



Juli 2019

Hej!

Här är senaste informationen från FSO. Du får gärna vidarebefordra detta till din klubbkompis eller andra personer som kan ha nytta av informationen. Ifall du inte hör till e-postlistan som får dessa meddelande och vill i fortsättningen ha, vänligen meddela fso@idrott.fi. Du kan även meddela ifall du inte i fortsättningen vill ha av dessa meddelanden.

FSOM 9-11.8.2019

FSOM arrangeras i år 9-11.8 av OK Kristina och Närpes OK. FSOM i sprint avgörs i Kristinestad fredagen 9.8, medan förbundsmästerskapen i långdistans samt budkavle avgörs i Närpes 10-11.8. Tävlingsinformation uppdateras längs med sommaren på arrangörernas hemsidor: [OK Kristina](#) & [Närpes OK](#).

Vänligen notera, att anmälan till förbundsmästerskapen (alla distanser) bör göras i IRMA **senast 30.7**. Ingen efteranmälan. Anmälningssidan i IRMA hittas för respektive tävlingsform här: [Sprint](#), [Långdistans](#) & [Stafett](#).

Inbjudan till FSOM [Sprint](#) i Kristinestad 9.8.2019. Bekanta dig även med [banläggarens utlåtande](#). (OK Kristina on julkaissut FSOM-sprintin kilpailukutsun ja se [löytyy tööltä](#).)

Inbjudan till FSOM [Långdistans & Stafett](#) i Närpes 10-11.8.2019. Bekanta dig även med [banläggarens tankar](#).

Framtidsgruppens skolläger 2019-2020:

Framtidgruppen (Yläkoululeiritys) erbjuder riksomfattande akademiläger för dig i årskurs 7-9 som vill ta nästa steg i idrottskarriären. Framtidsgruppens skolläger är riksomfattande akademiläger som beställts av Finlands olympiska kommitté. Elever i årskurs 7-9 har möjlighet till svenskspråkig skollägerverksamhet på Norrvalla, som arrangeras i samarbete av Folkhälsan Utbildning och FSO. Anmälningar till lägerverksamheten 2019-2020 skall göras till [Folkhälsan](#), ansökan (för hela skolåret 19-20) är öppen och **bör göras senast den 1.8.2019**.

(Preliminärt) lägerprogram för skolåret 2019-2020:

2-5.9.2019 Norrvalla

4-7.11.2019 Norrvalla

3-6.2.2020 Norrvalla

26-30.4.2020 Solvalla

Ungdomens tävlingar (t.ex. Ungdomens Jukola, Gyllene Kompassen samt uttagningstävlingar)

Den nationella tävlingskalendern innehåller årligen tävlingar speciellt avsedda för unga orienterare:

Ungdomens Jukola är en internationell stafettorienteringstävling avsedd för ungdomar. Stafetten har sju etapper och i lagen måste det finnas både flickor och pojkar. I år arrangeras Ungdomens Jukola i Åbo 24.8 (arrangör Turun Suunnistajat), tävlingsinfo på svenska [här](#).



Gyllene Kompassen -cup är 13–14 -åringarnas egen tävling. Den innehåller fem deltävlingar i distriktet och en riksfinal, till vilken det på basen av poängen från deltävlingarna väljs regionlag med fyra flickor och fyra pojkar. Gyllene Kompassen -riksfinalen 2019 går av stapeln 14-15.9 i Tammerfors.

Från FSO, som är en region inom det nationella Orienteringsförbundet, ställer NÅID & ÖID upp med egna respektive distriktslag i riksfinalen för Gyllene Kompassen. Bekanta dig via länkarna med antingen [NÅID](#) eller [ÖID](#) deltävlingar och poängräkning för uttagning till riksfinalen i Tammerfors.

Distriktsmästerskap under juli och augusti

ÅID, NÅID och ÖID arrangerar årligen mästerskapstävlingar för föreningar och idrottare inom distrikten. Distriktsmästerskapen har i juni avgjorts på Åland på sprint och i Nyland-Åboland på medeldistans samt stafett (NÅID-dagen) Juli-månad är tystare, dock avgörs ÖIDM i cykelorientering 9.7. I augusti inväntas förutom FSOM även NÅIDM-sprint (i samband med Angelniemen Ankkuris för-FM i Halikko, 17.8), ÅIDM-långdistans (LUIA, 20/22.8) samt ÖIDM-långdistans (Solf IK, 4.8).

Ban- och terrängtester i augusti & september

De fysiska egenskaperna och speciellt löpstyrkan har stor betydelse i orientering. Godkända ban- och terrängtest och deras resultat har betydelse då man vill söka in till Suunnistusliittos (SSL) och FSOs träningsgrupper. I augusti och september ordnas ett antal testtillfällen runt landet, (exempelvis bantest 3000m/5000m i Vörå 6.8, Helsingfors & Åbo 27.8 samt terrängtest i Vörå 21.8). Undersök när följande testtillfälle ordnas i närheten av egen hemkommun på [Suunnistusliittos testkalender](#) (uppdateras med jämna mellanrum).

