

Bakgrund

Efter analys och kartläggning av vår verksamhet, vad vi kommer ifrån, var vi är idag och vart vi vill, så finner vi att vi är i ständig utveckling. Även om inte idrotten i sig förändras så är Svensk Tyngdlyftning inne i en förändringsprocess och det är väldigt spännande.

Samtidigt som vi finner oss som ett litet förbund med relativt få utövare, barn och ungdom som junior och senior har vi efter de senaste årens tillströmning av lyftare ett behov av att noggrant utarbeta på vilket sätt detta skall förvaltas.

För något år tillbaka var det fler unga vuxna som blev intresserade av tyngdlyftning och senaste året har fler och fler barn och ungdomar visat ett intresse för idrotten. Dock har våra föreningar inte varit helt förberedda på detta.

Detta är en indikation på att vår idrott inte är tillräckligt attraktiv för barn och ungdomar att börja med och därför saknar en del av våra föreningar en tradition och förmåga att ta hand om barn och ungdomar. Vi ser att vi behöver jobba med den kultur som sitter i väggarna och våra strukturer för att bli bättre på att bära med oss ett barnrättsperspektiv. Kunskap finns men kan bli bättre och framförallt modernare och förnyad. Vi behöver arbeta med att fler utbildar sig inom olika ämnen som inte direkt är det idrottsliga men som behövs för att skapa en mer positiv föreningskultur så som jämställdhet, inkludering, integration, pedagogik och digitalisering. För att belysa att dessa frågor är lika viktiga som de idrottsliga, och grundläggande för att skapa en förändring och bli en mer modern och attraktiv idrott.

Föreningsmiljö, träning och tävling, ledare och tränare samt anläggning är utgångspunkten för denna handlingsplan. Dessa områden ska utvecklas inom vår barn- och ungdoms lyftning. För varje utvecklingsområde har vi fyra teman som prioriteras; Utbildning, utveckling, kommunikation och idrottslig prestation.

Syftet med dessa fyra teman är att öka kunskapen om: hur man tränar barn och ungdomar, hur man moderniserar sin förening, hur man skapar bättre vägar för kommunikation inom vår idrott och optimerar den idrottsliga prestationen.

Kopplingen blir naturlig till det övriga utvecklingsarbetet som sker i förbundet, den centrala satsningen på att förstärka kansli och landslagsledning som gjorts. Med fokus på att utforma en verksamhet som är öppen för alla och som upplevs som attraktiv och välkomnande för varje enskild individ, under de senare åren vill vi tro inte bara kommer att stärka toppen med tävling- och elitsatsningen utan även genomsyra hela verksamheten, från barn- och ungdomsverksamheten till senior- och elitverksamheten, från tävlingslyftare till motionär och från förening till distrikt och förbund.

Pågående arbete som sker med att skapa utbildningsmaterial för barn- och ungdomstränare skall slutföras under 2019. Detta innebär ett helhetstänk med att skapa utbildningsmaterial samt genomföra barn och ungdomstränarutbildning. För att klara detta behöver förbundet utse en ansvarig person som projektledare som skapar en arbetsgrupp som genomför detta arbete.

Föreningsmiljön

Utvecklingsområde Vad skall konkret utvecklas inom området föreningsmiljö?	Effektmål Vilka effekter vill vi uppnå? Hur leder de till att verksamheten blir mer attraktiv för utövaren?	Uppföljning av effektmålen Vad vill vi följa upp? Vad signalerar att vi rör oss i rätt riktning? Hur stämmer vi av att vi är på rätt väg?	Vägval/Strategi Vilka är våra vägval? Hur ser vår strategi ut för att nå våra mål?
Utbildning <i>Stärka föreningarnas styrelsearbete.</i>	<i>Vi vill uppnå stabilare och tydligare organisationer och därigenom dämpa problem vid bortfall av "Eldsjälar".</i> <i>Tydlighet och stabilitet inom föreningar är en bas för trygga medlemmar vilket medför hjälp till långsiktighet och att fler vill stanna kvar.</i>	<i>Dokumentera antal föreningar som genomför adekvat utbildning.</i> <i>Rätt riktning innebär att föreningarna blir mer och mer självständiga och därmed klarar sig med mindre hjälp från förbundets kansli och dess personal</i>	<i>Strategi för att uppnå dessa mål är årlig utbildning i form av organisation och styrelsearbete. Exempelvis genom boken "Effektivt styrelsearbete."</i>
<i>Stärka förbundets styrelsearbete.</i>	<i>På förbunds nivå stärka långsiktighet och framförhållning med tydliga arbetsbeskrivningar och start resp. slut för det löpande arbetet.</i>	<i>Genom kontakt och rapportering från föreningar och dess ledare om hur såväl ledare som barn och ungdomar ser på sin omgivning.</i>	<i>Handlingsplan, verksamhetsplan samt projektplaner skall alltid ligga till grund för de beslut som tas kring idrottens verksamhet. Detta för att skapa en röd tråd och mindre utrymme för subjektiva yttringar.</i> <i>Att styrelsen kontinuerligt följer upp handlingsplan och verksamhetsidé vid varje styrelsemöte.</i>

