

Verksamhetsplan 2025				
Vad?	När?	Vem?	Var?	Målgrupp
Aktivitet				
Friidrottskul	4 ggr under året	Hellas Friidrott	Björknäs IP + Fisksätra Multihall	Barn födda 2018-2019
Sommarläger	v 25, 26 och 33	Hellas Friidrott	Björknäs IP	Barn födda 2012 - 2018
Nestléspelen	3 ggr under året	Hellas Friidrott	Björknäs IP	Barn 7- 11 år
Stockholmskampen	14-maj	Hellas Friidrott + Boo IF	Björknäs IP	12 - 13 åringar
Kraftmätningen	6 juni kval	Hellas Friidrott	Enskede IP	Ungdomar födda 2010-2012
Björknässpelen	13-14 september	Hellas Friidrott	Björknäs IP	barn, ungdomar och veteraner
Hellasloppet	11-okt	Hellas Friidrott	Hellasgården	Familjer
Utbildningar tränare				
Svensk Friidrottsförälder	Året runt	Svensk Fri	Digital	Föräldrar och nya hjälptränare
Introutbildning SISU	Året runt	Sisu	Digital	Nya tränare och huvudtränare
Sisu grundutb. (krav för att gå 12-14 år)	Året runt	Sisu	Fysisk och digital	Huvudtränare och tränare
Barntränare i friidrott 7 - 10 år	22/3, 6/4	GHOST	Tibblehallen	Huvudtränare och tränare
Friidrottstränare steg 1 10 - 12 år	23/3, 26-27 april	GHOST	Sollentunahallen	Huvudtränare och tränare
Friidrottstränare steg 2 12 - 14 år	23/3, 26-27 april	GHOST	Sollentunahallen	Huvudtränare och tränare
Interspecifik grepträning		Hellas Friidrott	Björknäs IP	Huvudtränare, tränare och hjälptränare 7-11 år
Grenutbildningar Stockholmskampen	April-oktober	Olika föreningar	Olika arenor	Huvudtränare och tränare 12-13 åringar
Grenutbildningar Stockholm Fri 14-17 år	Året runt	GHOST	Olika arenor	Huvudtränare 14-17 år
Ledarskapsutbildning ledare sommarläger	06-maj	Sisu	Hellasgården	Ungdomar som ska jobba på sommarläger
Akut skadehantering och Första hjälpen	19-maj	Sisu	Information	Alla
Åldersanpassad fysisk träning för barn och ungdomar- innan och efter puberteten		Sisu	Utbildning vt 2025.pdf	Alla
Skadeförebyggande träning		Sisu	Utbildning vt 2025.pdf	Alla
Funktionärspass - stora arrangemang				
Stockholm Marathon	31-maj	Marathongruppen		Föräldrar
Björknässpelen	13-14 september	Hellas Friidrott	Björknäs IP	Föräldrar, tränare och ungdomar över 15 år
Hellasloppet	11-okt	Hellas Friidrott	Hellasgården	Föräldrar, tränare och ungdomar över 15 år
Funktionärspass - mindre arrangemang				
Nestléspelen	3 ggr under året	Hellas Friidrott	Björknäs IP	Föräldrar
Stockholmskampen	14-maj	Hellas Friidrott	Björknäs IP	Föräldrar
Fortsatt samarbete med sponsorer				
Intersport				Styrelsen
Sisu				Styrelsen
Nacka kommun				Styrelsen
Ica Maxi				Styrelsen
Fortsatt/nytt samarbete i övrigt				
Fisksätra IF				Styrelsen