Läs på webben

AKTUELLT

Skicka vidare / Prenumerera / Avprenumerera / Följ oss på Facebook

Svensk Gymnastik arbetar för ökad inkludering

Under sommaren har Gymnastikförbundet gjort en djupdykning i frågan kring könsidentitet och könsuttryck utifrån ett HBTQI- och, i synnerhet, transinkluderande förhållningssätt. Läs mer om arbetet och de beslutade riktlinjerna på webben

Gymnastikförbundet söker en vikarierande utbildningskonsulent

Vi söker nu en utbildningskonsulent till Gymnastikförbundets nationella kansli i Stockholm som under ca ett års tid vill arbeta med den övergripande utbildningsverksamheten. Arbetsuppgifterna för en utbildningskonsulent innefattar alla administrativa sysslor runt den löpande utbildningsverksamheten.

Läs mer här

Kursen Barngymnastik - variera och utmana för rörelseglädje, voltlicens och allsidig träning

På Gymnastikförbundet pågår ett intensivt arbete med framtagning av nya utbildningar. En kurs som är lanserad och igång är Barngymnastik – variera och

utmana. Vi satte oss ner och pratade med Anders Niekka, en av våra utbildare för kursen.

Läs samtalet med Anders här

Ändrade förkunskapskrav och konverteringsnycklar när träningslära och ledarskap lanseras

Gymnastikförbundet lanserar helt nya kurser i träningslära och ledarskap som ersätter nuvarande teorikurser steg 1-3. Det innebär att förkunskapskraven ändras. Från och med 1 januari 2021 får alla discipliner tillgång till nya kurser med delvis nya teorier och nytt innehåll. I och med att de nya kurserna ersätter befintliga ändras förkunskapskraven för samtliga discipliner.

Läs mer här

Sportsbasics

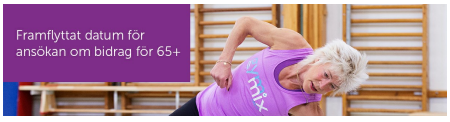
Håll motivationen uppe i träningen med hjälp av program från sportsbasics.com, där över 1100 övningar finns uppladdade och du kan sätta samman egna träningsprogram som kan skickas ut till enskilda gymnaster eller en hel grupp.

Läs mer här

Styrkeutmaningen

Behöver du och dina lagkompisar träna hemma just nu? Vill ni ta hemmaträningen till en ny nivå? Då är Styrkeutmaningen något för er.

Läs mer här



Bidrag för verksamhet för 65+

Alla föreningar som sedan den 1 januari 2019 bedrivit

idrottsverksamhet där personer som är 65 år eller äldre har deltagit har nu möjligheten att söka ett bidrag hos Riksidrottsförbundet (RF). Sista ansökningsdag har flyttats fram till den 31 januari 2021.

Vill du veta mer om för vad du kan ansöka kan du titta på det webinarium som hölls den 16 november via teams. Du kan också läsa mer om ansökan här

---

Pausgympa live på Facebook

Vi kör live-sändning på Facebook varje torsdag kl. 09:30 – 10:00 med 15 minuters sittgympa och 15 minuters pausgympa. Häng med, och sprid gärna informationen till era seniora deltagare!

Gymnastikförbundet på Facebook

Vi kommer att fortsätta pausgympan även under första kvartalet 2021. Har ni önskemål, maila gärna Irene.samuelsson@gymnastik.se

---

Lättsam träning

Gymnastikförbundet har i samarbete med PRO, Korpen och SISU Idrottsböcker tagit fram konceptet Lättsam Träning. En del i detta är pausgympa som finns som affischer. Nu har vi en ny affisch med nya övningar. Använd dem digitalt eller skriv ut och sätt upp den!

Ladda ner nya affischen samt tidigare här

EUROGYM 2022

Schweiziska gymnastikförbundet välkomnar dig till 13:e EUROGYM och det 3:e europeiska Gym for Life Challenge.

