



***SVENSKA FINLANDS  
IDROTTSFÖRBUND  
VERKSAMHETSPLAN  
2025***

# Allmänt

- SFI följer de riktlinjer som cent
- FSI:s plan för jämställdhet och likabehandling används i den dagliga verksamheten.
- SFI främjar en inkluderande verksamhet som förebygger trakasserier och mobbning.
- SFI står för en kvalitativ idrottsverksamhet i de egna idrottsgrenarna: cykling, friidrott, kraftsport och simning.
- Samarbetet över grengränserna med medlemsdistrikten Nylands och Åbolands (NÅID), Österbottens (ÖID) och Ålands (ÅID) distrikt samt med alla medlemsföreningar är av stor vikt.
- SFI följer FSI:s antidopningsprogram liksom det etiska programmet "Idrott för alla" och förutsätter att all verksamhet som bedrivs inom förbundets och medlemsföreningarnas regi är drog- och rökfri.

## MISSION – VISION – VÄRDERINGAR

SFI har som mission att på svenska:

- Organisera högkvalitativ verksamhet på förenämnda idrottsgrenars område inom utbildning, träning och tävling.
- Arbeta och verka för en tävlingsinriktad helhetsutveckling av dessa idrotter.
- Väcka intresse för motion och bidra till att tävlingsidrottare utvecklas.
- Understryka och kräva att idrotten utövas i enlighet med gällande tävlingsregler och på etiskt och moraliskt godtagbara grunder.
- Tillsammans med FSI fungera som intressebevakare för föreningar och enskilda utövare inom idrotten på svenska i Finland.
- Aktivt samarbeta med sina medlemsföreningar inom föreningsutveckling
- Vara en innovativ föregångare inom idrott på svenska.

## UTBILDNING

- SFI ordnar utbildningar på svenska enligt behov i de fyra grenarna.
- SFI samarbetar med de övriga svenskspråkiga grenförbunden och de nationella grenförbunden samt FSI i utbildningsfrågor.

## TRÄNING

- Sjutusansystemet kan tillämpas i alla grenar. I Sjutusan är träningslägerverksamheten kärnan.
- Träningsläger för yngre juniorer kan också arrangeras i samtliga fyra grenar.

## TÄVLING

- Förbundsmästerskap, i alla fyra grenar, ordnas tillsammans med lokala medlemsföreningar. I simning är SFI en aktör i arrangemangen av Simkampen.

## MENTAL TRÄNING

- SFI arbetar med mental träning för alla grenar genom Mentisgruppen. Samtliga grenar har möjlighet att använda sig av mental träning utifrån egna behov.

## INFORMATION OCH KOMMUNIKATION

- SFI upprätthåller en aktiv information till sina medlemsföreningar och dess medlemmar.
- SFI försöker också bidra med extern kommunikation i de frågor som berör förbundets idrottsgrenar.  
Anmälningar till kurser, träningsläger och tävlingar görs digitalt. Styrelsemöten och motsvarande sammankomster hålls digitalt på distans. Förbundets medlemsmöten hålls som hybridmöten.
- Alla som uttalar sig i SFI:s namn gör det i saklig och god ton och med information som grundar sig på fakta.

# Cykling

## ALLMÄNT

- Övergripande mål för verksamheten 2025 är att skapa förutsättningar för unga och lovande cyklister att utvecklas samt erbjuda utbildning till medlemsföreningar.
- SFI-cyklingen följer förbundets allmänna riktlinjer för jämställdhet och likabehandling samt arbetar för en dopingfri idrott i enlighet med FSI:s antidopingprogram.
- CR utreder intresset för en satsning på e-cykling i SFI-föreningarna. Samtidigt utreds antalet cyklister i åldern 16–15 år i SFI-föreningarna.

## UTBILDNING

- Domarkurser ordnas om behov finns.
- En lagledarkurs ordnas om behov finns.
- Ledar-/tränarutbildning på grundläggande nivå kan ordnas om behov finns.

## TÄVLING

- SFI-mästerskapen arrangeras på landsväg i linje- och tempolopp i de klasser som cykelrådet bestämmer. Målet är att genomföra samtliga SFIM-tävlingar i egen regi. I undantagsfall kan mästerskapen avgöras i samband med någon annan tävling.
- SFI-cyklister kan ansöka om bidrag för tävlingar utomlands, enligt de kriterier som cykelrådet fastställer och inom ramen för SFI-cyklingens budget.