<p>Utveckling Bredda föreningarnas kompetens kring ämnen utanför den grenspecifika.</p>	<p>Önskad effekt är att föreningarna ska bli bättre på att arbeta med gruppdynamik på barn och ungdomars villkor, för att skapa en tillhörighet, gemenskap och glädje samt förstärka sin klubbidentitet.</p>	<p>Signaler på att föreningarna arbetar i önskad riktning är att fler ansöker om projektbidrag och idrottslyfts stöd och gör detta i ämnen som inte enbart rör det grenspecifika.</p>	<p>Strukturera/skapa upp IL-paket som är tänkta för föreningen att genomföra för att främja även icke-grenspecifika insatser.</p>
<p>Öka medvetenheten och förståelsen för vad en välfungerande förening kan generera för positiva effekter för såväl föreningen som för utövaren.</p>	<p>Vi tror att föreningar som har en inkluderande social gemenskap är bättre på att ge individen möjlighet att utvecklas inom olika områden och detta leder till att fler väljer att stanna kvar i föreningen.</p>	<p>Kansliet har årliga avstämmningar med respektive SISU-df.</p>	<p>Få igång föreningars samverkan med SISU-df med hjälp av IK.</p>
<p>Väva in ett jämställdhetsperspektiv i alla förbundets utbildningar</p>	<p>Effekten är att fler organisationsledare, domare, tränare blir medvetna om hur vi kan arbeta för att bli en mer jämställd och inkluderande idrott</p>	<p>Utvärdering vid avslutat utbildningstillfälle.</p>	<p>Utgå ifrån dialogduken "5 steg för jämställdhet" vid utbildningstillfällen.</p>
<p>Kommunikation Rusta föreningarna, SDF, STF till att använda sig av digitala kommunikationsvägar.</p>	<p>Önskad effekt är att uppnå effektiva, snabba, digitala och tydliga kommunikationsvägar från STF ner till IF och vice versa.</p>	<p>Genom att se till att varje IF, SDF har uppdaterat sin IOL sida med relevanta kontaktuppgifter.</p>	<p>Ställa adekvata krav på återrapporteringar, redovisning av föreningens styrdokument och verksamhetsberättelse.</p>
<p>Effekten av att arbeta bättre på sociala medier gör att vi attraherar fler barn och ungdomar.</p>			

<p>Digitalisera lämpligt pappersarbete hos det centrala kansliet.</p>	<p>Effekten skulle bli att arbetsbelastningen blir mer rimlig</p>	<p>Bättre arbetsflöde på hos kansliet.</p>	<p>Förbundet ska skapa en digital databas över alla licensierade lyftare.</p>
<p>Öka kunskapen hos förening om att använda IOL som ett verktyg för LOK-rapportering, medlemsregister, licenser och hemsida.</p>	<p>Effekten är att fler lär sig ett effektivt administrativt arbete med hjälp av IOL samt skapar en bättre översikt av vår idrottsrörelse och dess medlemmar.</p>	<p>Fler använder sig av IOL som medel för licenser, LOK-stöd rapportering samt medlemsregister.</p>	<p>Erbjuda utbildningar i idrottonline samt IK har möjlighet att besöka föreningar och utbilda på plats.</p>
<p>Idrottslig prestation Inom ramen för de yngre lyftarna behöver föreningarna utveckla icke-grenspecifika tränings- och sociala mötesformer för att fokusera på idrotten som allsidig träning, lek och mänsklig utveckling med en ledare.</p>	<p>Effekten av att fokusera på icke-grenspecifik träning samt sociala mötesplatser anser vi gör förening mer attraktiv för barn och ungdomar.</p>	<p>Ökat deltagarantal på våra ungdomstävlingar och i vår serie verksamhet är tydliga signaler på att vi är på rätt väg.</p>	<p>Se över strukturer som gör att det kan vara svårt och oattraktivt för barn och ungdomar att vilja delta i föreningsverksamhet .</p>
<p>Äldre junior- och seniorlyftare behöver ha tillgänglig tyngdlyftning tränare på plats samt gemensamma träningar för att skapa stöd och sammanhållning.</p>	<p>Effekten av att stötta de äldre juniorerna och seniorerna innebär att fler fortsätter att idrotta i föreningen.</p>	<p>Medlemsantalet i föreningarna är jämna i spannet från ungdom till senior.</p>	
<p>Skapa plattformar för att lyftare och respektive tränare får möjlighet att samlas, utbyta erfarenheter och utvecklas tillsammans.</p>	<p>Effekten av att skapa mötesplatser för lyftare och deras tränare leder till att fler fortsätter att idrotta, då vi vet av erfarenhet att det är lätt att känna sig "ensam" inom vår idrott.</p>	<p>Fler seniorer kan välja att satsa på en hållbar lyftarkarriär.</p>	<p>Erbjuda ledarskapsutbildningar parallellt med tränarutbildningar för att bredda kunskapen hos föreningar med inriktning på inkluderande idrott.</p>

