

# Verksamhetsberättelse 2021

**BOLLNÄS**  
*Frisidrott*

Innehåll	sida
Styrelse och kommittéer	3
Möten, konferenser och representation	4
Ekonomi	4
Tävlingsarrangemang 2021	5
Kastgruppen	6-8
Stora Gruppen (Hopp och Sprint)	9
Mellangruppen	10
Yngsta Gruppen	11
Friidrottskul	11
Friidrottsskola	12
Avslutning	13-14

## Styrelse och kommittéer

Under verksamhetsåret har styrelsen och kommittéer haft följande sammansättning:

Ordförande	Tobias Norell
Vice ordförande	Björn Norell
Kassör	Lotta Edwardsson
Sekreterare	Lotta Edwardsson
Ledamöter	Sofia Modig, Elin Tällberg
Ledamot adjungerad	Marie Törrö
Suppleanter	Peter Edling, Stefan Sandsgård
Revisorer	Ann Karlsson och Malou Sköld
Valberedning	-----
Tävlingskommitté	Malou Sköld och Peter Edling

## Möten, konferenser och representation

Under verksamhetsåret har styrelsen haft 7st protokollförda styrelsemöten, samt arbetsdag för styrelsen och några extra träffar.

10/10 anordnades en höstträff där styrelsen och tränarna tillsammans möttes på Scandic i Bollnäs. På agendan hade vi bl.a. info från Tävlingskommittén, info kring våra sponsorer, vad styrelsen jobbar med just nu samt en del praktiska frågor.

14/12 hölls det tränarmöte där alla tränarna träffades för att utbyta erfarenheter och diskutera praktiska utmaningar. Tanken är att det fortsättningsvis skall hållas 2 tränarträffar per termin.

## Ekonomi

Trots att vi under hela 2021 påverkades av covid-19 och dess fortsatta restriktioner kunde vi lämna ett resultat på 94 000kr. Och verksamheten har varit igång nästan som vanligt.

## Tävlingsarrangemangen 2021

### **3 juli – Fortumspelen**

254 deltagare - 625 starter

Klasser F/P9 – K/M och KU/MU

12 medaljer till Bollnäs FIK

### **3 augusti – DM**

28 deltagare – 46 starter

Klasser F/P15 – Vet

21 medaljer till Bollnäs FIK

### **11-12 september – Team Sportia Höstspel**

90 deltagare – 251 starter

Klasser F/P9 – Vet

54 medaljer till Bollnäs FIK

Vi arrangerade även 2st **Guldjakter** under sommaren tillsammans med Hälsinglands friidrottsförbund.

Otroligt stort intresse med ca 80 barn vid tävlingen i juni och ca 65 i augusti.

I november arrangerades **Hälsinglands lagtävling** i samarbete och där segrade Bollnäs FIK i klassen Flickor 14/17 år. Bra resultat även av övriga lag från klubben.

Utöver detta arrangerades många små **resultattävlingar** under året, framför allt i kast och hopp.

## Kastgruppen

*Tränare och ledare: Bertil Lundquist*

2021 kommer i historieböckerna att beskrivas som Coronans år. Denna epidemi har förutom stor påverkan på samhället även lamslagit idrottsrörelsen. Så även för vår kastgrupp. Vi har under året inte fått träna inne på vintern. Vi har inte kunnat kasta ute på sommaren utan har fått kasta i ett nät fram till augusti. Att då begära idrottsliga framgångar är ju att tro på jultomten.

Men våra idrottare har gjort det bra men det finns en stark irritation att vi inte har behandlats rätt av kommunen och att vi inte fått en chans att göra den träning som vi behöver vilket däremot andra friidrottare har fått i kommunen. Men vi har ändå nått goda framsteg. Eller vad sägs om följande:

### **Lars Hammargren**

Vår store entusiast Lars kammade detta år hem tre medaljer på Veteran -SM! Under ute-SM i Högby på Öland i augusti klev Lars upp högst på prispallen i såväl slägga ( 37.28) som vikt ( 14.06). I Västerås i november blev det en fin bronsmedalj i vikt med 13.74. Vi hoppas att Lars nu är taggad att ge sig ut i stora världen och delta i såväl EM och VM. Kapacitet finns och hans stora mål blir givetvis VM i Göteborg 2024. Då sitter vi och skrålar på läktaren!

### **Carina Lindblom**

Gjorde Lars sällskap på veteranmästerskapen och fick hela fyra medaljer! På Öland vann hon vikt på 7.43 och fick brons i slägga 23.45. I Västerås i november hade hon en stenhård kamp i vikt och slog tvåan med två decimeter och vann på fina 8.02. I kulan blev det ett fint silver på nya perset 8.10. Carina som är bördig från Bollnäs bor ju sedan många i år i Gävle men har valt att tävla för Bollnäs FIK vilket vi är glada för. Ett besök i gymmet då och då skulle öka hennes resultat betydligt!!

