

# Svenska Förbundet för Funktionell Fitness

## Förslag:

### RS föreslår att RF-stämman beslutar

**att** i enlighet med RS utlåtande, avslå Svenska Förbundet för Funktionell Fitness ansökan om medlemskap.

## Bakgrund

Svenska Förbundet för Funktionell Fitness har den 1 januari 2021 inkommit med en ansökan om medlemskap i Riksidrottsförbundet, RF, bilaga 1. Av ansökan framgår att förbundet bildades 2017 och har 50 medlemsföreningar med cirka 1 000 medlemmar.

## Riksidrottsstyrelsens bedömning

Riksidrottsstyrelsen, RS, anser att idrottsrörelsen ska vara öppen och sträva efter att förbund som bedriver föreningsidrott ska inkluderas inom rörelsen. Detta var också grundprincipen bakom det beslut som togs på RF- respektive SISU-stämman 2019 gällande *Kriterier, villkor och anslutningsformer gällande medlemskap i RF och SISU*. En öppen idrottsrörelse är även utgångspunkten i RS bedömning av medlemsansökningar till RF. Samtidigt är det viktigt att de kriterier för medlemskap som idrottsrörelsen gemensamt har kommit överens om står som grund för bedömningen. Nedan följer RS samlade bedömning av Svenska Förbundet för Funktionell Fitness ansökan om medlemskap i RF.

## Rättslig reglering

Av 10 kap. 2 § RF:s stadgar framgår villkoren för medlemskap i RF. I första stycket anges att vid prövning av förbunds medlemskap gäller följande:

1. Förbundet ska bedriva och administrera idrott.
2. Förbundet ska vara en ideell förening.
3. Förbundets verksamhet ska stå i samklang med av RF-stämman beslutad verksamhetsidé, vision och värdegrund enligt 1 kap.
4. Förbundet ska bedriva/administrera idrottslig verksamhet som inte är nära besläktad med verksamhet inom till RF redan anslutet förbund.
5. Förbundet ska ha minst 25 medlemsföreningar med minst 1 500 medlemmar.
6. Förbundet ska ha varit etablerat och bedrivit idrottslig verksamhet i minst tre år.

I andra stycket anges att om det finns särskilda skäl kan, efter förslag av RS, beslut om medlemskap tas med avvikelse från villkoren i 4 och 5 punkterna.

### **Storlekskriteriet**

I den utredning som genomfördes angående Kriterier, villkor och anslutningsformer gällande medlemskap i RF och SISU avhandlades storlekskriteriet med slutsatsen att både antal föreningar och antal individuella medlemmar är viktiga förutsättningar för att vara ett förbund med medlemskap i RF.

Svenska Förbundet för Funktionell Fitness har 50 medlemsföreningar med 1000 medlemmar, varmed de inte uppfyller villkoret i 10 kap. 2 § punkt 5 RF:s stadgar om 25 medlemsföreningar med 1 500 medlemmar.

I 10 kap. 2 § stycke 2 RF:s stadgar anges att om det finns särskilda skäl kan, efter förslag av RS, beslut om medlemskap tas med avvikelser från storlekskriteriet. Svenska Förbundet för Funktionell Fitness har anfört att de har en snabb tillväxt och de därför de närmaste åren kommer uppfylla villkoret. Dessa omständigheter anser RS inte är sådana särskilda skäl som föranleder en avvikelse från storlekskriteriet, varmed förbundet inte uppfyller de villkor som finns för medlemskap i RF.



Ansökan om inträde i Riksidrottsförbundet  
för  
Svenska Förbundet för Funktionell Fitness  
(Swe3F)



## Innehållsförteckning:

<b>Ansökan om inträde i Riksidrottsförbundet</b>	<b>3</b>
<b>Skäl för ansökan - varför finns Swe3F</b>	<b>3</b>
Vision	3
<b>Beskrivning av Swe3F och verksamheten</b>	<b>4</b>
Swe3F bildades 2017	4
Organisation	4
Förbundskaptener	4
Utskott och kommittéer	5
Tävlingskommittén	5
Domarkommittén	5
Antidopingkommittén	5
Föreningsutskottet	5
Jämställdhetskommittén	5
Utbildningskommittén	6
Ungdomskommittén	6
Medlemsföreningar	6
Förbundets ekonomi	6
Internationellt engagemang	7
Hemsida och sociala medier	7
<b>Sporten Funktionell Fitness i Sverige</b>	<b>8</b>
Sporten i korthet	8
Sporten har funnits länge	8
Försäkrad tävlan	8
Dopingfri idrott	9
Rättvis och säker tävlan	9
Ungdomsverksamhet	10
<b>Tävlingsverksamhet</b>	<b>10</b>
Tävlingsregler	11
Swe3F ClubSeries	11
Svenska mästerskap	11
SM 2018 Linköping	11
SM 2019 Falun	12
SM 2020 Östervåla - inställt	12
SM 2021 - planer	13
Världsmästerskap	13
VM 2018 i London	13
VM 2019 i Malmö	13
VM 2020 i Kanada	14



VM 2021 i Australien	14
Tävling för ungdomar	14
<b>Beskrivning av sporten och de 6 testkategorierna</b>	<b>14</b>
Individual Medley	15
Aerob kapacitet	15
Styrka	16
Kroppsviktsbaserad uthållighet	16
Skicklighet / Skill	16
Mixad Modalitet	16
Explosivitet	16
<b>Det svenska förbundets utveckling och framtid</b>	<b>17</b>
Vad är planerna för den närmaste framtiden	17
<b>Avslutning</b>	<b>17</b>
Uppfyllda villkor	17
RF:s stadgar, 10 kap Medlemskap i RF, 2 § Villkor för medlemskap	17
Slutanförande och förhoppning	18
Underskrift av ansökan	19
Bilagor	19
Övriga referenser	19



## Ansökan om inträde i Riksidrottsförbundet

Härmed ansöker Svenska Förbundet för Funktionell Fitness, även kallat Swe3F, om inträde i Riksidrottsförbundet. Genom detta dokument önskar vi kunna beskriva sporten funktionell fitness och vår verksamhet på ett tillfredsställande sätt som kan gynna ansökan och inträde.

Förbundets stadgar (Bilaga 1) bifogas ansökan.

## Skäl för ansökan - varför finns Swe3F

Svenska Förbundet för Funktionell Fitness (Org nr 802510-7825) har till uppgift att främja och administrera sporten Funktionell Fitness i Sverige på sådant sätt att den står i överensstämmelse med idrottens mål och inriktning enligt 1 Kap i Riksidrottsförbundets (RF) stadgar samt att företräda denna idrott i utlandet.

Med särskild inriktning på att:

1. genom verksamhet tillsammans med medlemsföreningar utöva, utveckla, samla och främja sporten Funktionell Fitness genom utbildning, organisation och tävling på ideell basis.
2. organisera den svenska nationella ligan i Funktionell Fitness, kallad "Swe3F ClubSeries" för att nå flera atleter.
3. verka på ett sådant sätt att Funktionell Fitness utförs enligt dess regler och tradition av sportmannaskap. Förbundet ska bedriva Funktionell Fitness i enlighet med regelverket som bestäms av internationella federationen iF3 International Functional Fitness Federation.

Förbundet och dess föreningar ska verka för att förhindra all form av diskriminering samt aktivt verka för en dopingfri idrott.

## Vision

Visioner för framtiden inom sporten är bland annat att:

- