



Grengrupp Kast 2024

Verksamhetsplan för året 2024

Verksamhetsplan 2024

Detta dokument innehåller:

- Verksamhetsplan 2024
- Årets budget är satt till 40 000 kr och kan användas till och med årsskiftet 24/25
Detta dokument innehåller verksamhetsplan for grengruppen Kast.





Aktiviteter 2024

- **Kasttävling - Viking Throwing Tour**
 - 27 Juli på Björlandavallen
 - Samarrangemang med Björlanda Track & Field
 - Alla kastgrenar (13år - seiorer)
 - WRC-sanktion
 - Tävlingen ingår i Viking Throwing Tour
 - Använda optisk mätning
 - Inkludera ett "Anders Walter-stipendie" för bästa prestationer i spjut
 - Tävlingen görs effektiv (duktiga funktionärer/radiobilar för redskap)

Aktiviteter 2024

- **Kastträff**

- Uppföljning på 2023 års lyckade kastträff
- Extern föreläsare (Inriktning Slägga)
- Grenspecifik träning
- Genomförs December 2024

- **Öppna träningspass**

- Genomförs på våren och på hösten
- 4 pass totalt
- Öppet för alla GFIF-aktiva oavsett klubbtilhörighet
- "Hemmatränare" uppmuntras att delta
- Genomförs i samsynk med grengrupp Mångkamp

- **Upstart av kastutbildning**

- Inriktning på tränare
- 3 tillfällen/år
- Baserat på befintligt utbildningsmaterial (röd tråd)





Aktiviteter 2024

- **Planering för Elittävling i Kulstötning FIH**
 - Förslagsvis som säsongstart 2025
 - Ungdomsklasser som förtävling
 - Rama in tävlingsytan med läktare
 - Se över möjligheter för Ljus/Ljud-show
- **Tillverkning av Spjut/Kulstöt-maskin i FIH**
 - Byggs under hösten
 - Monteras upp vid släggburen (OK från Sanna)
 -

Grengruppen ska verka för...

Följande frågor kommer att drivas aktivt av grengruppskommittén under året:

- **Total renowering av släggburen på kastplanen**
- **Förlängning av spjutansatsen på kastplanen**





Vill du bidra till grengruppen för Kast? - **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 aktiviteter du skulle vilja att vi hjälper till att anordna eller fokusera på hör du av dig till oss
- ***Du som brinner för kastgrenar och vill arbeta systematiskt med att utbilda och utveckla tränare och aktiva i regionen kan anmäla ditt intresse till sammankallande Gustaf Hultgren:***
gustaf.hultgren@goteborgfriidrott.se