<i>Fd tävlingsaktiva skall uppmuntras till att bli engagerade i sin förening inom andra områden.</i>	<i>Effekten av att fd tävlingsaktiva engageras skapar en röd tråd mellan föreningsverksamhet och dess styrelse. Den önskade effekten är att organiseringen leder till att föreningen blir mer "stabil" och trygg och därför kan växa mer.</i>	<i>Ett generationsskifte sker hos organisationsledare som släpper fram yngre förmågor som vill ta plats.</i>	
--	---	--	--

Tävling/träning

Utvecklingsområde Vad konkret ska utvecklas inom området träning/tävling?	Effektmål Vilka effekter vill vi uppnå? Hur leder de till att verksamheten blir mer attraktiv för utövaren?	Uppföljning av effektmålen Vad vill vi följa upp? Vad signalerar att vi rör oss i rätt riktning? Hur stämmer vi av att vi är på rätt väg?	Vägval/Strategi Vilka är våra vägval? Hur ser vår strategi ut för att nå våra mål?
Utbildning Arbeta fram en genomarbetad träningsmodell som tar hänsyn till helheten från barn till senior.	Önskad effekt är att skapa en tydlig och grundläggande träningsmodell som IF kan använda sig av för att skapa en hållbar utveckling för den aktiva.	En röd tråd i verksamheten som leder till att alla utövare förbereds och skolas i en positiv prestationsmiljö oavsett nivå och ambition som är jämbördig i hela landet.	Skapa en utvecklingstrappa baserat på barn och ungdomars olika kvalitéer beroende på biologisk ålder, när man skall träna vad.
Erbjud centrala utbildningar inom barn och ungdomsidrott.	Den önskade effekten är att fler väljer att stanna inom idrotten genom hela livet. Att oavsett målsättning så finns det plats för individen i idrotten som aktiv, domare, tävlingsledare, organisationsledare.	Följer upp i IOL kring hur många anmälda det är på respektive utbildning som anordnas centralt.	Färdig utbildningskalender samt utbildningskatalog centralt.
Öka kunskapen om tävlingsarrangemang. Tävlingar behöver arrangeras mer professionellt för att bli en mer attraktiv sport samt göra de mer tillgängliga för allmänheten	Önskad effekt är att fler IF känner sig kompetenta att kunna anordna bra, professionella och "roliga" tävlingar.	Fler IF anordnar tävlingar.	Skapa tävlingsledarutbildning samt funktionärsutbildning.
Utveckling Alla tävlingar bedrivs med den digitala versionen av tävlingsprotokoll och dokument.	Önskad effekt är att tävlingarna på så sätt blir smidigare att genomföra och mer lättförståeliga för publik och aktiv.	En ökad distribution av Olympic Weightlifting competition management system (Owlcms, programvara).	Kansliet tillhandahåller programvara med tillhörande utbildning.

