



Information för medlemmar i Hässelby SK Friidrott

Det här är vi

● Klubben

Vi är en av Sveriges största och mest framgångsrika friidrottsföreningar. Vi har ca 1100 medlemmar och vi har en egen idrottsplats lokalt i Hässelby.

Under senaste åren har vi vunnit den sk SM-pokalen, dvs en tävling där placeringar 1–6 på alla SM-tävlingar, från ungdom till senior räknas in. Priset ger en indikation på att vi har en bred verksamhet med aktiva i alla åldrar.

Vi har även paraidrott, veteranverksamhet och en träningsgrupp för långlöpare på motionsnivå.

● Verksamhet

Vi bedriver allsidig friidrottsträning och tävling i organiserad form för barn från ca 9-årsålder. Vår främsta rekryteringsbas är barn som deltagit i Måndagskul (prova-på-verksamhet) och Friidrottsskolan (lovverksamhet).

I de yngre träningsgrupperna verksamheten på att vi får in föräldrar som kan ställa upp som tränare/ledare.

I de lite äldre grupperna, från ca 15 års ålder, är våra anställda tränare huvudansvariga, men även sk föräldratränare som följt sina grupper genom åren finns med i tränarstaben och detta värdesätter vi stort.

Sommartid bedrivs stor del av träningen på vår egen idrottsplats, och under höst-/vinter så är det gymnastiksalarna i Hässelbyskolorna som gäller för de yngre, och från 13 års ålder så tränar vi i Sollentuna friidrottshall till största del.

Vi arrangerar Hässelbyloppet i egen regi, ett lokalt 10 km-lopp, väl känt för att vara

Stockholms snabbaste millopp och Lilla Hässelbyloppet för de yngsta. Vi arrangerar också tidigare nämnda Måndagskul och Friidrottsskolan.

● Ekonomi

Hässelby genomför tillsammans med Spårvägens Friidrottsförening genom Marathongruppen (MG) ett antal motionsevents. MG arrangerar många långlopp i Sverige varje år, exempelvis Stockholm Marathon, Tjejmilen, Våruset, Stockholm Halvmarathon och Minimaran.

Det ekonomiska överskottet från dessa lopp går till 100 % tillbaka till idrotten och då främst till Hässelby och Spårvägen. Det är därför väldigt viktigt för Hässelby att arrangemangen alltid håller hög kvalitet och då bland annat genom att våra medlemmar ställer upp som funktionärer på loppet. Vi har hittills därför inte behövt bedriva försäljningsaktiviteter, t ex Bingolotto eller Newbody, vilket är krav i många andra föreningar.

Din insats är att vara funktionär vilket brukar vara en rolig och uppskattad aktivitet för de flesta och som också skapar klubbkänsla.

För aktiva upp till 15 år kräver vi 4 funktionärsuppdrag per år, och för äldre än 15 år gäller 6 uppdrag.

● Organisation

Vi har anställda tränare, vi har ett kansli med en anställd kanslist och vi har ett stort antal ideella tränare och ledare. Friidrottens styrelse leds av ordförande Bengt Olsson, som haft denna position i imponerande 37 år.

Det här erbjuder vi

● Träning

Aktiva i klubben tränar, utan extra kostnad, på Hässelby IP och i klubbens gym på anvisade tider.

Ingen avgift tas ut vid träning i gymnastiksalen under inomhussäsongen. Hallkort till exempelvis Sollentuna-, Sättra- och Solnahallen betalas dock av den aktive.

Vid träningsläger betalar klubben kostnaden för tränare och ledare som behövs för att genomföra lägret. Den aktive betalar dock själv sin direkta kostnad för lägret. Klubben stöttar ekonomiskt när den har möjlighet.

Klubben betalar kostnader (resa, logi och mat) vid SM-tävlingar för alla som klarat kvalgränserna, detsamma gäller även för deltagande i Folksam GP-tävlingar eller motsvarande nationella tävlingar.

Lagtävlingar är viktiga och är prioriterade. Friidrotten är en individuell idrott, dock grundas mycket av framgången i gruppen och laget. Som aktiv ska man ställa upp vid lagtävlingar och stafetter, t ex lag-SM, stafett-SM och terräng-SM. För ungdomar prioriteras Kraftmätningen.

