

# IDROTTS- LYFTET

UTVECKLAR SVENSK RIDSPORT

Foto: Mikael Sjoberg




RIDSPORT 2014



SVENSKA RIDSPORT  
FÖRBUNDET





Idrottslyftet är regeringens riktade satsning på barn- och ungdomsidrott. Här kan ni läsa om hur just ni kan ta del av och utvecklas genom Idrottslyftet 2014. Ni finner även vilka riktlinjer som gäller och hur ansökan går till för att förverkliga just ert drömprojekt.

#### **IDROTTSLYFTETS SYFTE**

Idrottslyftet ska stärka och utveckla världens bästa barn- och ungdomsidrott så att fler flickor och pojkar väljer att idrotta i föreningar där verksamheten bedrivs utifrån Idrotten vill.

#### **IDROTTSLYFTETS MÅL**

1. Idrottsrörelsen ska ha ökat antal aktiviteter och utövare.
2. Alla specialidrottsförbund och idrottsföreningar ska ha erbjudits stöd och support för att omsätta och anpassa intentioner och ambitioner i "Idrotten vill" utifrån sina respektive förutsättningar.
3. Tillgången till anläggningar och idrottsmiljöer ska ha ökat.

! På hemsidan finns en checklista för vad ansökan ska innehålla, ta gärna en titt på den innan ni skickar in ansökan!





# FÖRENINGSTÖDET

Föreningsstödet är den del av idrottslyftet som fördelas av Svenska Ridsportförbundet centralt. Tanken är att alla satsningar efter projektiden (max tre år) ska övergå till ordinarie verksamhet. Därför är det viktigt att föreningen redan från början har en långsiktig plan för det fortsatta arbetet.

För att ta del av Idrottslyftet ska föreningen ha sökt och beviljats lokalt aktivitetsstöd (LOK-stöd). Har ni inte sökt LOK-stöd? Kontakta handläggaren för föreningsstödet och diskutera hur ni kan gå vidare med er ansökan.

## IDROTTSLYFTET 2014 HAR FOKUS PÅ TVÅ OMRÅDEN:

- Behålla barn och ungdomar i föreningsverksamheten
- Rekrytera barn och ungdomar till föreningsverksamheten

Inom dessa huvudområden finns tre genomgående teman; Mer kunskap i föreningen, ridskolan och hästen.

## MER KUNSKAP I FÖRENINGEN

Kunskap är nyckeln till framgångsrika föreningar. Därför ger Svenska Ridsportförbundet genom Idrottslyftet föreningar möjligheter till kunskapslyft genom ridsportens breda utbildningsutbud som också kompletteras med ytterligare kunskapspaket. Ta till exempel chansen att utbilda unga ledare, arrangera utbildningar i Grönt kort eller arbeta med trygghetsfrågor och ridsportens ledstjärnor.

## RIDSKOLAN

Genom stöd ur Idrottslyftet ges föreningar möjligheter att prova nya idéer som kan lyfta verksamheten, som till exempel ryttermärkestagning, samarbete med andra ridsportföreningar, prova

på aktiviteter och projekt med fokus på att öppna upp ridsporten för alla.

## HÄSTEN

Hästen ska värnas med kunskande, kärlek och omsorg. Föreningsstödet ger därför möjlighet att utveckla barn och ungdomar i hästkunskap genom olika aktiviteter och utbildningar. Det kan bland annat handla om föreläsningar, kunskapsstävlingar så som Vi i stallet eller ta del utav utbildningsmaterialet Mini/Maxi och hästkunskapssajten.

Inom varje område har ni som förening möjlighet att söka både färdiga paket och komponera ihop egna satsningar. För en mer utförlig beskrivning av de färdiga paketen ber vi er att besöka vår hemsida [www.ridsport.se/RidklubbRidskola/Foreningsstodet/](http://www.ridsport.se/RidklubbRidskola/Foreningsstodet/)

## STÖD TILL LITTERATUR

I de fall litteratur inte ingår i satsningen har föreningen möjlighet att söka stöd även för detta genom Idrottslyftet. Stödet gäller litteratur framtagen av Svenska Ridsportförbundet och SISU Idrottsböcker. Idrottslyftet har möjlighet att subventionera upp till 50 procent av litteraturkostnaderna.

