



Svenska styrkelyftförbundet

Verksamhets- plan 2023



1. Allmänt om förbundets verksamhet och övergripande mål

1.1.Mål: styrkelyft för alla, hela livet

Svensk Styrkelyft ska sträva mot att utveckla alla individer på alla nivåer. Vi ska arbeta för att utveckla tävlings-, förening-, och breddverksamheten. Vi lyckas med detta genom att ha en stark organisation, bra samarbete och ett stort individuellt engagemang på alla nivåer.

1.2. Verksamhetsidé; därför finns vi

1.2.1. För alla

Styrkelyft ska kunna utföras av alla i olika former och träningsformen ska vara tillgänglig, väl instruerad och tydlig. Medlemskapet i föreningen ska bygga på ett mervärde och ett engagemang för den enskilda individen så att alla oavsett kön, ålder, funktion eller ambitionsnivå känner sig inkluderade.

1.2.2. Samverkan

Vi jobbar för att utveckla vår idrott i enlighet med vår vision. För att göra detta behövs samarbeten och samverkan nationellt och internationellt på alla nivåer.

1.2.3. Utveckling

Att vilja göra framsteg utifrån nivå och ambition ska prägla vår verksamhet liksom framåtanda och nytänkande. Det finns en glädje i att utvecklas och att vara med och utveckla andra som idrottare, medlemmänniska och föreningsmänniska.

1.2.4. Rent spel

Svenskt styrkelyft ska ha ett gott rykte som idrott när det handlar om rent spel. Alla i vår idrott ska kunna tävla på lika villkor, vara ärliga och inte fuska. Vi ska alltid arbeta preventivt mot diskriminering, doping och fusk.

1.3. Värdegrund; det här står vi för

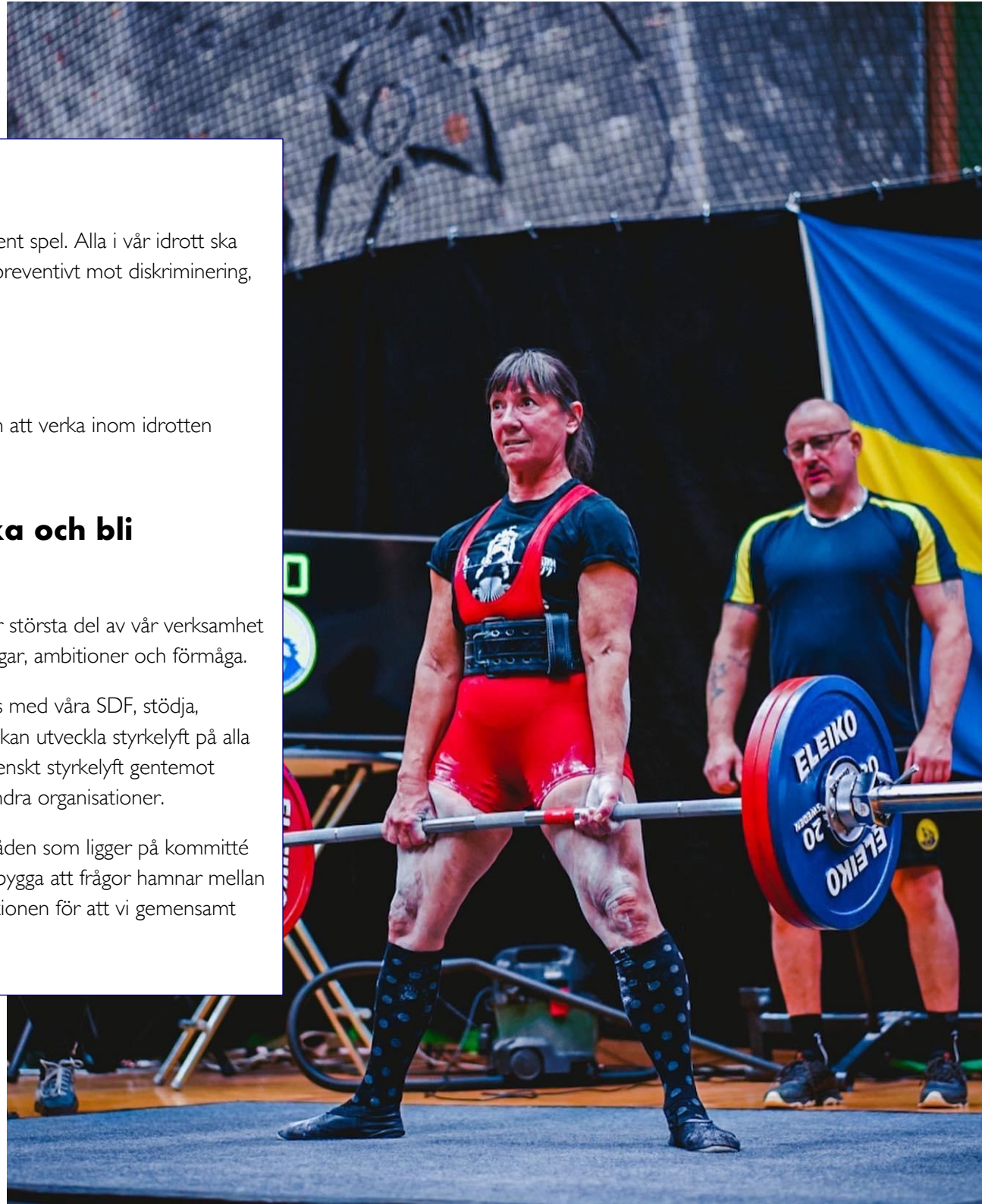
Styrkelyft ska vara tillgängligt och vi ska erbjuda alla som vill, möjligheten att verka inom idrotten utifrån sina egna förutsättningar och målsättningar.

