andra gymnaster från 29 länder. I tjejernas kvaltävling är det Tonya Paulsson, Motus-Salto, som representerar Sverige och hon tävlar mot 44 andra gymnaster från 25 länder.

Stort lycka till!

Tävlingarna kommer streamas här: <http://gymtv.online/user/playlist/>

[Mer info om tävlingen finns här](#)

[Mer info om YOG](#)

Tävlingsschema (lokala tider)

10:00 – 13:15 Subdivision 1 (Tonya är med i denna grupp)

14:00 – 17:00 Subdivision 2

17:30 – 20:30 Subdivision 3 (Marcus och Joakim är med i denna grupp)


20:30 Prisutdelning

Observera att Azerbajdzjan ligger två timmar före Sverige.

Inspirationsdag Gruppträning

20 JUN 2018 13:10

Glöm inte att anmäla dig till vår inspirationsdag för gruppträning den 1:a september

[Läs mer i inbjudan](#) 
[Anmäl dig här](#)

Föreläsning med Patrik Sjöberg

21 JUN 2018 12:53

[Klicka här för att ta del av mer info och hur du anmäler dig](#)

SM Guld

23 JUL 2018 08:36

Grattis till tjejerna från Örnsköldsviks gymnastikförening. Det blev SM Guld för Cassandra Pettersson och Lag SM Guld till Cassandra Pettersson, Alma Wikström och Sandra Krantz.

[klicka här för att läsa om framgångarna](#)

EM i artistisk gymnastik 2018

25 JUL 2018 08:41

EM i AG 2018 går av stapeln i Glasgow mellan den 2-12 augusti. Följ länken nedan för mer information

[Klicka här](#)

LOK stöd

26 JUL 2018 08:45

Vi påminner om att ansökan till statligt lokalt aktivitetsstöd (LOK-stöd) för aktiviteter bedrivna under våren 2018, 1 januari - 30 juni, ska vara inskickad senast den 25 augusti 2018 kl 23:59.

Det är viktigt att skicka in ansökan i tid - observera att enligt LOK-stödsföreskrifterna riskerar en förening att ansökan avslås om den inkommer för sent.

Tänk på att det inte räcker att bara närvaroregistrera aktiviteterna. Man måste öppna och skicka in ansökan även om föreningen närvaroregistrerar sina aktiviteter via IdrottOnline. Aktiviteterna är inte redovisade till Riksidrottsförbundet förrän ansökan skickats in.

Om föreningens närvaroregistrering görs i ett externt system och föreningen har aktiverat inläsning till IdrottOnline från detta så måste aktiviteter för våren 2018 vara registrerade i det externa systemet **allra senast den 20 augusti 2018** för att säkerställa att all data skall hinna läsas över till IdrottOnline.

Om föreningen har aktiverat inläsning av aktiviteter från externt system, så tänk på att du då kan hitta alla dessa aktiviteter i IdrottOnline. [Läs mer här](#) om hur du stämmer av godkända/icke godkända aktiviteter inne i IdrottOnline.

VM-guld, medaljregn och nytt svenskt rekord på VM i hopprep

30 JUL 2018 09:03

Ingen hade vågat tro att det skulle gå så här bra för de svenska hopprepdamerna när lagtävlingen i VM i Shanghai avgjordes under söndagen. Hela 5 mästerskapsmedaljer gick till Sverige.

De svenska hopprepdamerna åkte till Shanghai med siktet inställt på medaljer och redan i lagtävlingens inledande grenar blev målet verklighet. Tidigare har Sverige haft de stora framgångarna inom freestyle medan Kina helt dominerat snabbhetsgrenarna. När resultaten under VM kom även i snabbhet var det inte allt för svårt att lista ut att det skulle bli medaljer.