## VAD ÄR DET I PAKETEN?

Inom varje område har ni som förening möjlighet att söka både färdiga paket och komponera ihop egna satsningar. För en mer utförlig beskrivning av de färdiga paketen ber vi er att besöka vår hemsida [www.ridsport.se/RidklubbRidskola/Foreningsstodet/](http://www.ridsport.se/RidklubbRidskola/Foreningsstodet/)



Idrottslyftet inspirerar:

**FAKTA OM IDROTTSLYFTET TILL KARLSTAD RIDKLUBB:**  
Föreningen har beviljats Idrottslyftet:

- För satsningen – "Färdighetsutveckling och ökad hästkunskap".

# Värmlandscupen lyfter ryttarna

Fyra värmlandsklubbar har med Idrottslyftets hjälp startat Värmlandscupen. Förebilden finns i Stockholm, Stockholmscupen, som har en 30-årig historia. Ridklubbarnas ryttare träffas, trivs och tävlar hos varandra.

I Värmland handlar det om hoppning. I Stockholm rider man cupen i både hoppning och dressyr.

Maria Persson är projektledare. Hon är ridlärare på Karlstad RK sedan våren 2007. Maria är utbildad SRL III, har hippologexamen, har genomgått fortbildningsutbildningen EuroRide för ridlärare i Europa samt har universitetskurser i pedagogik/ledarskap samt företagsekonomi. Maria har mångårig yrkeserfarenhet från ridskoleverksamhet och undervisning. Hon är själv aktiv ryttare och har två egna hästar, egna uppfödningar, som hon tävlar i hoppning. Med sin tidigare häst har hon även tävlat dressyr upp till medelsvår nivå.

– Det här är ett väldigt roligt och spännande. Så många som möjligt ska få vara med och tävla på ett enkelt sätt. Vi har hemma- och bortamatch mot varje ridklubb som är med i cupen, berättar hon.

Sex ryttare ingår i varje lag. Alla ryttarna rider hemmalagets hästar.

De sex hemmaryttarna inleder. Därefter får gästande ryttare välja häst med hjälp av sin lagledare.

Banan rids två gånger av vardera ryttaren. Här har ridklubbarna skapat sitt eget reglemente, minsta antal fel och en form av idealtid.

– Det gäller att försöka rida felfritt och pricka sin egen tid från första omgången. Vi vill ha så snygga och jämna

ritter som möjligt, berättar Maria vidare. Självkart har vi sneglat på föregångaren Stockholmscupen när det gäller regler.

(Stockholmscupen startade för mer än 30 år sedan som en utbytestävling mellan distriktets klubbar. Cupen lever vidare och finns nu både i dressyr och hoppning)

Tävlingsformen har redan blivit väldigt populär i Värmland hos ryttarna och skapar massor av spänning.

De fyra ridklubbarna som dragit igång är Karlstad Ridklubb, Kils Ryttarförening, Grums Ridklubb och Filipstads Ridklubb.

– Det här stimulerar fler att tävla utan stora kostnader för transport av hästar eller ponnyer. Men det är också spännande att besöka andra klubbar och få en trevlig fikastund efter tävlingen, menar Maria. Vi hinner diskutera många frågor.

Det handlar också om hästkunskap i ny miljö för deltagarna.

! Skicka in ansökan i god tid för snabbare handläggning!

# Lyftet i Mariefred

Mariefreds Ridklubb har flera Idrottslyftsprojekt på gång. Det viktigaste är att rekrytera och behålla medlemmarna.

Stallgången surrar av ivriga ordväxlingar på den vackert belägna anläggningen. Ponnyerna sadlas. Skolungdomarna är deltagare i Idrottslyftet och provar på ridning.

Det är ett samverkansprojekt med Gripsholmsskolan i Mariefred och ridklubben.

Tio barn från skolan prövar på ridning varje tisdag.

Marta Hårdstedt är lärare och fritidspedagog på skolan och med under ridpasset.

