

# Örebro Läns Orienteringsförbunds verksamhetsplan för 2022

Svensk orienterings vision är att vara världens bästa idrott. Med denna vision som grund vill orienteringsrörelsen växa och attrahera fler människor, samtidigt som vi vill behålla alla dem som redan utövar "världens bästa idrott". Vi har också som mål att ha "världens bästa landslag över tid" och våra landslag ska alltid vara med och konkurrera om medaljer vid internationella mästerskap. För att locka nya människor, för att behålla människor kvar i orienteringsidrotten och för att skapa förutsättningar för världens bästa landslag, behövs även arrangemang i olika former i världsklass.

Örebro Läns Orienteringsförbund (ÖLOF) består av representanter från länets orienteringsklubbar. ÖLOF:s syfte och mål är att på distriktsnivå, i styrelse och kommittéer, arbeta i enlighet med den verksamhetsinriktning som Svenska orienteringsförbundet (SOFT) fastställt, och som gäller fram till 2025. Den finns i sin helhet på SOFT:s hemsida på följande adress:

[Verksamhetsplan - Svenska Orienteringsförbundet \(svenskorientering.se\)](https://svenskorientering.se/Verksamhetsplan)

**ÖLOF:s styrelse och dess kommittéer planerar att genomföra följande aktiviteter under verksamhetsåret 2022**

## STYRELSEN

- Hålla oss och föreningarna uppdaterade om händelseutvecklingen och eventuella restriktioner med anledning av Covid-19-pandemin (genom fortlöpande kontakt med SOFT)
- Fortsätta arbetet med att säkerställa att utvecklingen av Elitgruppen fortfarande sker i ÖLOF:s regi, i samråd med våra förbundsmedlemmar.
- Stödja ungdomskommittén i sitt viktiga arbete med att behålla ungdomarna i verksamheten.
- Hantera tävlingsgodkännanden för distrikts- och nationella tävlingar samt löpande stödja föreningarna i arrangemangsprocessen och även informera om nyheter och ändringar i SOFT:s regelverk.
- Fortsätta utveckla kommunikationen mellan ÖLOF och föreningarna samt bistå som stöd/resurs/samordnare i kontakter med offentlig sektor och näringsliv.
- Vid behov bistå föreningarna med samordning, råd och dåd för att säkerställa att det finns utrustning för att vår arena Skogen ska kunna användas för arrangemang.
- I samarbete med SISU-konsulenten arbeta för att alla föreningarnas aktiviteter ska rapporteras till SISU. Det är av stor vikt för ÖLOF:s ekonomi.

## UNGDOMSKOMMITTÉN

Att i samråd med föreningarna planera för:

- Fyrklöverarrangemang som ”prova-på-tävling”.
- Ha en ambition om att ha en serie med sprinttävlingar.
- Ha samlingar och träningar inför USM.
- Inspirera ungdomar 15-16 år att delta i USM.
- Inspirera ungdomar 13-16 år att delta i Distriktsmatchen.
- Löpande uppdatera och informera om ÖLOF:s Ungdomsserie via ÖLOF:s hemsida.
- Arrangera prisutdelning för ÖLOF:s ungdomsserie.
- Delta i planerande av distriktsgemensamma resor till Distriktsmatchen och USM.
- Delta i planerande inför Daladubbeln.
- Arrangera sammankomster för 13-18-åringar.
- Att vid behov samordna kombinationslag vid stora stafetter, t.ex. Ungdomens 10-mila.
- Ha som ambition att anordna läger för distriktets ungdomar.