VM-guldet hoppades hem i snabbhetsgrenen 4*45 sek snabbhet med dubbelrep. Kämpinge GF:s lag 2 bestående av Isa Vigren, Julia Nydemark, Marina Jalkell och Smilla Eliasson lyckades få ihop hela 604 fotisättningar och samtidigt slog nytt svenskt rekord. Laget tog under senaste VM, som gick på hemmaplan i Malmö 2016, hela två VM-guld i, men då i freestyle. När det var dags för freestylegrenarna i årets upplaga av VM visade laget åter att de hör hemma i den internationella toppen. I grenen *dubbelrep freestyle* tog laget silver och *dubbelrep par freestyle* tog laget brons. I den prestigefyllda overall-tävlingen kammade laget hem silvermedaljen - en riktigt stark tävlingsinsats. - Vi är helt överväldigade! Vi trodde aldrig att det var möjligt, hälsar laget i ett snabbt samtal mellan tävling och prisutdelning på arenan i Shanghai.



Även Kämpinges lag nr 1 tog medalj, detta i snabbhetsgrenen *4*30 sek snabbhet med enkelrep*. Lag nr 1 bestående av Elin Söderlund, Elsa Skansjö, Louise Söderlund och Sara Nässel är rutinerade hoppare som med 375 fotisättningar tog hem en bronspeng i grentävlingen.

Head of delegation är Kämpinge GF:s Kajsa Murmark och hon säger så här om tävlingarna:

- Det är alldeles enastående. Kina har dominerat helt i snabbhet tidigare, och så kommer våra svenska tjejer och tar medaljer där samtidigt som de presterar så bra i freestyle. Vi pratade så sent som igår om våra chanser, och vi trodde aldrig, aldrig att det skulle kunna gå så här bra, säger en glad och märkbart stolt Kajsa.



Ytterligare tre lag tävlade under dagen. Ett juniorlag och två seniorlag. Alla gjorde fina insatser och har numera ett VM på meritlistan, något som är mycket viktigt och bra för svenskt hopprep.

Samtliga resultat finns här: <http://www.fisacwc2018.com/enpages/result>

FAKTA OM LAGTÄVLINGEN

4 – 5 personer i ett lag. Tävlar i 6 olika grenar.

3 grenar i enkelrep:

4 x 30 sek snabbhet

2 pers. freestyle (pair freestyle), 1 min. och 15 sek.

4 pers. freestyle (team freestyle), 1 min. och 15 sek.

3 grenar dubbelrep:

4 x 45 sek snabbhet

3 pers. freestyle, 1 min. och 15 sek.

4 pers. freestyle, 1 min. och 15 sek.

Poängen rankas i varje gren. Den sammanlagda totala rankingpoängen bestämmer slutresultatet.

Vem vinner lagtävlingen?

Lagmedaljer delas ut i varje gren och världsmästare koras i varje gren. Det lag som får högst totalpoäng i alla grenar blir världsmästare.

Under måndagen (kl 7:30 svensk tid) fortsätter VM med de individuella tävlingarna i hopprep där Sverige har flera deltagare. Dessa streamas här: <https://view.sufe.edu.cn/play/113>

Östersundsgymnasterna öppnar en till grupp

13 AUG 2018 09:41

Östersundsgymnasterna ökar sin barngruppsverksamhet genom en till grupp för åldrarna 10-12 år.

[Klicka här för att läsa mer](#)

Bamsegympa

13 AUG 2018 11:55

Välkommen med din anmälan till Bamsegympan

Utbildningen är förlagd i Östersund på Storsjöskolan och anmälan går snart ut så följ länken och anmäl dig om det verkar intressant.