Hon samarbetar med Ann Holmqvist som är Idrottslyftsansvarig hos Mariefreds Ridklubb och ridskolechef.

– Det är fler killar än tjejer som vill pröva på ridningen, berättar Marta Hårdstedt.

Hon är själv mamma till tre killar.

– Jag har aldrig varit någon hästtjej eller ridit. Men två av mina tre grabbar vill rida och rider i en killgrupp här på ridskolan, berättar hon. Vi är väl en onormal normalfamilj.

Samtalet kommer osökt in på ridning och tjejer kontra killar.

– Jag gillar att prata genusperspektiv för att inte bli fast i genustänkandet. För mig som inte varit inne i ridsporten är det en genusneutral sport, förklarar hon.

Hon är överens med Ann Holmqvist om att ridsporten är till för alla, ung som gammal och helt könsberoende.

– Visst, jag gillar lagsporterna, fotboll, innebandy och hockey också. Men där handlar det om utslagning när man inte platsar i ett lag. Ridning kan du hålla på med för att det är roligt, tävla på dina egna villkor och på din egen nivå. Ridningen ger en neutral arena, slår Marta fast.

Mariefreds Ridklubb är en mindre klubb – 160 medlemmar 2012.

– Men vi märker en ökning både av ridintresset och antalet medlemmar, berättar Ann med stolthet i rösten.

In stallet kommer så gänget som just nu är klubbens stolthet.

Det är en av de sex tjejerna som tävlade i klubbens två lag i Hästkunskap Cup.

– Det är tack vare Idrottslyftet vi blivit så här bra, säger Cassandra Sjöberg, lagdeltagare.

Vinnande laget bestod av Lisa Frisch, Amanda Leissner och Sara Sjöberg som vann finalen under Hästkraftsdagen på Strömsholm.

Tjejerna i de två lagen har verkligen tagit fasta på hästkunskap.

De har vunnit kunskapsävlingen "Vi i Stallens" distriktsfinal och läser gärna in mer hästkunskap.

– När jag var yngre var det bara ridningen som lockade. Teorin var tråkig. Men nu kan vi omsätta teorin i praktiken och då blir det roligt, fortsätter Amanda.

Mariefreds Ridklubb är på hugget vid varje ansökningstillfälle. Klubben har minst tre projekt på gång vid varje tillfälle.

– Det finns så mycket mer vi skulle vilja göra. Om det bara fanns utrymme.

Flickorna i kunskapslagen ska börja bygga hinder för veckans lektion.

– Vi vill lära oss mer. Så nästa år vill vi försvara segern, säger de och hoppas på mer lyft för klubben.

Det finns alltid en god planering hos klubben.

Det handlar om allt från ridborgarmärken, ryttarmärkesprov och ungdomsledarkurser.

Vinnande lag fick åtta biljetter till söndagsföreställningen under Stockholm Internationell Horse Show i Ericsson Globe arena.

Så båda lagen kommer att göra Globen under söndagen.

– Men vi måste köpa till biljetter. Vi vill ju vara där hela dagen och njuta...

Idrottslyftet inspirerar:



**FAKTA OM MARIEFRED RIDKLUBBENS IDROTTSLYFTSPROJEKT:**

Föreningen har beviljats Idrottslyftet:

- För satsningen "Behålla barn och ungdomar..." :
- Träningsstöd för 15 deltagare
- ULK
- Grönt Kort
- Ryttarmärken
- Hästkunskap Cup
- Vi i stallet
- "Rekrytera barn och ungdomar..."
- Prova på
- Killgrupp
- Ridning för funktionsnedsatta



# SÅ GÅR ANSÖKAN TILL

Ansökan sker via föreningens sida på IdrottOnline Klubb. Alla medlemmar i föreningen som har inloggningsuppgifter till IdrottOnline Klubb kan skapa en ansökan, men det är **endast ordförande, kassör eller idrottslyftsansvarig firmatecknare som kan skicka in ansökan**. Dessa tre personer måste vara registrerade i medlemsregistret med respektive roll.

