



# Kommittén för Sprint/Häck 2021

Verksamhetsberättelse för året 2021



# Genomförda aktiviteter t o m April 2021

## Vi har genomfört följande aktiviteter för att stimulera sprint och häckutveckling i regionen:

- Organiserat så att fyra inomhustävlingar kunde arrangeras under inomhussäsongen under de nya hårda riktlinjerna som gällt för tävlande. Det gjorde att aktiva kunde tävla, kvala in till mästerskap och ett flertal personliga rekord kunde sättas, trots de starkt limiterande förutsättningarna som rådde.
- Vi genomförde tillsammans med UC Väst två utbildningstillfällen som startat ett frö till utökad kompetens vad gäller utveckling och mätning av sprintstyrka och högfartslöpning (användning av Encodern samt DynaSpeed)
- Vi planerar fler utbildnings/diskussionstillfällen till hösten samt att fortsätta arrangera högkvalitativa tävlingar om covid-19 situationen fortsätter.







## Genomförda aktiviteter t o m Dec 2021

### **Vi har genomfört följande aktiviteter för att stimulera sprint och häckutveckling i regionen:**

- Under utomhussäsongen flöt säsongen på ganska bra trots fortsatt covid-19 inflytande. Vi bevakade läget och var beredda på att anordna resultattävling vid behov. Detta behövdes dock inte så som under säsongen 2020.
- Sprintutmaningen körde vidare och tre deltävlingar arrangerades av ÖIS, MAIK och IF Kville. På dessa tävlingar vänder vi efter vinden samt har med häcklöpningar på programmet.
- Under vintern har de utbildade fortsatt öva sig använda DynaSpeed och Encodern för att mäta och kontrollera träningen.
- Budgeten frystes så från och med oktober har inga riktade aktiviteter kunnat organiserats av grengruppskommittén.



## Kommittén för Sprint/Häck verkar aktivt för att:

- Stimulera sprint och häckutveckling i regionen med Göteborg som centrum
- Påverka grenprogram vid tävlingar (microtävlingar under covid-19)
- Initiera utbyte, motivera och inspirera intresse bland tränare och aktiva
- Facilitera utbildning av enskilda tränare samt skapandet av specialistteam så att sprinttränare i regionen ligger i framkant vad gäller utveckling och mätning av styrka och högfartslöpning







## Vill du bidra till kommittén för Sprint/Häck? - **Hör av dig till oss!**

- Alla punkter i verksamhetsplanen implementeras med hjälp av engagerade individer och vi stämmer av regelbundet med möten så att allt går enligt plan. Medlemmarna i grengruppskommittén är ansvariga för all implementering.
- Föreningar som hjälper till att implementera uppskattas och det finns ibland en budget att tillgå
- Har du förslag på utbildningar eller aktiviteter du skulle vilja att vi hjälper till att anordna eller fokusera på hör du av dig till oss
- ***Du som brinner för sprint och vill arbeta systematiskt med att utbilda och utveckla tränare och aktiva i regionen kan anmäla ditt intresse till sammankallande Peter Karlsson:***  
[klubbchef@ifkville.se](mailto:klubbchef@ifkville.se)