[Klicka här](#)

Höstens utbildningar

16 AUG 2018 15:03

Hösten bjuder på utbildningar inom gruppträning, HIIT, KvAG, Fristående, Baskurs och mer därtill, välkommen med din anmälan i god tid tack 😊

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmitt/Utbildning/Utbildningskalender/>

KvAG domare steg 1

17 AUG 2018 13:15

Låter KvAG domare steg 1 som en lockande utbildning? anmälan håller öppet några dagar till så se till att säkra din plats genom länken nedan :)

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmitt/Utbildning/Utbildningskalender/>

HIIT i höst

21 AUG 2018 09:29

Vi har platser kvar på vår HIIT utbildning i Sundsvall den 15-16:e september, är du intresserad? läs mer om vad kursen ger dig och din förening under länken:

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmitt/Utbildning/Utbildningskalender/?eventid=1026088&sisuorgid=442>

Landslag i Truppgymnastik -18

03 SEP 2018 09:22

Välkommen att läsa mer om vilka som representerar Sverige i truppgymnastik under länk

[läs mer här](#)

Uppdatera försäkringar

03 SEP 2018 09:42

Det är dags att förnya era försäkringar/licenser, för perioden 1 oktober 2018 – 30 september 2019.

Observera att det ej ingår någon olycksfallsförsäkring för aktiva genom före

[Mer info här](#)

Tränare till NIU Truppgymnastik

12 SEP 2018 09:06

Östersundsgymnasterna söker ny tränare, klicka på länken nedan för att ta del av mer information.

[klicka här](#)

Alla kan gympa!

12 SEP 2018 14:09

[Läs mer under denna länk](#)

Föreningsträff

14 SEP 2018 08:52

Läs mer under länken där den bifogade inbjudan finns. Anmälan sker under "utbildningar".

[Föreningsträff](#)

Påminnelse föreningsträff

24 SEP 2018 08:45

Välkommen med din anmälan senast den 27/9 för tillfället i Östersund eller Höga kusten den 6:e samt 7:e oktober.

Anmälan görs under utbildningsfliken.

Trampett steg 2

09 OKT 2018 12:49

Välkommen med din anmälan innan 12/10 följ länken nedan

[Amäl dig här](#)

Inbjudan till temdag

16 OKT 2018 09:08

Tid: 23 oktober 2018 kl 09:00 - 15:00

Plats: Kulturmagasinet, Programsalen, Sundsvall

Program

Under Temadag Norrskan kommer vi att göra en djupdykning i tre intressanta normkreativa metoder.

Läs mer om metoderna i programmet via den **bifogade länken**.

Dagen avslutas med tre tankesmedjor kring de presenterade metoderna. Där kan du som deltar diskutera med fler som är intresserade av just den metoden.

Föreläsare

Normer, konst och kreativitet

Tina Johansson och Wejdan Derky, Sundsvalls muséum

Machofabriken

Robert Petersén, projektledare på MÄN

Unga Direkt

Kenneth Ljung och Karin Röbbäck de Souza, utredare Barnombudsmannen.

[Här kan du läsa hela programmet och anmäla dig!](#)

[Följ oss på Facebook](#)

Anmäl dig till vårt nyhetsbrev genom att mejla mig

VARMT VÄLKOMMEN!!!

Pia Fjällmo

Demokratisamordnare

Telefon: +46 60 19 17 89

Mobil: +46 70 190 78 81

Sundsvalls kommun

Kultur och Fritid

Ungdomsavdelningen

851 85 Sundsvall

Besöksadress: Magasinsgatan 12 (plan 2)

Växel: +46 60 19 10 00

www.sundsvall.se

Idrottslyft

18 OKT 2018 12:12

Glöm inte att söka era idrottslyft mer info finns under länken

[Klicka här](#)

utbildningar 2019

22 OKT 2018 14:45

Nu har vi släppt några av utbildningarna som kommer under våren 2019

Gå in och anmäl dig för att säkra en plats, fler utbildningar kommer läggas ut inom en snart framtid.