1.4. Strategi: tillsammans kan vi växa och bli starkare

Föreningar och deras medlemmar är kärnan i svenskt styrkelyft. Det här största del av vår verksamhet planeras, genomförs och utvecklas utifrån föreningens egna förutsättningar, ambitioner och förmåga.

Svenska Styrkelyftförbundets uppgift blir då att på olika sätt, tillsammans med våra SDF, stödja, inspirera och engagera föreningarna i deras arbete så att vi tillsammans kan utveckla styrkelyft på alla nivåer i organisationen. Utöver detta är förbundets roll att företräda svenskt styrkelyft gentemot myndigheter, internationella organisationer, Riksidrottsförbundet och andra organisationer.

Styrelsen ska arbeta för att specificera vilka arbetsuppgifter/ansvarsområden som ligger på kommitté respektive styrelse för att möjliggöra för kontinuitet i arbetet samt förebygga att frågor hamnar mellan stolarna. Det är viktigt att stärka alla delar i verksamheten och organisationen för att vi gemensamt ska uppnå våra mål fram emot 2025.





2. Förbundsordföranden tar ordet

Ett första år har gått så fort att jag knappt kan förstå att det snart är dags att ses i Örebro på årsmöte igen. Det har varit ett år där jag började med ödmjukhet inför min nya roll och som jag avslutar med ödmjukhet inför det enorma arbete som kansli och förbundschef utför – mycket i det dolda, och mycket till stort värde och hjälp för såväl våra föreningar och medlemmar som för mig personligen. Till er vill jag rikta mitt stora tack!

Nu när vi lägger verksamhetsåret 2022/2023 till handlingarna kan jag också konstatera att förbundet med stark ledning av såväl tidigare styrelser som organisationen med vår förbundschef i spetsen har klarat både pandemi och återstart. Det mest imponerande är dock, i mina ögon, hur föreningarna har hanterat dessa oerhört prövande år. Med ideell kraft, tillförsikt och en öppenhet inför situationens svårigheter kommer många av våra föreningar in i återgången till det nya normala med lärdomar och insikter om hur en styrkelyftsörening kan bedrivas och självförtroende inför vad utmaningar som framtiden må ställa i vår gemensamma väg. Till er hårt arbetande och ideellt engagerade lyftare, föräldrar, kamrater, coacher, klovare, funktionärer och glada på-hejare vill jag också rikta mitt stora tack!

Verksamhetsåret har präglats av sportsliga framgångar, då Sverige som vanligt imponerar med stora framgångar på den internationella arenan, med starka resultat mer eller mindre genom alla vikt- och ålderskategorier. Det har också präglats av hur vi bäst ska förvalta de återstartstödsmedel som förbundet förlänats av RF, hur vi ska sprida den kunskap och erfarenhet som finns samlad hos många av oss genom utbildningar, hur vi ska säkra framtidens återväxt genom att redan nu satsa på barn och ungdomar, hur vi bättre kan arbeta tillsammans med våra samarbetspartners och – kanske nästan framför allt – hur styrelsen och kansliet och kommittéerna och arbetsgrupperna bättre kan arbeta tillsammans. Verksamhetsåret har nämligen också präglats av ett fokus på organisationen – på det där tråkiga, som strukturer, rapporteringsvägar, mandat, roller, rutiner och riktlinjer, som tar tid från det roliga men som behöver finnas för att i ett senare skede kunna maximera det roliga. Arbetet är långt från över, men det är definitivt igång.