Finlands Svenska Idrott informerar

Ny möjlighet att ansöka om föreningsstöd 10.6-7.8

Nu är det tid att ansöka om föreningsstöd, omgång 2, för verksamheten 2019. Föreningsstöd kan beviljas åt svenskspråkig idrottsverksamhet och projekt som främjar idrottsverksamhet på svenska (föreningar och förbund). I år prioriterar vi speciellt ansökningar där flera föreningar ingår i ett projektsamarbete för att öka samarbetet över föreningsgränserna och stöda en utveckling av föreningsverksamheten.

Ansökningstiden för föreningsstödet är 10.6-7.8.2019. Fördelningsförslaget utarbetas av Finlands Svenska Idrotts personal och behandlas av FSI-styrelsen på dess möte i augusti. Samtliga sökande får svar efter att styrelsen behandlat förslaget. [Läs mer om kriterierna här.](#)

Tips på hur skapa en inkluderande idrottsverksamhet

Finlands Svenska Idrott och Luckans projekt På samma linje och Folkhälsans projekt Hälsa i mångfald har utformat en kortfattad guide med konkreta verktyg för inkludering genom idrott. Guiden är riktad till de som vill utveckla ett inkluderande förhållningssätt inom idrottsverksamheten. Materialet är riktat till ledare, idrottsföreningar, förbund och kommuner. Bekanta dig med guiden [här](#).

Kom ihåg att beställa nya kostnadsfria webbsidor

Finlands Svenska Idrott erbjuder kostnadsfria hemsidor till alla medlemsföreningar. Under fjolåret bytte vi leverantör och har nu övergått till en gemensam mall som är uppbyggd med Wordpress.



Vid årsskiftet, den 31.12.2019 kommer de gamla sidorna att läggas ner, vilket betyder att de föreningar som ännu har aktiva sidor uppbyggda med den gamla Digistoff mallen behöver skapa nya sidor innan 31.12 för att de inte skall försvinna. Beställ nya sidor här

<https://www.lyyti.fi/reg/webbsidor>

För mera information

Jeanette Harf, Ansvarig för kommunikation, marknadsföring och evenemang - FSI

+3585060400

jeanette.harf(a)[idrott.fi](mailto:jeanette.harf@idrott.fi)

Fortsätt trampa - 2000-tramparna cykelkampanj 15-31.10

Över 30 000 km är redan cyklade och du kan hjälpa till att samla ännu fler. Bland alla som registrerar sig till 2000-tramparna mellan 1.6 och 31.7 lottar vi ut fina cykelprodukter, så passa på att börja trampa nu. Du kan enkelt registrera dig och bokföra dina cyklade kilometer. Det går också bra att registrera dem retroaktivt. Kampanjen förverkligas i samarbete med Mainio Suomi. Logga in på sidan kampanjer.idrott.fi och börja registrera dina cyklade kilometer. Bland alla som uppnår 2000 km lottar vi ut en Helkama Jopo Cruiser.

500-trail - löpkampanj mellan 1.6 och 31.10.2019

Upplev Finlands underbara natur löpandes. Kampanjen är igång och närmare 5000 km har redan sprungits på våra vägar och skogar. Bland alla de som registrerar sig till 500-trail mellan 1.6 och 31.7 lottar vi ut fina produkter, så passa på att börja samla dina kilometer nu. Kampanjen förverkligas i samarbete med Mainio Suomi. Registrera dina löpkilometer på kampanjer.idrott.fi.

Läs mer om FSI:s motionskampanjer på <https://idrott.fi/motion/motionskampanjer/>

Upplev en utmanande dag i Raseborgs skogar på Expedition Dragsvik

Expedition Dragsvik går av stapeln den 21 september 2019 med start och mål på Dragsvik garnisonsområde. Expedition Dragsvik är en exklusiv äventyrsmarsch där målet är att utföra en dagsvandring i lag på 3-9 personer. Vandringen är ett äventyr där deltagarna genom samarbete orienterar sig fram i terrängen kring Dragsvik, ta sig över olika hinder och löser praktiska uppgifter. Utmana dina vänner, arbetskompisar, förenings- och styrelsemedlemmar och få en oförglömlig dag ute i Raseborgs skogar. Läs mer om evenemanget på

<https://idrott.fi/motion/evenemang/expedition-dragsvik/>

Förmedling av er förenings evenemang och tillställningar via FSO kanaler?

Ordnar er förening tillställningar, tävlingar, motionslopp eller evenemang, som ni vill dela med er till övriga föreningar inom FSO? FSO kan förmedla information om evenemang, träningsdagar tävlingar mm. via vårt infobrev, nätsidor samt övriga kanaler. Kontakta grenchefen om er förening önskar informera övriga orienterande svenskfinland : wilhelm.stenbacka@idrott.fi

Sommarhälsningar,

Wilhelm Stenbacka - grenchef

Finlands Svenska Orienteringsförbund

Gjuterivägen 10, 00380 Helsingfors