Grand Prix i Marbella

23 OKT 2018 10:40

Under kommande helg representerar Cassandra Pettersson Sverige på Grand Prix i Marbeilla

[klicka här för att läsa mer](#)

Baskurs BoU samt KvAG domare steg 1

15 NOV 2018 14:30

2019 års första utbildning är en Baskurs Barn och Ungdom samt KvAG domare steg 1, båda utbildningarna startar den 19:e januari

Under [denna länk](#) finner du anmälan till alla våra utbildningar

Cassandra Riksseriesegrare

15 NOV 2018 15:32

Klicka på länken nedan för att läsa mer om Örnsköldsviks segertåg i riksserien

[klicka här](#)

Ny Idrottsombudsman och visseblåstjänst på Riksidrottsförbundet

19 NOV 2018 08:21

Behöver du stöd och råd för att veta hur du kan agera när någon bryter mot idrottens värdegrund?

Den 15 november var första dagen för RF:s nya Idrottsombudsman och visseblåstjänst, en åtgärd som Gymnastikförbundet välkomnar.

Idrottsombudsmannen är tänkt att stötta och ge råd i ärenden där misstankar finns om agerande som bryter mot idrottens värdegrund. Syftet med visseblåstjänsten är att underlätta anmälan i sådana fall. [Läs mer på RF:s webb, där även alla nummer och kontaktvägar finns.](#)

Inför Riksidrottsmötet 2017 skickade Gymnastikförbundet ett förslag kopplat till det etiska området, med en ny etisk kod, idrottsombudsman och ändrade preskriptionstider, [vilket du kan läsa mer om här.](#)

- Vi välkomnar det beslut som RF/SISU:s styrelse tog i helgen, vilket ligger helt i linje med det vi föreslog till Riksidrottsmötet i syfte att göra idrotten och gymnastiken till en ännu mer trygg miljö, kommenterar Johan Fyrberg, som även ser fram emot resultatet av RF:s arbete med den nya koden och översyn av regelverket för hela idrotten.

Lösningarna finns i ledarskapet

Gymnastikförbundet fortsätter arbetet med att jobba för trygga idrottsmiljöer på samma sätt som tidigare och det görs inga ändringar i Gymnastikombudsmannens och Juridisk Nämndens uppgifter, eller det fortsatta arbetet.

- Just nu pågår en oberoende extern utredning kring hur våra system och vårt arbete inom det etiska arbetet har fungerat. Utifrån resultat som framkommer där, kan emellertid justeringar komma att föreslås, berättar Johan.

- Över tid har lärt oss att dessa frågor är komplexa. Det är bra att vi har strukturer på plats, men de kommer inte kunna hantera alla frågor, utan lösningen sitter framförallt i ledarskapet och kulturen och just därför ses också hela utbildningssystemet över. Där kommer ledarskap ta en mer framträdande roll. Samtidigt ökar vi också förutsättningarna att utveckla det medicinska området, både vad avser det förebyggande och genom konkreta insatser då det kan behövas.

- Sammantaget är det allra viktigaste det förebyggande arbetet och där sker ett oerhört fint arbete i gymnastiksverige, där föreningarna själva agerar om problem uppstår, men också känner att de kan ta hjälp kring svåra områden, avslutar Johan.

Tävlingar för våren 2019

19 NOV 2018 13:28

Här publiceras vårens nationella tävlingar i gymnastikens samtliga discipliner. Sidan kommer att uppdateras med datum och arrangörer löpande. När anmälan öppnas kommer det finns länkar här till anmälningssidan.

Trupp

Datumena är preliminära.

Vad gäller Storregionstrea kommer Gymnastikförbundet med info.

6-7 april - Riksfyran Dam 13-16år, *arrangör tillfrågad*

4-5 maj - Rikstvåan Dam 13-16år & 13år och äldre, *Västerås*

11-12 maj - Rikssexan Herr 11år och äldre, Riksfyran Herr 11år och äldre, *arrangör tillfrågad*

11-12 maj - Riksfyran Öppen klass 13år och äldre, *Falun*

18-19 maj - Riksfemman Öppen klass 13år och äldre, *Göteborg*

18-19 maj - Riksettan Dam, Herr, Mix & Rikstvåan Herr, Mix, *arrangör tillfrågad*