### **Malte Edwardsson**

Är ju inte specialist i kast utan i hopp men ingår ändå i gruppen och hans insatser på Castorama 29 september var imponerande! Malte har ju lidit av dåliga hälar ett par år och genomgått två operationer. Som det inte var nog har baklåren inte heller velat vara med utan bristningar då och då har begränsat utvecklingen. Men ändå: 2021 blev året då Malte klev över 13 meter i tresteg! Det skedde under en mycket fin tävling i Söderhamn då det längsta hoppet mätte 13.04. Baklåret trasslade resten av sommaren men på JSM i Linköping i augusti nådde Malte 12.94 vilket belönades med en

sjätteplats. Vi får verkligen hoppas att Malte kan ta sig igenom alla skador i benen och komma vältränad till utomhussäsongen 2022.

### **Teo Lundvall**

Teo gjorde ju ett lysande 2020 och tränade väldigt bra under vintern 20-21 trots alla bekymmer med träningsmöjligheter. Han kastade bl.a boulekulor i snön på Åsen... Tyvärr blev säsongen kort då han drog armbågen i en tävling i Söderhamn i juni. Spjutet landade på 53.18 men det gick inte att kasta mer. Teo kom ändå tillbaka hyfsat på Castorama då han åter gjorde över 50 men armbågen mådde inte bra av detta. Men han vann Castorama totalt! Teo har fortsatt träna på i god stil och ser riktigt bra ut inför sommaren! Vi hoppas att kroppen har lärt sig hur man undviker skador så kommer vi att få se resultat förhoppningsvis över 60 meter

### **Mille Edwardsson**

Mille har fått lida oerhört av de miserabla träningsförhållandena. Speciellt att kasta mot ett nät i juli månad var väl det som tog hårdast. Men i augusti tog han ändå fart och i en tävling på Åsen nådde han nytt pers med 47.99. Inför USM var han sexa i statistiken men vi hade hoppats på bättre placering. Nu blev han sexa men 41.59 var inget han var nöjd med. Mille han ju haft problem med Schlatter och under hösten tillstötte en inflammation i låret följt av en bristning i baklåret. Ingen ände på eländet. Men med lugn och klok träning så kommer Mille att kasta sin slägga på nya kastplanen på Åsen när snön tinat bort.

### **Linnea Hammargren**

Linnea gillar att kasta slägga och vikt. Kanske framförallt slägga. Men årets förberedelser blev katastrofala då hon inte fick kasta vare sig ute eller inne. Detta i kombination med oregelbundna arbetstider gjorde att hon inte nådde särskilt långt 2021. Årets resultat blev 36.45 men hon tävlade bara ett par gånger. Linnea har dock fortsatt träna på och vi hoppas vinterns goda träning kan innebära längre längder i slägga. Det är väldigt kul att Linnea håller på och hon är ett stort föredöme för de yngre

### **Joel Jansson**

Joel satsade stenhårt på friidrott för några år sedan och deltog t.ex på EM i Parasport i Italien. Men bristande tid p.g.a arbete som lärare på Alirskolan har omöjliggjort en större friidrottssatsning. Ändå dök Joel upp på Castorama och hans spjut landade på 40.15. Inte som forna tiders resultat med ändå en vink om att förmågan finns där. Joel har nu börjat besöka hallen allt oftare och vi ser med spänning fram emot SM i Parasport i Bollnäs i slutet av mars!

### **Ida Edling**

Ida är en flitig gäst på träningarna och hon gillar att tävla mycket. Det har fått till följd att Ida placerar sig som tvåa i Sverige i kula med utmärkta 12.55. Och i vikt hittar vi henne på tredje plats med 11.14. Hon tävlar dessutom i slägga, diskus och längd. I vinter har hon gått framåt mycket och bl.a ökat nästan tre meter i viktkastning! Ida har en fin framtid inom friidrotten om hon väljer att satsa. Ska bli kul att följa henne de kommande åren

### **Vilma Blomberg**

Ida har fått en jättebra träningskompis i Vilma Blomberg. Hon har ju hållit på med friidrott några år men i våras tog hon plötsligt fart och vi såg henne varje vecka med ett spjut i handen. kasten var väl inte så märkvärdiga men efterhand så flög spjuten längre och längre. Vilma kastar med 500 gramsspjutet. Men vid Castorama inträffade det märkliga att Vilma kastade längre med damspjutet som väger 600 gram! Hon kastade 25.38 och vann den grenen på Castorama i Bollnäs! Och hon har fortsatt utvecklats starkt under vinterträningen med bl.a pers i kula med två meter trots att hon inte tränar det! Vad månne bli va?