● Klubbens ambition är att

- varje inomhussäsong genomföra minst en gemensam tävlingsresa för aktiva upp till 13 år samt för aktiva 13 - 17 år.
- varje utomhussäsong genomföra minst en gemensam tävlingsresa för samtliga aktiva upp till 17 år.

● Anmälningsavgifter

Klubben betalar anmälningsavgift för deltagande i tävlingar som ingår i tävlingsplaneringen, dock inte för motionslöpare. Den aktive betalar själv eventuella straffavgifter för utebliven start som ej meddelats arrangören inom utsatt tid. Även extra kostnad för efteranmälan kan debiteras den aktive.

Anmälan till tävlingar sker genom din tränare. Klubben har prioriterat att betala startavgifter till alla tävlingar för barn/ungdomar upp till 17 år. Det gäller då startavgifter på såväl arenatävlingar som landsvägslopp.

För aktiva 18 år och äldre betalas de flesta startavgifterna av klubben. Avgiften betalas om man håller god tävlingsklass (SM nivå). Klubben betalar startavgiften vid DM-tävlingar och SM-tävlingar och även för veteraner och motionärer.

Om långlöpare/motionärer gör minst fyra funktionärsuppdrag om året, får de anmäla sig gratis till klubbens egna tävlingar genom kansliet. För övriga aktiva i våra träningsgrupper gäller sex funktionärsuppdrag.

● Bli medlem

Kontakta kansliet via

- mejl kansliet@hskfriidrott.se
- telefon på 08-739 97 06

för att bli medlem

Detta förväntar vi oss av dig

● Medlems och aktivitetsavgift

- som medlem ska du varje år betala medlemsavgiften, m du vill träna och tävla tillkommer en aktivitetsavgift
- medlems- och aktivitetsavgiften är en förutsättning för att kunna träna och tävla med klubben och få stöd från kansli och klubbens tränare.

● Funktionärsuppdrag

- en av de största och viktigaste uppgifterna är att vara funktionär
- aktiva som tränar och tävlar ska göra 6 funktionärsuppdrag/år
- för 14 år och yngre samt motionär gäller 4 funktionärsuppdrag/år
- man kan ta hjälp av föräldrar, syskon eller bekanta för att genomföra nödvändigt antal uppdrag.

● Tävling

- Den aktive ska satsa helhjärtat på sin gren med tränings- och tävlingsplanering inriktade på goda resultat i viktiga tävlingar, med SM och internationella mästerskap som huvudmål.
- klubbens tävlingsdräkt ska bäras vid alla tävlingar i Sverige och vid eventuella prisutdelningar
- föreningsoverallen ska bäras vid alla SM- och GP-tävlingar
- om klubben har en sponsor ska även de logotyperna finnas på tävlingsdräkten
- om en aktiv har en egen sponsor, får det efter godkände av styrelsen, även finnas logotypen för den aktives/aktivas skosponsor och för ytterligare tre personliga sponsorer.
- aktiva med egna klädes-/skosponsorer kan undantas från huvudregeln vad gäller övriga tävlingar i Sverige. Vid SM gäller klädregeln för alla aktiva.

Så här tänker vi

Hässelby SK friidrott står bakom RF:s och Svenska Friidrottsförbundets värdegrund:

- glädje och gemenskap
- demokrati och delaktighet
- allas rätt att vara med
- rent spel

Hässelbyandan

- Hässelbyandan ska genomsyra hela verksamheten
- En riktig Hässelbyare värnar om allas bästa
- En riktig Hässelbyare respekterar och uppträder på ett schyst sätt mot medtävlade, ledare, föräldrar och funktionärer.
- En riktig Hässelbyare bidrar till att skapa en familjär känsla där vi tillsammans skapar en "vi-känsla" mellan aktiv, ledare och styrelse genom att hälsa på varandra och heja på varandra i med- och motgång. Där vi tillsammans skapar trivsel, glädje och idrottslig utveckling samt tar ett personligt ansvar för att i det dagliga arbetet verka för klubbens bästa.

Tillsammans är vi Hässelby SK Friidrott!