25-26 maj - Rikstrea Dam 13-16år och Rikstrea Dam 13år och äldre, *arrangör tillfrågad*

1-2 juni - USM, *Växjö*

26 juni-2 juli - SM (SM-veckan), *Malmö*

Trampolin

23-24 mars - Svenska Cupen 1, *Upplands Väsby*

27 april - USM och JSM, *arrangör saknas*

11-12 maj eller 18-19 maj - Svenska Cupen 2, *arrangör saknas*

26 juni-2 juli - SM (SM-veckan), *Malmö*

Kvinnlig artistisk gymnastik

27 april - Öppen Challenge och UM, *arrangör saknas*

4 maj - Vårpokalen, *Västerås*

17-19 maj - UNM, JNM, *arrangör saknas*

11 maj - RM och RF, *arrangör saknas*

26 juni-2 juli - JSM och SM (SM-veckan), *Malmö*

Manlig artistisk gymnastik

17-19 maj - UNM, JNM, *arrangör saknas*

31 maj - 2 juni - Mästerskapshelg, *arrangör saknas*

26 juni - 2 juli - JSM och SM (SM-veckan), *Malmö*

Rytmask gymnastik

23-24 mars - Riksserien 1, *arrangör saknas*

6-7 april - LagCupen, *arrangör saknas*

25-26 maj - Riksserien 2, *arrangör saknas*

15-16 juni - Riksserien 3, *arrangör saknas*

26 juni-2 juli - JSM och SM (SM-veckan), *Malmö*

Hopprep

16-17 mars - Svenska Cupen, Juniorcupen & Rikshoppet 6-an, *Borås*

6-7 april - Vikingahoppet Y+Ä, Rikshoppet 4-an, *Tranås*

Ej fastställt datum - SM, *arrangör saknas*

Aerobic gymnastics

Ej fastställt datum - Svensk Cupen del 1, *arrangör saknas*

Ej fastställt datum - Rikscupen, *arrangör saknas*

Ej fastställt datum - USM, *arrangör saknas*

26 juni-2 juli - JSM och SM (SM-veckan), *Malmö*

"Årets"

22 NOV 2018 07:58

Känner du till någon förening, någon aktivitetsledare eller någon organisationsledare som behöver uppmärksammas lite extra för en god insats under 2018?

Nominera till årets ledare och årets förening 2018 i Gymnastikförbundet Mitt!

Har ni i er förening gjort något som ni tycker bör uppmärksammas eller har ni en ledare som ni anser bör uppmuntras?

Nu har ni möjlighet att nominera årets förening och/eller årets ledare för verksamhetsåret 2018. Vi i Gymnastikförbundet Mitt kommer att dela ut en utmärkelse

till en aktivitetsledare och en utmärkelse till en organisationsledare, eftersom vi tycker att även de som sitter i styrelser och kommittéer är värda att uppmärksammas!

Använd följande länk för nominering av Årets organisationsledare 2018. [Årets Organisationsledare 2018](#)

Årets Ledare/tränare i GF Mitt 2018 Sista dag för nominering 31 januari 2019
Gymnastikförbundets syfte med att instifta en årlig förekommande utmärkelse av Årets Ledare/tränare är följande:

- Att ge duktiga ledare/tränare ett erkännande samt att ge dem stimulans att fortsätta sitt fina arbete i Gymnastikförbundets verksamhet.
- Att skapa förebilder för andra ledare/tränare.
- Att profilera Gymnastikförbundet som ett förbund med intresse för det arbete som utförs av ledare/tränare i våra medlemsföreningar.

Definition

Årets ledare/tränare väljs bland alla kategorier inom Bredd och våra tävlingsdiscipliner.