EUROGYM 2022 kommer att äga rum mellan den 7-15 juli 2022 i Neuchätel, Schweiz. En perfekt plats att njuta av både inomhus- och utomhusaktiviteter. Programmet fokuserar på sportaktiviteter, utbyten och möten.

Läs mer samt inbjudan här

Inbjudan till webbinarium: Föreningsutveckling – bredda utbud med uppvisningsgymnastik

Uppvisningskommittén bjuder in till ett antal webbinarium för att inspirera och stödja dig som ledare och tränare i en förening eller distrikts- eller regionsrepresentant för att utveckla verksamheten och erbjuda arenor för uppvisning. Nästa är med temat ”Att bygga en koreografi – innehåll och upplägg”. Anmälan görs till nina.loow@gymnastik.se senast den 1 december.

Västerås GF är Årets förening!

Varje år utser Gymnastikförbundet Årets Förening. Utmärkelsen bygger på nomineringar från regionerna och i år är det Västerås GF, VGF, som får den fina utmärkelsen.

Läs mer här

Patrick Dahl är Årets Ledare!

Varje år utser Gymnastikförbundet Årets Ledare. Utmärkelsen bygger på nomineringar från regionerna och i år är det Patrick Dahl, från GK Motus-Salto i Malmö som får utmärkelsen.

Läs mer här

Julklappar som lockar till rörelse!

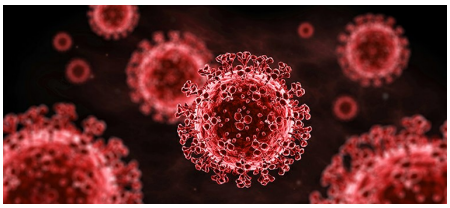
I Gymnastikshoppen tipsar vi om julklappar som

både stimulerar rörelseglädjen och nyfikenheten.

Spela Bamses gympaspel med alla i familjen. Hoppa, balansera & svara på kluriga frågor. Bra för både kropp & knopp!

I Bamsegympa Hemma hittar ni enkla och roliga gympaövningar som passar barn från 3 års ålder. Rör er och ha roligt tillsammans i jul, med Bamse & hans vänner!

Beställ här



Senaste nytt och råd om Coronavirus COVID-19

Här finner du all information och nyheter kring hur Coronaviruset påverkar Svensk Gymnastik. Informationen på dessa sidor uppdateras löpande.

Läs mer här

Erbjudande från Vera Sport

Vera Sport hjälper din förening med heldräkter till trupp. Kontakta Vera Sport för hjälp med design eller förfrågan om föreningsprofil på info@verasport.se

Läs mer här

Framåt för fler i rörelse!

Flera studier visar att svenska barn och vuxna rör på sig för lite. Centrum för idrottsforskning har larmat om att två av tre barn inte når upp till världshälsoorganisationens (WHO) rekommendation om 60 minuter fysisk aktivitet per dag. Det vill vi förändra!

Svenska Spel har tillsammans med Riksidrottsförbundet startat initiativet Framåt för fler i rörelse. Målet är att bryta trenden med ökat stillasittande och passiv framtid. Tillsammans kan vi göra stor skillnad!

Läs mer här

Gymnastikförbundets julkalender

Nu nalkas december, och en dag i sänder,
Testar Gymnastikförbundet i år en julkalender,

En ny lucka varje dag

Ett rim, en övning och en fråga
Vid jul är du inte längre svag,
Frågan är bara om du kommer våga,

Skicka in svaret via mail
In på Gymnastik.se och svaret på frågan blir inte fail

Varje advent lottar vi tre vinster ut
Utmana din familj och se vem som tar mest slut!

På instagram och facebook allting står,
Vi önskar alla en God Jul och Gott Nytt År!

Svensk Gymnastik på Instagram

Avregistrera mig från detta utskick

Powered by EditNews