<p>Kommunikation Tävlingar och aktivas licenser kommuniceras på ett digitalt lättillgängligt sätt, exempelvis genom en app i telefonen.</p>	<p>Önskad effekt blir att det innebär mindre pappersarbete för anordnande IF samt den aktiva får mer insikt i sin tävlingsverksamhet.</p>	<p>Lösgör mätbart mer tid för kansliet samt minskad arbetsbelastning.</p>	<p>Arbeta fram ett underlag som förslag för detta system.</p>
<p>Önskvärt är att tävlingsresultat uppdateras i realtid till en gemensam social plattform med ett automatiserat rankingsystem.</p>	<p>Effekten är att det blir mindre pappersarbete för kansliet och ett större underhållningsvärde för lyftningen, media och publik. Den aktive får även snabbare tillgång till relevant information gällande kval och dylika</p>		
<p>Idrottslig prestation Tyngdlyftning behöver bli mer mångsidig i vår träning för att skapa en bättre grundläggande rörelseförståelse och allmänfys hos våra aktiva. Träningen behöver ha fler varierande inslag.</p>	<p>Fler IF har regelbunden barn- och ungdomsträning som bas i sin verksamhet.</p>	<p>Fler IF anordnar olika sociala erfarenhetsutbyten mellan sig.</p>	<p>Utveckla andra typer av tävlingsformer som är mer anpassade för barn och ungdomar, exempelvis allmän fys tävlingar, 5-kamp, teknik och lagtävlingar.</p>
<p>Skapa regionala träningsläger för IF för att skapa samverkan mellan IF.</p>	<p>Med regionala träningsläger skapas effekten av fler samarbeten mellan IF och därmed skapa fler sociala element som gör idrotten attraktiv. Dels för den aktive men även mellan tränare.</p>	<p>SDF anordnar ett träningsläger per år.</p>	<p>Ha ett riktat idrottslyft på för just denna insats för att främja samarbete över klubbgränser.</p>
<p>Utveckla alternativa tävlingsformer</p>	<p>Effekten som önskas uppnås är mer lekfulla tävlingsformer som är bättre anpassad för barn och ungdomar.</p>	<p>Fler tävlingslicenser inom olika åldersgrupper.</p>	<p>Utveckla och förenkla tävlingsstruktur för tävlingar som bedrivs på klubbnivå.</p>

Ledare/Tränare

<p>Utvecklingsområde Vad konkret ska utvecklas inom området tränare/ledare?</p>	<p>Effektmål Vilka effekter vill vi uppnå? Hur leder de till att verksamheten blir mer attraktiv för utövaren?</p>	<p>Uppföljning av effektmålen Vad vill vi följa upp? Vad signalerar att vi rör oss i rätt riktning? Hur stämmer vi av att vi är på rätt väg?</p>	<p>Vägval/Strategi Vilka är våra vägval? Hur ser vår strategi ut för att nå våra mål?</p>
<p>Utbildning Skapa en tydlig utbildningsstruktur för tränare som täcker in ett helhetstänk kring ledarskap.</p>	<p>Effekten är att tyngdlyftnings tränare inte enbart är duktiga på att lära ut ryck och stöt utan skapa ledare som är förebilder för barn och ungdomar.</p>	<p>Fler tränare som går på steg-utbildningar samt centrala vidareutbildningar.</p>	<p>SDF anordnar steg-utbildningar.</p>
		<p>För att kunna genomföra många olika kurser behöver vi bli bättre på att ta in externa föreläsare inom olika relevanta ämnen. Men även utbilda våra egna ledare till kursledare</p>	<p>Centralt viktigt att förmedla ledarskapsutbildningar som fokuserar på andra värden än enbart idrottsliga. STF fortsätter att utveckla Steg-utbildningarna samt verka för att ta fram ytterligare Steg. Vid behov ta hjälp av extern projektledare.</p>
<p>Organisationsledare utbildning</p>	<p>För att stötta föreningen</p>	<p>Fler ledare som vill driva projekt i förening.</p>	<p>Kursledarutbildning centralt.</p>
<p>Skapa kraftfulla SDF</p>	<p>Effekten är att fler IF inom respektive distrikt börjar samverka. Samt SDF anordnar fler steg-utbildningar.</p>	<p>SDF söker stöd hos STF för att anordna verksamhet.</p>	<p>Etablera nätverk för tränare samt SDF. Samt anordna en SDF konferens.</p>
<p>Utveckling Projekt; Unga lyfter unga. Göra ledarskapet mer attraktivt för yngre. Riktar sig till unga mellan 14–17 år.</p>	<p>Önskad effekt är att fler unga vill ta på sig ledarrollen samt att de blir stärkta i sin roll som unga ledare. Vilket leder till effekten att de blir mer insatta och engagerade i vår idrott som gör att fler</p>	<p>Ledarskap certifiering i form av unga lyfter unga.</p>	<p>SDF arrangerar en heldags ledarutbildning för unga mellan 14–17 år med underlaget "unga leder unga".</p>