Kriterier för Årets Ledare/tränare

Den person vi söker skall vara en eldsjäl dvs. hängiven sin uppgift som ledare/tränare i sin gymnastikförening. Personen ska också stötta och locka fram det bästa hos deltagarna. Årets Ledare/tränare är nytänkande och inte rädd för att komma med förslag på förändringar i föreningens verksamhet. Självklart skall personen i fråga vara duktig i sitt gebit och klara av att sätta upp mål samt uppnå resultat med sin verksamhet.

[Årets Aktivitetsledare 2018](#)

Årets förening i GF Mitt 2018, sista dag för nominering 31 januari 2019
Gymnastikförbundets syfte med att instifta en årlig förekommande utmärkelse av Årets Förening är följande:

- Att ge dynamiska föreningar som verkar "i tiden" ett erkännande samt att ge stimulans för fortsatt god verksamhet.
- Att skapa förebilder för andra föreningar
- Att profilera Gymnastikförbundet som ett förbund med intresse för medlemsföreningars verksamhet.

Definition

Årets Förening väljs bland alla våra medlemsföreningar.

Kriterier för Årets Förening

Årets förening är en förening med en stark föreningskänsla och samhörighet. Föreningen är välkänd på sin verksamhetsort och genomför olika aktiviteter för att informera om sin verksamhet och attrahera nya medlemmar. God ledarvård är ett honnörsord och utbildning är något man investerar i. Föreningen har ambitionen att växa och har en positiv medlemsutveckling.

[Årets Förening 2018](#)

Uttagningsprinciper

För att kunna delta skriver föreningen eller ledaren en egen motivering på högst två A4-sidor (se bifogade mallar). Ansökan skickas sedan till styrelseansvariga

Tone Heen heen.tone@gmail.com eller Eva Wikström evawik@hotmail.com senast den 31 januari 2019. Vinnarna kommer att uppmärksammas på Gymnastikförbundet Mitts årsmöte 23:e mars 2019. Årets förening 2018 i GF Mitt belönas med ett utbildningsbidrag på 2 000 kr, och Årets Organisations- respektive aktivitetsledare 2018 i GF Mitt får ett ledarstipendium på 1 500 kr vardera. Välkomna med era nomineringar!

Chiball

29 NOV 2018 13:29

Hej föreningar

Vi vill undersöka om det finns intresse för en utbildning kallad Chiball som bygger på rörelseträning på olika sätt kombinerat med avslappning och pilates.

Se bifogad fil för mer information och hör av er till mitt@gymnastik.se om er förening är intresserad av detta.

[Bifogad fil](#)

Nya framgångar för ÖGK

04 DEC 2018 08:57

Fler fina framgångar för ÖGK under helgens tävlingar i Estland - Merepiiga

Rapport från Estland med Örnsköldsviks gymnastikförning



Alma fick äntligen bevisa att hon fick över 10 poäng i grenen tunnband trots en liten miss i slutet.

Cassandra körde två fina program men inte helt utan missar. Lite svårighetsmissar som ger mycket avdrag tyvärr. Men vi är nöjda för idag och laddar om för morgondagens redskap som är band.

Tränare : Jennifer

Cassandra, Alma och Alva från Uppsalaflickorna tog tillsammans Lag Guld det vilket dock inte var så svårt då de var enda laget i Senior FIG klassen.

Cassandra blev också utsedd till tävlingens "Miss Merepiiga"
Extra roligt att priset gick till en svensk gymnast - då senast det begavs sig när en svenska fick utmärkelsen var 1989. Alltså 29 år sedan sist.

Stort Grattis till fina program och extra Grattis till Alma som fick bevisa att hon kan få över 10 poäng trots småmissar.

Tack till tränare Jennifer Pettersson.

Nu hem och ladda om till nästa tävling som blir Luxemburg strax innan julafton
Då väntar en ny FIG tävling för Cassandra och Alma med tränare Jennifer.

Cassandra fick även beskedet idag att hon behåller sin landslagsplats inför 2019.
Cassandra har varit given i landslaget sedan 2010.

Region mitt tackar för rapporten.