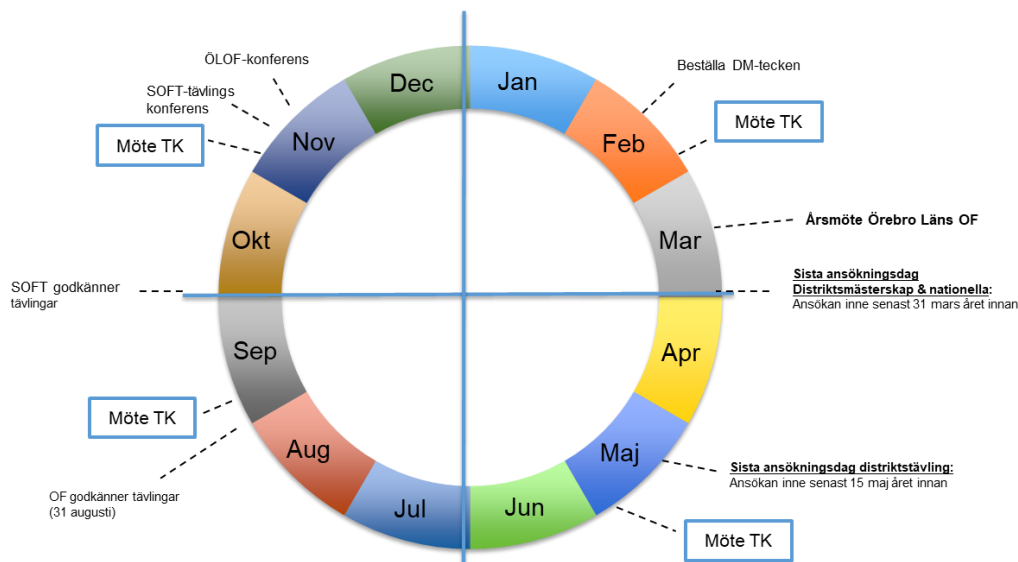
Ungdomskommittén strävar efter att informera och involvera samtliga klubbar i ÖLOF i sina aktiviteter och arrangemang.

## KARTKOMMITTÉN

- Granska nyritade och reviderade kartor för godkännande.
- Föra register över godkända tävlingskartor.
- Genomföra en kartpromenad i månadsskiftet maj-juni.
- Följa utvecklingen vad gäller nya normer och rekommendationer.
- Om det finns önskemål (och möjlighet) anordna en kartritningskurs.

## TÄVLINGSKOMMITTÉN

Tävlingskommitténs verksamhet beskrivs enklast med "årshjulet" som visar vilka aktiviteter som sker under året. Arbetet innebär främst att stödja de arrangemang som genomförs i distriktet samt att vara de lokala föreningarnas kontakt gentemot SOFT.



Under året är följande aktiviteter planerade:

- Administrera tävlingsansökningar från distriktet för kommande års tävlingar.
- Samordna tävlingsansökningar med närliggande distrikt.
- Skapa och fördela tävlingsdatum för distriktets DM-tävlingar för nästföljande år samt tilldela arrangör.
- Uppdatera tävlingsanvisningar (distrikt) om förändringar har skett i de nationella anvisningarna som påverkar Örebro Läns OF.
- Godkänna tävlingsrapporter och kontrollera avgifter (löpande under året).
- Uppdatera distriktsserier i Eventor.
- Godkänna/avslå distriktets tävlingsansökningar (senast 31/8).
- Samordna med SOFT om tävlingsansökningar.
- Närvara under SOFT tävlingskonferens i november.
- Förbereda och genomföra föreningsledarkonferens i Örebro Län.
- Hantera tävlingsstatistik från innevarande år.
- Inventera och beställa DM-tecken inför 2021.

### Dags att ansöka om tävlingar för 2023 och framåt

Kom ihåg att ansökan för arrangemang och tävlingar från 2023 och framåt måste vara gjorda i Eventor senast den 31/3. För MTB-O och Skid-O gäller andra datum.

## ELITKOMMITTÉN 2022:

Huvuduppdraget för elitkommittén är att skapa ett mervärde för klubbarna genom att arrangera och samordna elitträningar och andra elitaktiviteter med hög kvalitet (läger, tävlingsresor m.m.) som avlastar klubbarna och gynnar både elit- och ungdomsverksamheten.

### Mål 1:

Att bli en av de attraktivaste elitorienteringsmiljöerna i landet genom att:

- Samordna elitträningar med hög kvalitet.
- Variera områdena för våra teknikträningar så det blir nord/nordväst om Örebro och i Sydärke för bästa samordning.

Information skickas ut via veckomail till elitgrupp och andra intresserade. (Elitgruppen har egen Facebooksida för intern kommunikation). Stommen ser ut så här:

Veckodag	Tid	Aktivitet
Måndag	18.00	Styrkegympa Tegelbruket 18.00 (sep-maj)
Tisdag	18.00 18.00 18.00	Trail- /Night Trail Run med Almby/ Långa Intervaller med Tisaren/ Milans poängtävlingar (när dessa arrangeras)
Onsdag	18.00	ÖLOF Teknikträning/Ullmax Vinterserie 18.00
Torsdag	18.00	Träning med KFUM/Hagaby
Fredag	16.30	Friidrottshallen 16.30 korta intervaller/löpskolning (Nov-mars)
Lördag/ Söndag	10.00	Distansträning Skidor eller orientering & samordnas via Facebook OL-träningsdagar i Ånnaboda (nov-mar, jun-aug)i

Sedvanligt planeras att genomföra ett antal sommarträningar med kontroller utsatta för elitlöparna. (5 st.)

