



Juni 2019

Hej!

Nu tjuvstartar vi och lägger iväg FSO-nyhetsbrev för juni direkt i början av månaden! 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.

Svenskspråkigt infomaterial till Leimaus-lägret i Imatra 3-6.6

En sammanfattning av Leimaus-lägrets lägerhandbok har översatts och finns tillgänglig att ladda ner på [FSO hemsidan](#). I övrigt önskar vi att alla deltagare och ledare på väg på Leimaus får ett roligt och givande läger.

FSO-storläger i Närpes 6-9.8

Hej alla orienterare!

I samband med FSOM-veckan kommer det årliga storlägret att ordnas och detta år blir det i Närpes! Lägretn lämpar sig för 10 - 18 år gamla orienterare och ordnas 6.-9.8 (tisdag till fredag). Lägretn kommer att bestå av två orienteringsträningar per dag, plus annat skoj såsom kvällsprogram och simning.

Om Du är intresserad av att träffa andra likasinnade orienterare inom FSO, eller om Du vill passa på att ta del av ledda orienteringsträningar och bli en lite skickligare orienterare, då ska du anmäla dig till lägretn senast 26.6 via denna [länk](#).

Mera info om lägretn hittas i inbjudan till lägretn, tillgänglig på [FSO hemsidan](#)! Lägretnprogram och annan information kommer närmare lägretn. Håll utkik på [Närpes OK:s hemsida](#)! Vi önskar att varje förening deltar med en ledare per 10 juniorer.

Hoppas vi ses!

Linnea Halonen, Närpes OK

halonen.linnea@gmail.com, 040-4878768

Inbjudan till FSOM-sprint i Kristinestad 9.8.2019

FSOM arrangeras i år i Kristinestad och Närpes. Först i tur står FSOM-sprinten, som löps i Kristinestad fredag 9.8.2019. Tävlingsarrangören [OK Kristina](#) önskar alla FSO-orienterare välkomna på förbundsmästerskapen i sprint. Preliminär inbjudan till FSOM-sprinten finns [tillgänglig här](#).

OK Kristina on julkaisut FSOM-sprintin kilpailukutsun ja se [löytyy täältä](#).

Distriktsmästerskap på inkommande

ÅID, NÅID och ÖID arrangerar årligen mästerskapstävlingar för föreningar och idrottare inom distrikten. Distriktsmästerskapen har i mah avgjorts på Åland på ultradistans och i Österbotten på medeldistans och i stafett. Inom juni-månad inväntas följande distriktsbataljer.

- Nyland- Åbolands idrottsdistrikt: [NÅID-dagen](#) med NÅIDM-medeldistans & NÅIDM-stafett 2.6 (arrangör Pargas IF).
- Ålands idrottsdistrikt: [ÅM-sprint 27.6](#).



FSO önskar lycka till med distriktsmästerskapen åt tävlare och arrangörer!

KIHU tränarundersökning

Forskningscentrum för tävlings- och toppidrott (KIHU) undersöker antalet tränare verksamma i olika grenar och verksamhetsmiljöer i Finland. Undersökningen kartlägger förutom antal även tränarnas bakgrunder, motiv, behov, utvecklingsstigar, värden samt attityder. Förutom kartläggning av nuläge möjliggör undersökningen även en analys av förändringar som skett i tränarverksamhet och dess verksamhetsmiljö och -förutsättningar under de senaste 10 åren.

Undersökningen finns tyvärr enbart tillgänglig på finska. Finlands Svenska Idrott och dess medlemsförbund önskar dock att så många tränare som möjligt från svenskspråkiga regioner och föreningar skulle besvara enkäten, för att bidra till att idrottssektorn får möjligast stark, vetenskaplig kunskapsbas av hurudant det är att vara tränare inom den finländska idrotten. Enkäten går att [besvara elektroniskt](#) och KIHU önskar att få in svar före 10.6.

FM i sprintstafett 19.5. i Raumo - rapport

FM i sprintstafett avgjordes i ett varmt och soligt Gamla Raumo. Sammanlagt 14 st FSO-förbunds lag med idrottare från medlemsföreningar ställde upp i mästerskapen. H/D40-1:an som bestod av Yvonne Gunell, Jani Virta och Petteri Muukkonen tog hem FM-guld! FSO gratulerar segrarna! Utöver segerlaget lyckades fyra övriga FSO-lag placera sig bland top-10. Bekanta dig med en [utförligare rapport](#) om stafetten inklusive förbundstränare Fredrics Portins tävlingsanalys.

Kangasala-Jukola

Detta är även sista FSO-nyhetsbrevet före Jukola 2019 går av stapeln i Kangasala. FSO önskar alla Venla- och Jukolalöpare lycka till och goda framgångar i sommarens legendariska storevenemang.