## RAMAR OCH RIKTLINJER

- Föreningen ska vara medlem i Svenska Ridsportförbundet
- Satsningen ska vara riktad till barn och ungdomar
- Föreningen ska ha beviljats LOK-stöd
- Föreningen kan beviljas max tre projekt/år (exklusive ULK/VULK)
- Samma projekt kan beviljas medel i max tre år
- Idrottslyftet ger främst stöd till **genomförande** av aktiviteter som syftar till att uppfylla Idrottslyftets syfte och mål

! Tänk på att planera för hela året, ni kanske vill skicka deltagare på ULK senare under hösten eller starta en kurs i Grönt Kort i samband med terminsstart.

**ANSÖKNINGSTIDEN ÖPPNAR:**

**4 NOVEMBER 2013**

**ANSÖKNINGSTIDEN STÄNGER:**

**5 MAJ 2014**

**INRAPPORTERING AV GENOMFÖRT PROJEKT: SENAST 31 DECEMBER 2014**

# FLER MÖJLIGHETER

Förutom föreningsstödet innehåller Idrottslyftet andra delar där ansökan sker via SISU Idrottsutbildarna och Distriktsidrottsförbunden. Här nedan hittar du information om vilka prioriterade områden som gäller och vart ni vänder er med ansökan.

## SAMVERKAN

Inom ramen för Idrottslyftets skolsamverkan fokuserar man på att öka antalet medlemmar genom att visa upp och låta eleverna prova på ridsport. Man kan även arbeta med samverkan över idrottsgränserna, mellan olika idrotter och med andra organisationer.

### Ansökan skickas till:

Respektive Distriktsidrottsförbund

## ÖKAD TILLGÄNGLIGHET TILL ANLÄGGNINGAR OCH IDROTSMILJÖER

Tillgängligheten till anläggningar och idrottsmiljöer är avgörande för vilken verksamhet som kan bedrivas. Med Idrottsmiljö menas allt nyttjande av luft, mark och vatten för idrottslig verksamhet.

### Ansökan skickas till:

Respektive Distriktsidrottsförbund

## UTVECKLA VERKSAMHETEN SÅ ATT IDROTTEN GÖR SOM "IDROTTEN VILL"

SISU utbildarna har i uppgift att genomföra utvecklingsprocesser i föreningarna för att de bättre ska kunna integrera de intentioner som finns i "Idrotten vill" i sin verksamhet. Det kan till exempel handla om utbildning av förtroendevalda och förebyggande arbete kring kränkande behandling, delaktighet och demokrati.

### Ansökan skickas till:

SISU Idrottsutbildarna i ert Distrikt

## VILL NI VETA MER?

På Svenska Ridsportförbundets hemsida [www.ridsport.se/](http://www.ridsport.se/) **RidklubbRidskola/Föreningsstödet/** finns mer information om Idrottslyftet, manualer och checklistor för hur ni skickar in ansökan samt inspirerade exempel på hur andra föreningar har gjort.

### Har ni några frågor?

Kontakta handläggaren för Idrottslyftet, Sandra Wiklund: Tel: 0220-456 10  
E-post: [sandra.wiklund@ridsport.se](mailto:sandra.wiklund@ridsport.se)

Det går också bra att kontakta ert lokala ridsportdistrikt eller en konsulent från SISU Idrottsutbildarna om du **behöver hjälp med ansökningsarbetet.**

! Skriv först texten till er ansökan i ett textdokument och kopiera sedan in den i själva ansökan, på så sätt behöver ni inte skriva om allt om ni skulle råka loggas ut.

## HÄR HITTAR DU RIDSPORTFÖRBUNDET

### Svenska Ridsportförbundet

Telefon: 0220-456 00  
[kansliet@ridsport.se](mailto:kansliet@ridsport.se)  
[www.ridsport.se](http://www.ridsport.se)

### Blekinges Ridsportförbund

Telefon: 0455-157 70  
[distrikt@blekinge.ridsport.se](mailto:distrikt@blekinge.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/blekinge](http://www.ridsport.se/blekinge)

### Dalarnas Ridsportförbund

Telefon: 0247-404 49  
[distrikt@dalarna.ridsport.se](mailto:distrikt@dalarna.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/dalarna](http://www.ridsport.se/dalarna)