### **Slutsummering**

2021 blev ett märkligt år. Obefintliga träningsmöjligheter men ändå har de aktiva fortsatt! Vi går stärkta genom detta. Och det blev trots allt goda resultat. Och aktiva och tränare kommer fortfarande till hallen och Åsen och vi ser fram mot att se redskapen flyga i sommar.

Bertil Lundquist

Coach



## Stora gruppen (Hopp och Sprint)

*Tränare och ledare: Magnus Olsson, Eva Sundqvist, Malou Sköld och Stina Andersson*

Den äldsta gruppen(sprint/hopp) har bestått av 9 aktiva. 7 tjejer och 2 killar där samtliga har tränat väldigt flitigt. Under säsongen har vi tränat måndag, tisdag och onsdag, torsdag och lördag. Inomhus har vi tränat i Höghammarhallen och utomhus på Sävstaås IP. Stor del av gruppen har deltagit i tävlingar under året, både på hemmaplan och på tävlingar ute i landet. Vi samlade bl.a. in egna pengar till gruppen och åkte på Världsongdomsspelen i Göteborg. De flesta i gruppen har representerat Bollnäs FIK på USM och JSM samt Para SM med stor framgång.

**JSM/USM 15 Linköping:** Nellie Tällberg 80mh 13.70, utslagen i försök, 300mh 52.45 utslagen i försök, tresteg 8.96 utslagen i kval. Tindra Olsson längd utslagen i kval, tresteg 9.95 utslagen i kval

**USM 16–17 Norrköping:** Alma Hansson 10:a tresteg 10.64, 12.a längd 5.00. Cornelia Norell 100m 13.28 utslagen i försök. Amanda Thyr 100m 13.32 PB utslagen i försök, längd 4.89 utslagen i kvalet, tresteg 10.57 8: a

**Para SM Borås:** Lina Hedberg guld 100m 15.82, silver 800m 3.04.56

**Stafett SM Huddinge:** F17 4x100m 55.17, utslagen i försöken. Cornelia Norell, Alma Hansson, Tindra Olsson, Amanda Thyr

## Mellangruppen

*Tränare och ledare: Jonas Wallin, Bertil Lundquist, Jenny Öhman, Per-Axel Eriksson, Malou Sköld, Peter Edling och Anders Hed*

Ett 30-tal barn i åldrarna 11-13 har under året deltagit i träningar och tävlingar i Mellangruppen.

Verksamheten har inriktats på att under lekfulla former lära barnen friidrottens grenar. Vi har tagit stor hänsyn till barnens egna viljor. Vill man bara kasta spjut så har vi inte tvingat detta barn att springa 200meter.

Merparten av våra barn är flickor men det speglar ju friidrotten i stort där förhållandet är 70 % flickor. Det har varit mycket intressant att följa barnens utveckling främst rörelsemässigt. Några har till exempel i somras lärt sig hoppa stavhopp som är en komplicerad gren.

Året har ju varit mycket speciellt då Coronan påverkat vårt samhälle. Tillgången på träningslokaler har skiftat vilket medfört att vi i perioder tvingats minska vår verksamhet. Men barnen har idogt hängt i och tyckt våra träningar varit roliga.

Tävlingsmässigt har barnen tävlat i tävlingar i Bollnäs och angränsande orter som Söderhamn, Järvsö och Hudiksvall. En del barn vill inte tävla alls och vi pressar dem inte till det. De flesta barnen har gjort betydande framsteg resultatmässigt och det har mycket tydligt förbättrat deras självförtroende.

Ett bekymmer har blivit att en del barn slutar runt 12 års ålder. Det gäller hela idrottsrörelsen i stort i Sverige, många idrotter vittnar om det. Kanske de har tröttnat på friidrott. Kanske våra träningar är för monotona. Kanske de hellre väljer en annan idrott. Och har de börjat med friidrott som femåringar så kanske de tycker de är klara efter sju år. Vi måste diskutera hur vår verksamhet ska se ut och hur träningen ska utvecklas när barnen blir lite äldre. Vi har diskuterat att dela Mellangruppen i en yngre 11-12-årsgrupp och en äldre 13-14-årsgrupp men p.g.a. tränarbrist går detta ännu inte att genomföra om vi skulle vilja det.

Ett av barn sa nyligen: Jag vill inte bli elitidrottare, jag är barn och vill ha roligt på träningarna! Detta måste genomsyra vår verksamhet. Men har man väldigt roligt på träningarna och utvecklas så kanske man en dag är elitidrottare!