	<i>stannar kvar i IF.</i>		
<u>Kommunikation</u> <i>Göra reportage och sprida goda exempel om den barn och ungdomsverksamhet som sker ute i IF.</i>	<i>Önskad effekt är inspirera andra IF i hur man kan gå tillväga för att planera och strukturera upp barn och ungdomsverksamhet</i>	<i>Regelbundna uppdateringar inom sociala medier.</i>	<i>IK får i uppdrag att skriva artiklar som publiceras på hemsidan.</i>
<u>Idrottslig prestation</u> <i>Fler tränare.</i>	<i>Önskad effekt är att fler individer känner sig stärkta i att ta på sig ett ledarskap inom vår idrott. Att fler föreningar har möjlighet att stödja lyftare som vill uppnå elitnivå.</i>	<i>Antalet utbildade tränare i föreningarna följs upp årsvis genom certifiering av tränare.</i>	<i>Ökad närvaro av föreningstränare på landslagsläger som främjar kunskapsutbyte mellan tränare.</i> <i>Uppmuntra med idrottslyftsstöd att våra klubbtränare deltar på internationella tränarutbildningar arrangerade av Europaförbundet och internationella förbundet.</i>
<i>Fler kvinnliga tränare, domare och organisationsledare.</i>	<i>Fler kvinnor i framträdande tränarroller, domare och som organisationsledare.</i>	<i>Följs upp med tränarlicens, domarlicens och en genomlysning hur det ser ut med könsfördelningen i respektive styrelse hos våra IF,</i>	<i>Varje utbildning skall väva in ett jämställdhetsperspektiv.</i>
<i>Fler tränare med utbildning mot att träna barn <13 år</i>	<i>Önskad effekt är utbildade tränare som har ett helhetstänk gällande barn och ungdomars sociala, fysiska och psykiska mognad.</i>	<i>En ökning av aktiva och föreningar som deltar på DM, USM och JSM.</i>	<i>Arrangera nationella utbildningar/workshops med fokus på barn och ungdomsutveckling.</i>

<p><i>Fler ledare, domare och funktionärer. Fler som vill engagera sig i de organisatoriska ledarrollerna som är ett måste för att idrotten skall fortsätta utvecklas och utökas.</i></p>	<p><i>Att alla föreningar ska sträva efter att ha minst två aktiva domare.</i></p> <p><i>Önskad effekt blir att IF arrangerar junior och ungdoms nationella tävlingar, som enskilda klubbar eller i samarbete mellan flera klubbar.</i></p>	<p><i>Antalet domare och deras föreningstillhörighet följs upp årligen inför seriestarten.</i></p>	<p><i>Skapa incitament som värdesätter och framhäver betydelsen av domare och organisationsledare för idrotten.</i></p>
---	---	--	---

Anläggning

<p>Utvecklingsområde Vad konkret ska utvecklas inom området anläggning?</p>	<p>Effektmål Vilka effekter vill vi uppnå? Hur leder de till att verksamheten blir mer attraktiv för utövaren?</p>	<p>Uppföljning av effektmålen Vad vill vi följa upp? Vad signalerar att vi rör oss i rätt riktning? Hur stämmer vi av att vi är på rätt väg?</p>	<p>Vägval/Strategi Vilka är våra vägval? Hur ser vår strategi ut för att nå våra mål?</p>
<p>Utbildning <i>Underlag och lathund för föreningar i hur man kan söka anläggningsstöd.</i></p>	<p><i>Önskad effekt är att IF vet hur det skall gå tillväga och vart man kan vända sig för att få rätt typ av stöd i anläggningsfrågor.</i></p>	<p><i>Fler föreningar söker riksiddrottsförbundets anläggningsstöd som är i behov av renovering.</i></p>	<p><i>Säkerhetsställa genom IK att respektive IF vet vem deras kontaktperson är på df-sisu samt kommun.</i></p> <p><i>STF bör skriftligt utforma och definiera ytan som behövs för adekvat träning i tyngdlyftning.</i></p>
<p>Utveckling <i>Upprustning av utrustning och lokaler.</i></p>	<p><i>Önskad effekt är att fler föreningar söker stöd för att renovera och skapa en träningsmiljö som är säker och inbjudan för barn och ungdomar.</i></p>	<p><i>Fler föreningar söker bidrag och utformar verksamhetsytor i enlighet med STF:s definition.</i></p>	<p><i>Skapande genom IL av olika utrustningspaket som syftar till att kunna erbjuda en variation i träningen samt anpassad tyngdlyftning utrustning för barn och unga.</i></p>
<p>Kommunikation <i>Föreningar behöver bli bättre på att använda digitala verktyg för att kunna vara tillgängliga för barn och ungdomar samt förbättra sin träningsverksamhet.</i></p>	<p><i>Önskad effekt är att varje IF har en fungerande hemsida med uppdaterad kontaktinformation samt löpande uppdatering kring sin organisering.</i></p> <p><i>Involvera digitala verktyg i träningen.</i></p>	<p><i>Fler föreningar har en ansvarig individ för sociala medier och kommunikation.</i></p> <p><i>Digitala verktyg används som pedagogisk och utvärderingsredskap ex. i form av videofilmning för att höja kvaliteten på träningen.</i></p>	<p><i>Starta en översyn kring sociala media och hur STF kommunicerar och på vilket sätt detta kan förbättras och förtydligas.</i></p> <p><i>Skapa ett idrottslyftpaket för att främja användningen av digitala redskap i träningen.</i></p>