## JÄMSTÄLLDHET OCH LIKABEHANDLING

- SFI-cyklingen följer förbundets riktlinjer för jämställdhet och likabehandling. FSI:s utbildning i dessa frågor erbjuds till föreningarna samt till dess idrottare, tränare och ledare.

## INFORMATION OCH KOMMUNIKATION

- Förbundssekreteraren och sportchefen administrerar webbsidan och sociala media-kanaler. SFI:s nyhetsbrev skickas till SFI:s medlemsföreningar. SR håller tre–fyra möten under 2025.

# Friidrott

## ALLMÄNT

- Friidrottsrådet (FR) värnar om möjligheterna att idrotta på svenska oberoende av boningsort. För FR är utbildning av tränare och idrottare på svenska den största uppgiften tillsammans med lägerverksamheten.
- FR betonar toppidrottsverksamhet och vinnarkultur på sina träningsläger, sammankomster och social media, på fortbildningar och föreläsningar.
- FR följer och implementerar FSI:s plan för jämställdhet och likabehandling i sin verksamhet. FR ser sig som en mångkulturell institution där tröskeln är låg att delta.
- FR är med och organiserar, utvecklar och förbättrar idrotts-, tränings- och tävlingsverksamhet genom samarbete med sina medlemsdistrikt (NÅID, ÖID, ÅID), medlemsföreningarna och Vria.
- FR kommer inkommande år att särskilt arbeta med föreningsutveckling tillsammans med sina föreningsmedlemmar inom områden utbildning, träning, tävling och administration. En handlingsplan görs upp för detta ändamål som omfattar hela strategiperioden fram till 2030.

## UTBILDNING

- Utbildningen inom SFI skall vara lättillgänglig. Kurser och seminarier ordnas i huvudsak i samband med läger och andra sammankomster.
- FR utbildar tränare på svenska. SFI samarbetar med SUL och SFI:s utbildning är utarbetad i linje med SUL:s licenssystem.
- Steg 1 ordnas i alla distrikt 2025. Steg 2 startar hösten 2025 och Eliitränarutbildningen, som startade 2024, slutförs.
- Fortbildning i form av träningstillfällen betonas under 2025 samt en fortsatt uppdatering av utbildningsmaterialet.
- Friidrotten utbildar i mental träning genom mentala träningshandboken-projektet och genom förebyggande träning på läger och sammankomster. Friidrotten strävar till att vara aktivt i FSI:s projekt kring ätstörningar
- SFI:s fysioterapeut fortsätter att cirkulera på de viktigaste evenemangen med massör på plats. Fortbildning inom föreningarna sker i samarbete med FSI, de andra grenförbunden och Vria.
- För utbildning utanför SFI kan tränarstipendier ansökas.
- SFI samarbetar med VRIA kring fysikalisk vård och mental träning.
- SFI har kvalitativa och kvantitativa mätare för utbildningsverksamheten, som analyseras på årsbasis.

## TRÄNING

- För Sjutusan elit- och utvecklingsgruppen ordnas tre läger under året. Det ordnas även ett utlandsläger i Portugal våren 2025. Utvecklingsgruppens träningsverksamhet förverkligas i samarbete med distrikten (NÅID och ÖID) och

skollägerverksamheten är en del av SFI:s träningsystem i samarbete med Folkhälsan Utbildning Ab.

- SFI betonar utvecklandet av samarbetet med distrikten i träningsverksamheten under 2025 och administrerar träningsdagar för 14–17-åringar i samarbete med distrikten.
- FR ska ha ett nära samarbete med Vörå Idrottsgymnasium kring tränartjänster på svenska. Ett introduktionsläger till idrottsgymnasiet ordnas i samarbete Folkhälsan Utbildning Ab.
- SFI har kvalitativa och kvantitativa mätare för träningsverksamheten, som analyseras på årsbasis.

#### TÄVLING

- Förbundsmästerskapen arrangeras av IF Sibbo-Vargarna i Sibbo sommaren 2025. Dessutom arrangeras SFI-mästerskapen i terränglöpning.
- FR kan ge stipendier för internationellt tävlande och ansökan koordineras av sportchefen per 30 september 2025.
- SFI har kvantitativa mätare för tävlingsverksamheten, som analyseras på årsbasis.