Med denna inflygning: hur ser det kommande verksamhetsåret ut?

3. Så här ska vi nå våra mål 2023

3.1. Organisation och arbetsätt – nytt mål-område

Det pratas mycket om tydlighet, struktur, rutiner och processer hos förbundet när frågan om vad distrikten önskar mer av och om vad föreningarna behöver. Även om det inte direkt framgår av Vision 2025 får det ändå ses som ett av styrelsens prioriterade områden att göra en tydlig strategisk förflyttning inom under det kommande verksamhetsåret.

De konkreta målaktiviteter som står på agendan är bl.a. följande:

- Komplettering arbetsordning för styrelsen; uppdaterad arbetsinstruktion för förbundschefen; ny delegationsordning för förbundsstyrelsen, förbundschefen, kansliet och kommittéer/arbetsgrupper på förbunds nivå, distriktsstyrelser på distriktsnivå och föreningsstyrelser på föreningsnivå
- Gemensamt och aktivt demokratiarbete mellan förbundet och distrikten
- Förtydligande roller, uppdrag, ansvar och mandat för förbundet respektive distrikten
- Utforska nya forum för dialog mellan förbund och distrikt

Övriga mål och aktiviteter som presenteras nedan följer av Vision 2025. I tillägg till denna sammanställning kommer styrelsen tillsammans med distrikten att under året konkretisera och utarbeta en plan med mål och aktiviteter för respektive distrikt, där de enskilda distrikten ansvar och roll i det gemensamma uppfyllandet av Vision 2025 ska klargöras.



3.2. Utveckling och utbildning

- **Mål:** Ett starkt samarbete med RF-SISU på alla områden som rör organisationsstruktur och organisationsutveckling.
- **Mål:** Skapa en tydlig struktur i alla våra idrottsspecifika utbildningar så att de följer samma modell och finns i samma portal.
- **Mål:** Styrkelyft ska vara en självklar resurs för andra idrotter och organisationer.
- **Aktivitet:** Öka antalet egna utbildar på alla områden i organisationen och satsa på kompetenshöjning och stöd till dessa.
- **Aktivitet:** Revidera befintliga utbildningar och utveckla nya idrottsspecifika utbildningar i egen regi.
- **Aktivitet:** Fortsätta utvecklingen av samarbete med NIU och RIG

Plan 2023:

- Idrottens Utvecklingsplan ska lanseras för distrikt, föreningar och lyftare att både kunna gå utbildningar på och samla eget utbildningsmaterial på
- Fortsatt arbete med och förvaltning av den satsning på barn- och ungdomslyftning som genomfördes under 2022 med bl.a. barn- och ungdomstränarutbildningar:
 - Uppföljning av hur deltagarna och dessas föreningar arbetat med B/U-lyftning sedan utbildningen
 - Sprida kunskap om hur föreningar kan arbeta aktivt med B/U-lyftning och med återväxt, bl.a. genom att lyfta fram goda exempel på B/U-satsningar, på samarbete med lokala skolor och på LOK-stödsprojekt
 - Nationellt läger för barn och ungdomar tillsammans med Svenska tyngdlyftningsförbundet i Halmstad sommaren 2023
- Formalisera samarbete med NIU i Falun genom samarbetsavtal samt fastslå handlingsplan för arbetet inför RIG-dimensionering 2026
- Första kull examinandor från tränarutbildningen vid Högskolan i Dalarna till sommaren samt diskussion om uppdragsutbildning mot IPF, med efterfrågan från andra nationella styrkelyftförbund

3.3. Elitverksamhet

- **Mål:** Bibehålla den goda internationella nivån med ambition att ta medaljer.
- **Mål:** Vara en av de topp tre mest medaljrika specialidrottsförbunden inom RF-familjen.
- **Mål:** Arbeta för att få igång fungerande paraverksamhet i alla SDF.
- **Mål:** Representation på internationella tävlingar i parabänkpress och Special Olympics.