<p><u>Idrottslig prestation</u> Ökad tillgänglighet med tillhörande utrustning att utöva tyngdlyftning i sitt närområde.</p>	<p><i>Effekten är att vi sänker trösklar för barn och ungdomar.</i></p> <p><i>Effekten är att tyngdlyftning förflyttas från en "gymvärld" till en "idrottsvärld".</i></p>	<p><i>Ökad andel av aktiva som tränar idrotten tyngdlyftning och inte enbart nyttjar föreningar som gym.</i></p>	<p><i>Bli tydligare i att kommunicera idrottens värdegrund och idrottsliga vinster och försöka att motverka gym- och dess subkulturer.</i></p>
--	---	--	--

Föreningarna

Efter att ni fyllt i utvecklingsplanen, titta på varje utvecklingsområde och fundera på hur era föreningar kan bidra till den önskade utvecklingen på bästa sätt.

För att underlätta och guida stödorganisationerna i deras arbete med era föreningar så vill vi att ni anger vilket fokus ni önskar att IF:n i huvudsak ska ha i sitt utvecklingsarbete.

	Föreningsfokus	Motivera varför ni önskar att föreningarna ska ha just detta fokus
1	Föreningskunskap - välmående, lönsam och effektiv förening.	En välmående och självständig förening har de bästa förutsättningarna för att skapa en välkomnande och attraktiv miljö för medlemmar och utövare.
2	Föreningskultur - Vi ser att vi behöver jobba med den kultur som sitter i väggar och våra strukturer för att bli bättre på att bära med oss ett barnrättsperspektiv. Kunskap finns men kan bli bättre och framförallt modernare och förnyad. Vi behöver arbeta med att fler utbildar sig inom olika ämnen som inte direkt är det idrottsliga men som behövs för att skapa en mer positiv föreningskultur så som jämställdhet, inkludering, integration, pedagogik och digitalisering för att belysa att dessa frågor är lika viktiga som de idrottsliga för att skapa en förändring och bli en mer modern idrott.	Vi vill bli fler och en större idrott. Vi vill bli fler från olika bakgrunder, kön, åldrar. Vår idrott bär på en stark tradition där omvärldsanalys och utbildning inte har varit prioriterat. Detta önskar vi förändra därför vi anser att det är essentiellt för vår idrotts överlevnad.
3	Utbilda tränare/ ledare. Att varje förening gör en utbildningsplan för att på bästa sätt arbeta mot STF:s mål. Gärna i form av nätverkande för att kunna ta hjälp av varandra. Vi vill stärka tyngdlyftningsföreningars självkänsla och skapa incitament som gör att föreningarna känner sig livskraftiga och som en del av svensk idrottsrörelse.	Kunskap är grunden till så mycket bra. Välutbildade och kunniga ledare och tränare är viktigt för en välmående förening och för framgångsrika (glädjefyllda) utövare. Grundutbildning av nya tränare/ledare. Vidareutbildning av erfarna tränare/ledare.
4	Lämpliga lokaler och utrustning	Utan lämplig lokal blir det inte möjligt att genomföra barn- och ungdomsträning. Utan lämplig utrustning kan man inte genomföra effektiv träning för barn- och ungdomar.