Suomisport-testtillfällen i Helsingfors 10.6 & 12.6

Olympiska Kommittén som aktivt utvecklar den digitala Suomisport-tjänsten bjuder in förbunds- och föreningsaktiva till två testtillfällen (på finska) i juni i Helsingfors, i Sportets hus (Gjuterivägen 10, 00380 Helsingfors). Anmälan till testtillfällen [10.6 \(kl 14-16\)](#) & [12.6 \(kl 17.30-19.30\)](#).

Suomisports föreningstjänst utvecklas för att lösa problem och underlätta föreningar i deras vardag. Tjänsten utvecklas med mobilapp i spetsen. Meningen är att tjänsten mobilapp skall vara användbar för föreningsanvändare samt individuell användare hösten 2019. Suomisport tjänsten för föreningar är avsedd att innehålla bl.a. kanaler för anmälningar till grupper och evenemang, kommunikation, betalning, administration av medlemskap och marknadsföring.

Världscupen i orientering

Ni har kanske noterat att världscupen i orientering arrangeras i år i Helsingforsregionen i början på juni (7-11.6). Världscupen är en ypperlig tillställning att förutom heja på världens bästa orienterare även själv testa tävlingsformen, eftersom nationella tävlingar och öppen motionsorientering även arrangeras i samband med världscupens evenemang (8.6 medeldistans, 9.6 långdistans, 11.6 sprintstafett). Mera info om [världscupen här](#) och de [nationella arrangemangen samt motionsevenemangen här](#).

Från FSO-föreningar har Alexandra Enlund (PIF) valts ut till det finländska landslaget i sprintstafetten 11.6. FSO gratulerar Alexandra för utnämningen och önskar lycka till!



Påminnelser från förra nyhetsbrev i April-Maj

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 redan nu och bör göras senast den 1.8.2019

(Preliminärt) lägerprogram för skolåret 2019-2020:

2-5.9 Norrvalla
4-7.11 Norrvalla
3-6.2 Norrvalla
26-30.4 Solvalla

Finlands Svenska Idrott informerar

Projektet *På samma linje* arrangerar intressant tillställning i Vasa

Seminarium om kvinnlig kraft i idrotten

Tisdagen 4.6.2019, kl.17.30-20.30, Rådhusgatan 23, Vasa

Under denna tillställning får du inspiration i att skapa jämställdhet i er verksamhet, om du vill stärka kvinnligt tränarskap eller vill öka antalet kvinnliga aktörer i föreningen. Vi kommer att ha workshops där målsättningen är att komma på konkreta verktyg för att öka jämställdhet i den egna förening. Tillställningen arrangeras tillsammans med Suomen Valmentajat ry. Deltagande är gratis. [Anmälan och noggrannare program kommer du att hitta här](#). Evenemanget finns också på [facebook](#).

Hoppa upp på cykeln och sätt i gång en positiv kedjereaktion i såväl kropp som själ

2000-tramparna är en cykelkampanj där målet är att cykla 2000 km mellan 1 maj och 31 oktober 2019. Du kan enkelt registrera dina prestationer på webben, och följa med både egna och hela kampanjens kilometerutveckling. Logga in på sidan kampanjer.idrott.fi och börja registrera dina cyklade kilometer. Bäst passar sidan att använda i mobil eller på pekplatta. Bland alla som deltar lottar vi ut fina priser i form av Craft-produkter. Bland alla som uppnår 2000 km lottar vi ut en Helkama Jopo Cruiser.

1 juni startar vi även en annan motionskampanj, 500-trail. Där gäller det att samla ihop 500 löp- eller gångkilometrar mellan 1.6 och 31.10.2019.

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

Upplev en utmanande dag i Rasbeborgs skogar på Expedition Dragsvik

Expedition Dragsvik är en exklusiv äventyrsmarsch där målet är att utföra en dagsvandring i lag på 3-9 personer. Vandringen är ett motionsäventyr där deltagarna måste vara beredda att genom samarbete orientera sig fram i terrängen kring Dragsvik, ta sig över olika hinder och lösa praktiska uppgifter.



Start och mål sker båda på Nylands brigadområde i Ekenäs. Totala banlängden är ca 50 km, varav c. 20 km är cykling och c. 30 km är vandring. Banlängden är inte exakt, utan beror på hur laget orienterar sig fram. Längs banan finns 8-12 uppgifter/hinder som laget skall ta sig förbi. Deltagarna skall vara förberedda på att eventuellt bli smutsiga, våta och utföra uppgifter som kräver fysiska prestationer. Deltagarna kommer inte att få all information kring utförandet och punkterna på förhand.

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

Vårhälsningar,
Wilhelm Stenbacka - grenchef
Finlands Svenska Orienteringsförbund
Gjuterivägen 10, 00380 Helsingfors