#### INFORMATION OCH KOMMUNIKATION

- Sportchefen samt förbundssekreteraren ansvarar gemensamt för tävlingsrapporteringen och administrationen av webbsidan och sociala medier.
- SFI:s nyhetsbrev skickas till alla friidrottsföreningar.
- FR håller tre–fem möten under 2025
- UTU håller sina planerings- och andra möten varje höst och under lägren.

## Kraftidrott

#### ALLMÄNT

- SFI-kraftidrotten (KIR) strävar till att idrottarna ska ha nationella och internationella framgångar. KIR vill med sin verksamhet öka intresset för kraftsporten.

#### UTBILDNING

- SFI strävar till att understöda utbildningen av internationella domare.
- SFI (KIR) ordnar fortbildning inom träning vid behov.

#### TRÄNING

- Träningsverksamheten sköts i den egna föreningens regi.

#### TÄVLING

- Två SFI-mästerskap arrangeras under 2025. Ett i bänkpress och ett i styrkelyft.
- SFI understöder arrangörerna av SFI-mästerskapen ekonomiskt.
- SFI:s idrottare deltar i VM och EM med målsättningen att nå framgångar. För att bidra till att uppnå målsättningen beviljar KIR understöd till enskilda idrottare.
- SFI-föreningarna kommer att i framtiden ha ett närmare samarbete då det gäller att ordna SFI-mästerskap

## MENTAL TRÄNING

- KIR startar ett mental träningsprojekt på 4 år som omfattar alla medlemsföreningar. Målet är att stärka idrottarnas och tränarnas sakkunskap inom området mental träning för att kunna stödja träning och tävling på ett bättre sätt.

## JÄMSTÄLLDHET OCH LIKABEHANDLING

- KIR följer förbundets riktlinjer för jämställdhet och likabehandling. FSI:s utbildning i dessa frågor erbjuds till föreningarna samt till dess idrottare, tränare och ledare.

## INFORMATION OCH KOMMUNIKATION

- Information och statistik publiceras på SFI:s webbplats av kraftidrottsrådets ordförande i samarbete med sportchefen och förbundssekreteraren.
- Kraftidrottsrådet digitaliserade uppföljning av rekord fortsätter.
- Kraftidrottsrådet har två–tre möten under året.

# Simning

## ALLMÄNT

- SFI:s simråd (SR) värna om möjligheterna att idrotta på svenska.
- SR följer förbundets riktlinjer för jämställdhet och likabehandling och garanterar en dopingfri idrott i enlighet med gällande regler och direktiv.
- SR strävar i första hand till att fostra unga simmare på deras väg framåt i karriären i samarbete med SFI:s simföreningar.

## UTBILDNING

- Fältkoordinatorn kan delta i tränarutbildning, och delar i så fall med sig av informationen till SFI:s simtränare.
- Om behov finns arrangeras tränarutbildning på svenska.
- Om behov finns arrangeras domarutbildning på svenska i samarbete med föreningarna.

## TRÄNING

- SFI arrangerar två läger för yngre juniorer vid Kuortane idrottsinstitut under 2025.
- SFI arrangerar ett Sjutusanläger vid Kuortane idrottsinstitut hösten 2025.

## TÄVLING

- SFI-mästerskapen arrangeras av Cetus i Esbo den 25–26 januari 2025.
- SFI deltar i den 17:e simkampen mellan Stockholms simförbund och SFI. Tävlingarna arrangeras på Ålands Idrottscenter i Godby hösten 2025. Lagen består av flickor (13–14-åringar) och pojkar (15–16-åringar). SFI fungerar som arrangör för Simkampen 2025.

## JÄMSTÄLLDHET OCH LIKABEHANDLING

- SR följer förbundets riktlinjer för jämställdhet och likabehandling. FSI:s utbildning i dessa frågor erbjuds till föreningarna samt till dess idrottare, tränare och ledare.

## INFORMATION OCH KOMMUNIKATION

- Fältkoordinatörn ansvarar i samarbete med förbundssekreteraren och sportchefen för tävlingsrapporteringen och administreringen av webbsidan och sociala media-kanaler.
- SFI:s nyhetsbrev skickas till simföreningarna.
- En årsklocka görs och publiceras på SFI:s webbplats.
- SR håller fyra–fem möten under 2025.