- **Aktivitet:** Högskolan i Dalarna utbildar från och med hösten 2020 tränare i styrkelyft. SSF har ansvaret för kompetens i de praktiska delar av utbildningen. Utbildningen ska gå i enlighet med SSF:s elitutbildningsplan.
- **Aktivitet:** Utbildningar i olika steg för ledare i parasport (parabänkpress och styrkelyft för Special Olympics) ska fortsätta utvecklas och erbjudas så att det finns kompetens och möjligheter i alla distrikt.
- **Aktivitet:** En coachutbildning ska tas fram främst i syfte att säkerställa kvaliteten på våra landslagscoacher.

Plan 2023

- Genomförande av elit-/breddläger på distriktsnivå för att bygga gemenskap hos lyftare på internationell, nationell och regional elitnivå
- Utvärdera hur förbundet kan stötta växande landslag med coacher utan att ytterligare öka belastning på befintliga landslagscoacher

3.4. Tävlings- och serieverksamhet

- **Mål:** Att arrangera internationella mästerskap inom tidsperioden om man hittar lämplig lokal samt arrangör.
- **Mål:** Öka förutsättningar för flera arrangörer av nationella mästerskap. Samarbete med lokala organisationer och destinationer för att skapa ett mervärde i arrangemang och event.
- **Mål:** Att få igång en regelbunden tävlingsverksamhet för parabänkpress och styrkelyft för Special Olympics.
- **Mål:** Höja engagemanget och status för serien och befästa den som en grundbult i vår verksamhet.
- **Mål:** Att alla SDF ska ha ledare och domare med utökad kompetens i förhållande till tävlingar för U11-13 och styrkelyft för Special Olympics.

- **Aktivitet:** Att fortsätta implementeringen med U11-13 genom att öka kompetens och möjligheter på distrikts- och föreningsnivå så att denna kategori har tränings- och tävlingsmöjligheter enligt överenskommen tävlingsform och regelverk.
- **Aktivitet:** Att implementera styrkelyft för Special Olympics genom att öka kompetens och möjligheter på distrikts- och föreningsnivå så att denna kategori har tränings- och tävlingsmöjligheter enligt överenskommen tävlingsform och regelverk.
- **Aktivitet:** Utveckla möjligheter för tävlingar i parabänkpress inom gällande regelverk och genom ökad tillgänglighet.
- **Aktivitet:** Stöd till SDF och föreningar som önskar arrangera nationella och/eller internationella mästerskap.

Plan 2023

- Utvärdera det nya serietävlingsformatet
- Utredda grunderna för studentlyftningen och förutsättningarna för eventuell satsning på denna del av styrkelyftet tillsammans med förbundets traditionella verksamhet
- Uppdatering av arrangörsavtal vid nationella mästerskap för att ytterligare förtydliga roller och ansvar samt fördela ansvar och mandat

3.5. Marknadsföring, PR och kommunikation

- **Mål:** SSF ska sträva mot att finna samarbetspartners i syfte att antingen få rena sponsorintäkter eller motsvarande kostnadstäckning i samband med arrangemang av olika typer av event.
- **Mål:** Att våra nationella mästerskap TV- eller webbsänds regelbundet.
- **Mål:** Att vi har en tydlig kommunikationsstrategi på alla nivåer i organisationen.
- **Aktivitet:** Att skapa en struktur och plan för marknadsföring av styrkelyft på nationell nivå.
- **Aktivitet:** Att skapa och implementera en tydlig policy och struktur i förhållande till sociala medier, hemsida, etc.

Plan 2023

- Inventera och värdera förbundets immateriella rättigheter
- Upprätta mallavtal för förbundets upplåtelse av rättigheter till kommersiella aktörer att t.ex. filma och fotografera i samband med tävlingar, mästerskap och uppvisningar
- Pilotprojekt webbsändning av mästerskap, som även ska kunna användas av distrikt, föreningar och enskilda utövare för att sända eget webbsänt material hänförligt till styrkelyft, genom bl.a. en Pay-per-View-modell
- Förstärka relationer med befintliga samarbetspartners samt skapa nya partnerrelationer
- Aktivt arbeta med frågor om förebilder och idoler inom styrkelyft, både som ett sätt att nå ut till fler i allmänheten och för att förstärka arbetet med B/U-lyftningen