### Gotlands Ridsportförbund

Telefon: 0498-20 70 69  
[ridsport@gotsport.se](mailto:ridsport@gotsport.se)  
[www.ridsport.se/gotland](http://www.ridsport.se/gotland)

### Gävleborgs Ridsportförbund

Telefon: 070-280 13 88  
[distrikt@gavleborg.ridsport.se](mailto:distrikt@gavleborg.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/gavleborg](http://www.ridsport.se/gavleborg)

### Göteborg och Bohusläns Ridsportförbund

Telefon: 031-726 61 21  
[ridsport.goteborg@vsif.se](mailto:ridsport.goteborg@vsif.se)  
[www.ridsport.se/goteborg](http://www.ridsport.se/goteborg)

### Hallands Ridsportförbund

Telefon: 0340-62 24 29  
[distrikt@halland.ridsport.se](mailto:distrikt@halland.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/halland](http://www.ridsport.se/halland)

### Mittsvenska Ridsportförbundet

Telefon: 010-476 42 38, 476 42 00  
[mittsvenska.ridsport@jhidrott.rf.se](mailto:mittsvenska.ridsport@jhidrott.rf.se)  
[www.ridsport.se/mittsvenska](http://www.ridsport.se/mittsvenska)

### Norrbottnens Ridsportförbund

Telefon: 0920-43 42 14  
E-post: [distrikt@norrbottnen.ridsport.se](mailto:distrikt@norrbottnen.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/norrbottnen](http://www.ridsport.se/norrbottnen)

### Skånes Ridsportförbund

Telefon: 046-52 910  
[distrikt@skaneridsport.se](mailto:distrikt@skaneridsport.se)  
[www.skaneridsport.se](http://www.skaneridsport.se)

### Smålands Ridsportförbund

Telefon: 036-34 54 91  
[distrikt@smaland.ridsport.se](mailto:distrikt@smaland.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/smaland](http://www.ridsport.se/smaland)

### Stockholms Läns Ridsportförbund

Telefon: 08-627 40 00  
[info@stockholmridsport.se](mailto:info@stockholmridsport.se)  
[www.ridsport.se/stockholm](http://www.ridsport.se/stockholm)

### Södermanlands Ridsportförbund

Telefon: 0220-456 22  
[distrikt@sormland.ridsport.se](mailto:distrikt@sormland.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/sodermanland](http://www.ridsport.se/sodermanland)

### Upplands Ridsportförbund

Telefon: 018-444 04 60  
[distrikt@uppland.ridsport.se](mailto:distrikt@uppland.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/uppland](http://www.ridsport.se/uppland)

### Värmlands Ridsportförbund

Telefon: 010-476 47 72  
E-post: [ridsporten@varmland.rf.se](mailto:ridsporten@varmland.rf.se)  
[www.ridsport.se/varmland](http://www.ridsport.se/varmland)

### Västerbottnens Ridsportförbund

Telefon: 0910-72 68 80  
[distrikt@vasterbotten.ridsport.se](mailto:distrikt@vasterbotten.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/vasterbotten](http://www.ridsport.se/vasterbotten)

### Västergötlands Ridsportförbund

Telefon: 0520-52 52 70  
[mariana.f@vg.ridsport.se](mailto:mariana.f@vg.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/vastergotland](http://www.ridsport.se/vastergotland)

### Västmanlands Ridsportförbund

Telefon: 0220-456 22, 24  
[vastmanland@ridsport.se](mailto:vastmanland@ridsport.se)  
[www.ridsport.se/vastmanland](http://www.ridsport.se/vastmanland)

### Örebro Ridsportförbund

Telefon: 019-17 55 97  
[orebro@distriktet.nu](mailto:orebro@distriktet.nu)  
[www.distriktet.nu](http://www.distriktet.nu)

### Östergötlands Ridsportförbund

Telefon: 010-476 50 80  
[distrikt@ostergotland.ridsport.se](mailto:distrikt@ostergotland.ridsport.se)  
[www.ridsport.se/ostergotland](http://www.ridsport.se/ostergotland)



# MER FÖR FLER

*Mer ridsport för fler är mottot för Idrottslyftet 2014.*