Ekonomi

Varje år ska ni som SF bestämma hur ni vill använda Idrottslyftsmedlen för att få ut maximal effekt av dessa på föreningsnivå. För 2019 kan ni utgå ifrån att ni kommer att få ungefär lika mycket IL-medel som året innan. Det finns möjlighet att förändra den inbördes relationen mellan dessa medel. Skriv i procent hur ni vill fördela ert stöd mellan utvecklings- och föreningsstöd. Beskriv också vad ni huvudsakligen tänker använda ert utvecklingsstöd till samt vad ni huvudsakligen kommer att bevilja föreningsstöd till.

	Utvecklingsstöd	Föreningsstöd
2017	Vi avser att använda 75 % av våra totala IL-medel	Vi avser att använda 25 % av våra totala IL-medel
	Huvudsakliga kostnader:	Områden som beviljas stöd:
	Utbildning och fortbildning av tränare och ledare på olika nivåer i föreningarna. Läger för aktiva upp till 25 år, på olika nivåer. Nätverksträffar för föreningsledare och tränare. Modernisera och digitalisera kansliet. Anställa en person som får i uppdrag att arbeta mot föreningarna.	Utbildningsprojekt Erfarenhetsutbyte mellan klubbar Jämställdhet & inkluderingsprojekt Bidrag till riktig tyngdlyftningsutrustning. Utveckling av nya tränings- och tävlingsformer för tyngdlyftning

Kommunikation

Fundera avslutningsvis på hur detta ska kommuniceras.

Vilka är era målgrupper?

Vad behöver de veta för att förstå och på bästa sätt vara med och arbeta för att utveckla er barn- och ungdomsidrott?

Hur ska ni kommunicera detta för att få bästa effekt?

Kommunikation sker idag via vår hemsida och via enstaka sociala medier, det är det snabbaste och mest effektiva sätt att idag kommunicera med stora delar av lyftarsverige. Detta är något som vi behöver revidera och modernisera då vi inte är duktiga på att kommunicera med idrottsvärlden och media utanför vår egen idrott.

Tyvärr finns det fortfarande i dag stora brister i att kunna kommunicera med föreningar på snabbt och effektivt sätt via brev/e-post. Men det är ett sätt som ändå måste användas och arbetet med att alltid uppdatera kontaktuppgifter pågår kontinuerligt.

Informationsutskick till föreningar, information vid kommittémöten, distriktsmöten och i alla sammanhang där föreningar och förbund möts.

Fler personliga möten och besök ute i föreningarna runt om i landet vore önskvärt men är svårt med små resurser och ett avlångt land.

För att föreningar skall förstå och bästa sätt vara med och arbeta för att utveckla vår barn- och ungdomsidrott måste de få känna sig delaktiga och viktiga - det är vårt största mål och prioritering, att få föreningarna att förstå att de är vår bas och att deras arbete är guldvärt.

Tävlingar 2019

Tävlingar 2019	Vart?	Datum	Domarförslag
Finnkampen	Sverige		Magnus
EUWC EU-cup	???????	???????	????
NM Seniorer	Norge	??????	Benny J, Elisabeth
U/J NM	Sverige (Sundsvall)	?????	Martin (examination till K1) L-O Stählner Lars Anders H
EM U15/U17	Rumänien	5 - 14/9	Björn N
EM U20/U23	Moldavien	7 - 15/7	Krister
EM seniorer	Georgien	3 - 13/4	Thomas, Patrik
VM U15	USA	8 - 15/3	Elisabeth
VM U20	Fiji	1 - 8/6	Patrik
VM Seniorer	Thailand	16 - 25/9	Thomas