## Yngsta gruppen

*Tränare: Erik Tholén, Anders Hed, Erik Beijer, Lena Wallin, Jonas Wallin, Eriqve Tysklind, Johan Jonsson, Thomas Björklund och Lars Mickelsson*

Under 2021 hade Yngsta gruppen cirka 30 tränande barn varje vecka, förutom uppehållet p.g.a. covid i mars, samt några veckors semester i juli.

Gruppen var delad i två delar, där varje del tränade en gång per vecka, men på olika träningsdagar, förutom några veckor på hösten då vi tränade tillsammans. Varje träning kör vi uppvärmning, två grenar och sedan en avslutning. Några av barnen var med på medaljjakten i Bollnäs en eller två gånger, Fortumspelen och Team Sportia-spelen. Någon enstaka åkte även på en tävling i Söderhamn.

## Friidrottskul

*Ledare: Lotta Edwardsson, Tindra Olsson, Cornelia Norell, Alma Hansson, Amanda Thyr, Nellie Tällberg, Mahadi Hassen*

Under verksamhetsåret 2021 genomfördes Friidrottskul i tre omgångar. Först med start i slutet av januari då 28 barn under 10 söndagar kunde testa många av friidrottens grenar. Allt med stor rörelseglädje och frenesi. Avslutning den 18 april. Då efterfrågan var (och är) stor så körde vi igång igen från maj till juni. Då fick deltagarna testa hur det kändes att vara utomhus och friidrotta. Antalet barn var ungefär detsamma som tidigare på året.

I oktober bjöd vi äntligen in till omgång nummer tre. 34 barn anmälde sig snabbt och de söndagar som följde var det full fart överallt inne i Höghammarhallen. Hinderbana var något som verkligen gick hem, likaså "klappstarter" och stafetter. Avslutning, som vanligt, med fika och diplom i december. Fördelningen mellan flickor och pojkar var jämn.

Friidrottskul leds av våra egna aktiva som då är från 15 år och uppåt. Ungdomarna får erfarenhet av att vara ledare och de får själva planera och genomföra lekar och friidrottsgrenar. Efteråt får de utvärdera hur det gått. Allt fungerar väldigt bra och vi får enormt fin feedback från både föräldrar och barn. Ett lyckat koncept för klubben tack vare våra aktiva ungdomar som genomför det här med glädje. Friidrottskul genererar också fler intresseanmälningar till att delta i ordinarie grupper vilket känns bra

## Friidrottsskola (7-12 år)

Varje sommar anordnar Bollnäs Friidrottsklubb friidrottsskola på Sävstaås IP. Vecka 31 var det dags. Under 5 vardagar körs en förmiddagsgrupp och en eftermiddagsgrupp. Här får barnen prova på hopp, sprint, kast och mycket annat. Även här är hinderbana en populär aktivitet liksom alla "lärakännalekar".

Mellanmål (frukt och saft) serveras till varje grupp och det hämtar vi hos ICA Kvantum som sponsrar oss varje sommar. Ledare är också här våra aktiva från 15 år och uppåt. Ungefär 25 barn svettades och hade med oss på Åsen denna gång.

## Avslutning

Några händelser under året som vi vill belysa lite extra:

- I samband med årsmötet kom flera nya ledamöter och suppleanter in i styrelsen. 19/6 tackades de avgående styrelsemedlemmarna av med en enklare buffé under föreningens tält på Sävstaås, i ösregn vill tilläggas. Men stämningen var god.
- Den nya styrelsen har under året reviderat en del dokument, däribland "Riktlinjer för deltagande i SM", "Elitbidrag inom Bollnäs FIK" samt även tagit fram ett förslag till nya stadgar.
- Tävlingskommittén har gjort ett mycket bra och viktigt jobb i att införa det nya digitala tävlingsverktyget Easyrecord. Där anmälningar och resultat sköts digitalt.
- Under hösten deltog så många som 7st av våra tränare och äldre aktiva i Svensk Friidrotts utbildning för tränare till barn 7-10år som hölls i Bollnäs. Jättekul och viktigt för att vi ska kunna hålla en fortsatt bra kvalité på våra träningar.

Avslutningsvis vill vi tacka alla aktiva, funktionärer, ledare, sponsorer och tränare, som i stort och smått bidragit till vår verksamhet under året.

Bollnäs 2022-03-20

.....  
*Tobias Norell, Ordförande*

.....  
*Björn Norell, Vice ordförande*

.....  
*Lotta Edwardsson, Sekreterare*

.....  
*Sofia Modig, Ledamot*

.....  
*Elin Tällberg, Ledamot*

.....  
*Peter Edling, Suppleant*

.....  
*Stefan Sandsgård, Suppleant*