- **Tomas Hallmén fungerar som mentor och träffar löparna i elitgruppen regelbundet för uppföljningssamtal.**
  - Löparna har krav att skriva träningsdagbok, komma på träningssamtal och att delta på gemensamma träningar.
- **Samordna stöd för Rehab, utrustning, föreläsningar mm**
  - Rehab. Avtal med Pölder Sport ang. utrustning och träningskläder. Avtal med ÖKK.
  - Avtal med SIGN för OL-kläder, Avtal med First Camp Ånnaboda och Ullmax
  - Föreläsningar. Samordnas bland annat med Örebro Universitet, landslaget, SISU, föreningar mm
- **Skapa förutsättningar för att kunna kombinera jobb eller studier med elitsatsande i distriktet.**

- Tomas Hallmén har kontor på Universitetet och arbetar där cirka 2 ggr/vecka, (dock hemifrån vid covidrestriktioner)
- Örebro Universitet har tagit beslut om att elitidrottare (på landslagsnivå) har möjlighet till individuellt anpassade studier.
- **Engagerat marknadsföra Elitmiljö Örebro**
  - Informera åk 3 elever på OGLY om verksamheten i Örebro.
  - Logotype har tryckts upp på tröjor.
  - Deltagande på Elittränarträffar och Riksidrottsförbundets konferenser. (SOFT betalar, avtal finns)
  - Ordnat/ordnar läger för vår grupp:
  - Utlandsläger/Teknikläger Sverige
  - 10-milaträning
  - 25-mannaträning
  - Tävlingsresor till Swedish League och SM

## Mål 2

### Utveckla arbetet med elit och ungdomsverksamheten

- **Delta på styrelsemöten och kommittémöten.**
  - Tomas är sammankallande deltagare för ÖLOF:s elitmöten. Tomas rapporterar till ÖLOF:s styrelse och deltar på de styrelsemöten han blir kallad till. Representera eliten på ÖLOF:s föreningskonferens.
- **Initiera och samordna aktiviteter som gynnar elit och ungdom.**
  - Tyvärr blev 2021 ett väldigt speciellt år pga. Corona och många inställda aktiviteter. Information har gått ut till klubbar för att kunna använda sig av träningar. Samarbete med gruppen 13-18 år, gemensam träning under ÖLOF:s Föreningskonferens
- **Samverka med andra intressenter.**
  - Regelbunden kontakt med Håkan Carlsson (förbundskapten). Avtal med SOFT finns.

## Mål 3

### Utveckla elitorienteringsmiljön så att föreningarna inte upplever finansieringen som betungande

- **Skapa ett mervärde för klubbarna genom att arrangera och samordna elitträningar och andra elitaktiviteter som avlastar klubbarnas verksamhet.**
- **Planera och genomföra träningsaktiviteter** (se tidigare exempel).
- **Planera och organisera Träningsläger, nationella- och utlandsläger samt tävlingsresor.**

# SKID-O/MTB-O-KOMMITTÉN

## Verksamhetsplan 2022 MTB-O

- Genomföra en säsong utan påverkan av pandemier
- Genomföra ett antal öppna träningsaktiveter.
- Framställa minst en ny karta för MTB-O.
- Öka antalet deltagare från distriktet på nationella tävlingar och SM.
- Få fler klubbar i distriktet att aktivt arbeta med MTB-O.

## Verksamhetsplan 2021–2022 SKID-O

Fortsätta att sprida skidorientering i distriktet och kanske få till någon träning/tävling. På sikt få med deltagare på rikslägret i skidorientering och på tävlingar utanför distriktet.

Örebro 2022-02-14

**Agneta Hasselkvist**

Ordförande

Sekreterare

**Leif Krüger**

Kassör

**Camilla Kruse**

Ledamot

**Björn Alpberg**

Ledamot

**Åke Sundin**

Ledamot

**Margaretha Pepa**

Ledamot

**Martin Sand**

Ledamot