Inkommande skrivelser

Diariernr	Datum	Avsändare	Rubrik	Handläggare/För kännedom
2019090	0425	RF/SISU	Verksamhetsberättelser	
2019091	0426	RF/J Nordensky	Redovisning IL godkänd	Styrelsen, ML, AS
2019092	0426	Bosön	Inbjudan diskussion	Styrelsen, ML, AS
2019093	0503	RF/J Törn	Nytt medicinskt stöd för elitidrotten	ML
2019094	0503	EFW	Trainingcamp Ventspils	ML
2019095	0503	Sörby BoIS	Certifiering tränare	
2019096	0506	RF/D Gustafsson	Vikarie för S Kärrå	JE, ML, AS
2019097	0506	Lyftidrottens U-fond	2018 års stipendiater	Styrelsen, ML, AS
2019098	0509	IWF	ITA, International Testing Agency	Styrelsen, ML, AS
2019099	0508	Mats Lindqvist	Frågor till styrelsen	AU
2019100	0509	RF/M Radvall	Atletverkstan IF medlemmar	
2019101	0506	Mats Lindqvist	Frågor till AU, NM kvalgränser	AU
2019102	0515	IWF/T Ajan	Paris 2024, Antidoping Policy	Styrelsen, ML, AS
2019103	0520	RF/P Eriksson	Info kring stödformer	Styrelsen, ML, AS
2019104	0521	RF/L Björk	Info om IL	
2019105	0522	RF/D Gustafsson	Infoträffar utbildningar	Styrelsen, ML, AS
2019106	0527	RF/S Bergh	Dialogträffar	Styrelsen, ML, AS
2019107	0527	DopKom/E Gullberg	Bomkontroll på Maria Åkerlund	Styrelsen, ML
2019108	0528	RF/P eriksson	Ek stöd 2020-2021	Styrelsen, ML, AS
2019109	0528	RF/P Oscarsson	Inbjudan träff om organisationsstöd	Styrelsen, ML, AS
2019110	0530	IWF	Ändringar ADP	Styrelsen, ML, AS
2019111	0530	IWF	Enkät tidig specialisering	ML
2019112	0603	Andreas Suneson	Ansökn om Anläggningssatsningar godkänd	AS
2019113	0604	IWF	Official documents VM Pattaya	ML
2019114	0604	RF/Denitton	Nile	Styrelsen
2019115	0604	Paul Coffa	Eleiko email tournament	
2019116	0604	RF/P Oscarsson	Inbjudan träff om verksamhetsstöd	Styrelsen
2019117	0603	NTF/T Kvilhaug	Klart med ändrade datum för NM mm	Styrelsen, ML, AS
2019118	0607	THA	Inbjudan till VM Pattaya	Styrelsen, ML, AS
2019119	0607	RF/K Westervall	Elitidrottsstipendium 19/20	Styrelsen, ML
2019120	0610	RF/M Uebel	Verksamhetsplan NIU	Styrelsen, O Blomfjord
2019121	0614	RF/Idrottslyftet	Beviljat anslag	Styrelsen, ML, AS
2019122	0610	RF/A Krüger	§ gällande DiscKom	Styrelsen
2019123	0610	PostNord	Ang reklamtion	
2019124	0610	RF/IL	Diverse info	Styrelsen, ML, AS

Utgående skrivelser

Diariernr	Datum	Mottagare	Rubrik	Handläggare/För kännedom
2019058	0429	Surya Sundqvist	Rekordplaketter	
2019059	0429	Ida Åkerlund	Rekordplaketter	
2019060	0503	Mjölby AK	Välkomstbrev	
2019061	0506	Bergsjö AK	Ansökan USM 2020	
2019062	0506	Bergsjö AK	Ansökan SM veteraner 2020	
2019063	0506	SDF, föreningar	Påminnelse HugoLevin Priset	
2019064	0508	Städa Sverige	EÅ anmälöd till stämman	EÅ
2019065	0508	SDF	Länk tilldeltagare på steg 1	AS
2019066	0509	Steg 1 utbildare	Inbjudan till STF:s årsmöte	ML
2019067	0509	Aktiva mfl	Kallelse Landslagsläger	ML, DopKom
2019068	0510	Norrtälje FFFF	Ang obetalda fakturor	EÅ
2019069	0514	Aktiva m fl	Inbjudan läger i Mockfjärd	ML
2019070	0527	RF	Utvecklingsplan 2018-19	ML
2019071	0604	STF-domare	Domarschema	B Johansson
2019072	0605	RF	Anmälan till RF-träff organisationsstöd	EÅ
2019073	0604	PostNord	Reklamation	T Feher
2019074	0603	SDF	Utbildningskatalog	AS
2019075	0605	IWF/A Mottet	PH kvarstår som nominerad TO	PH
2019076	0607	SM-domare	Info om SM	Styrelsen
2019077	0607	RF	Anmälan till RF-träff om projektstöd	Styrelsen
2019078	0610	Göran Sandberg	Ang Per Skårmans stiftelse	
2019079	0612	RF	Ranking Elitidrottsstipendium	ML
2019080	0614	Atletverkstan IF	Välkomstbrev	