Förlängd anmälan - Utvecklingshelg för föreningar med träning i fokus 2019

07 DEC 2018 08:52



Förlängd anmälan - Utvecklingshelg för föreningar med träning i fokus 2019

2018-12-06 13:23

Sista dag för anmälan förlängs till 14 december 2018.

Välkommen till en träff fullspäckad med föreläsningar, workshops, rörelsepåsar och praktiska prova-på-pass inom områden som ideellt engagemang, inkludering, målgrupper och anläggningsfrågor, samt konceptet Physical Literacy av föreläsningar, workshops praktiska prova på-pass och rörelsepåsar.

Helgen riktar sig till alla som är engagerade i utvecklingen av träningsverksamheten inom Svensk Gymnastik, oavsett om du är styrelserepresentant, kommittémedlem eller ledare.

Här finner ni en kort presentation av några av helgens föreläsare:

Dean Kriellaars, är expert på Physical Literacy och professor på University of Manitoba. Dean är en av världens främsta ambassadörer på detta nya koncept för fysisk aktivitet.

Aron Schoug, är doktorand i pedagogik och forskar om samarbetsprocesser, lärande, ledarskap och organisering i ideellt arbete. Hans forskning kretsar kring hur ideellt engagerade människor samarbetar och samsas om begränsade resurser för att uppnå

sina höga ambitioner och mål.

Sofia B Karlsson, är utbildningsansvarig för inkludering på Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna och leder arbetet med en inkluderande idrott. Kristoffer Berg, är process- och projektledare på Riksidrottsförbundet/SISU Idrottsutbildarna som utvecklar och genomför ledarutbildningar och innehar har rollen som programledare för Idrottens ledarskaps- och managementprogram.

Jose Nunez, Inspiratör och tränare som skapa möjligheter oavsett förutsättningarna. Med olika redskap och i olika miljöer möjliggörs

[Klicka här för detaljprogram, praktisk info samt anmälan.](#)

Sista dag för anmälan är 14 december 2018. Det är möjligt att medverka bara en del av helgen men vi rekommenderar medverkan under hela.

Årsmöte 2019

10 DEC 2018 10:51

Välkommen till årsmöte och Föreningsdialog lördag den 16:e mars 2018 kl. 10.00 på Hallstaberget i Sollefteå.

Här finner du årsmöteshandlingar för Gymnastikförbundet Mitts årsmöte 2019.

[Inbjudan](#)

[Fullmakt](#)

[Årsberättelse 2018](#)

[Valberedningens förslag](#)

[Förslag till verksamhetsplan](#)

[Förslag till föredragningslista](#)

[Förslag till budget 2019](#)

Ramprogrammet (med ca-tider) för dagen ser ut som följer:

9.30 Ankomst och fika

10.00 Årsmöte

13.00 Lunch

14.00 Föreningsdialog

Anmäl dig till årsmötet [här](#)

Kallelse med mer information om innehåll i föreningsdialogen kommer ni att få via mail, eller post för er som inte har en mailadress. All information inför årsmötet kommer att finnas på vår hemsida, www.gymnastik.se/mitt och på vår Facebooksida "Gymnastikförbundet MITT"

Glöm inte att eventuella motioner till årsmötet skall vara inskickade till kansliet senast den 17 januari 2019.

Nomineringar till Årets Aktivitetsledare, Årets Organisationsledare och Årets Förening skall vara inskickade senast den 31 januari 2019. Juryn består av Eva Wikström och Tone Heen.

Huvudregeln för rösträtt är en röst för varje påbörjat 500-tal medlemmar, dock högst fem röster/förening.

För ombud med rösträtt ska fullmakt skickas in eller medtas till mötet. Fullmakt finns på hemsidan från 15 januari 2019.

Ta tillfället i akt och kom och dela dagen med oss!
Varmt välkomna!
Sollefteå den 16:e december 2018

Maria Gustafsson
Ordförande Gymnastikförbundet Mitt