

Nyhetsbrev april 2026

Östsvenska friidrottsförbundet



ÖSTSVENSKA
SVENSK FRIIDROTT

Läs rapport från Årsmöten:

Östsvenska 8 mars i Växjö

Svensk Friidrott 28-29 mars i Uppsala

Ung Ledarträff 3 maj i Jönköping!

Vår Ungdomskommitté bjuder in alla i åldern 13-23 år som är, eller vill bli, ung ledare. Perfekt inför friidrottskolorna i sommar, eller andra ledaruppdrag.

Läs mer nedan och [anmäl er här >>](#)

ÖSTSVENSKAS UNGDOMSKOMMITTÉ
BJUDER IN TILL:

Ung Ledarträff

3 Maj 2026
10:00 - 16:00

Kålgårdshallen
Västra Holmgatan
34, 553 23
Jönköping

kostnadsfritt
Lär dig mer om varje gren
Få inspiration från andra unga ledare
Lär dig om ungdomsinflytande i friidrotten

maila emmal3.nordenberg@gmail.com vid frågor

Utbildning

Utbildningskontakt: markus.ostsvenska@friidrott.se eller tel. 0733-68 84 60.

Våren 2026

Barntränare i friidrott

Norrköping - genomförd, 17 delt.

Kalmar - pågår, 17 deltagare

Linköping 9-10 maj, anmäl senast 3/5

Friidrottstränare steg 1

Habo april-maj, anmäl senast 15/4

Linköping maj, anmäl senast 4/5

Friidrottstränare steg 2

Växjö april - inställd

Löpledare

Norrköping - genomförd

Domare

Norrköping 19 april, anm senast 17/4

Utvecklingsträff ungdomstränare

Karlskrona 2 maj, anmäl senast 25/4

RF-SISU arrangerar **Grundutbildning för tränare (GUT)** på nedanstående orter och datum inom Östsvenska våren 2026. Den är **förkunskapskrav** för Friidrottstränare steg 2 och därmed lämplig att gå ungefär samtidigt som Steg 1.

Ronneby 18-19 feb

Linköping 23 feb

Norrköping 9 mars

Linköping 30 mars

Oskarshamn 10 maj

Växjö 30 maj

Svenska Friidrottsförbundet arrangerar bl.a. följande under 2026

Friidrottstränare steg 3 maj + sep + nov

Teknisk ledare 11-12 apr i Norrköping

Löpstränare 18-19 apr i Stockholm

Målfotodomare 25-26 apr i Stockholm

Distriktsstarter 29-31 maj i Stockholm (Sätra och Källbrinks IP)

Förbundsstarter 12-14 juni i Sollentuna

Tävling

DM utomhus 2026

Arena

- DM-UDM Mångkamp 23-24 maj inlagt i Ljungby Mångkamp
- Stora DM-helgen 29-31 maj, arr: Kalmar SK
- Lag-UDM match 1 norra, arr: Tranås AIF 17 maj
- Lag-UDM match 1 södra, arr: Högby IF 17 maj
- Lag-UDM match 2, arr: Linköpings GIF 5 sep
- Veteran-DM - Jkpg/IKHP 23 maj

Lag-UDM o Friidrottscupen
Anmäl era lag senast 4 maj.

Läs mer på hemsidan:

Lag-UDM 13 år + mix 14-17 år
Friidrottscupen mix 11 år

Långlopp

- Terräng: Motala 19 april
- Halvmarathon: Kanallöpet/Ljungsbro 3 maj
- 10 km väg: ATEA Kalmarmilen 29 juli
- Gång: Kalmar Gång 99 i oktober?
- OCR: ?

Stora DM-helgen
29-31 maj i Kalmar!

Planera för inomhus 2027

Sök sanktion för era arrangemang **under april**. Under maj-juni hanterar Östsvenska och Svenska FIF sanktionerna och sen ska programmet vara klart. Meddela samtidigt markus.ostsvenska@friidrott.se om ni är intresserade av att ha **DM inlagt** i ert arr.

Nyhet: Distriktslag i Stafett-SM 2026?

16-17 maj i Sollentuna. [Tävlingens hemsida >>](#)

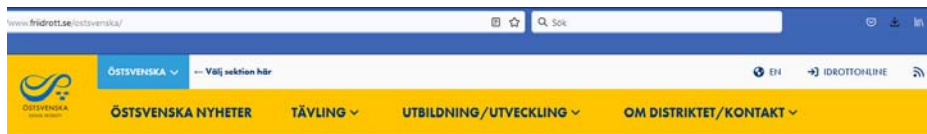
Med bakgrund av en motion till Förbundsårsmötet 2025 har SFIF beslutat att på prov låta *distriktslag* delta vid Stafett-SM 2026. Dock ej gå till final, tävla om medaljer eller SM-poäng, etc

Östsvenska planerar inte att "ta ut" något lag, däremot fungera som samordnare och para ihop de aktiva/föreningar som är intresserade av att springa men själva inte får ihop lag. Därefter får de aktiva och dess klubbar sätta ihop lag, ordna med anmälan, resa, stå för kostnader, osv.

Är ni intresserade av att springa: Meddela markus.ostsvenska@friidrott.se senast 26/4. Därefter skickar Markus en lista över inkomna intresseanmälningar till de intresserade, så ser alla vilka ev. lag som går att få ihop. Sista anm.dag till arr är sen 7 maj.

Mer kommunikation

Någon information som ni skulle vilja ha med i kommande Östsvenska nyhetsbrev? Eller i våra andra kommunikationskanaler: hemsidan, Instagram eller Facebook? Inkom med tips.



Hemsidan: www.friidrott.se/ostsvenska

Facebook: "[Östsvenska Friidrottsförbundet](#)" som ni kan följa där vi postar inlägg. Därtill "[Diskussionsforum Östsvenska](#)" där alla som gått med kan posta inlägg, t.ex. ställa frågor om distriktets verksamhet, starta diskussioner, eller posta inbjudningar till egna arrangemang.

Instagram – "[friidrottostsvenska](#)"



Instagram

Äldre nyhetsbrev hittar ni här.

Nästa nyhetsbrev planeras till juni.



Barntränarutbildning nyligen genomförd i Norrköping med 17 deltagare och Gabriel Gonzalez som utbildare.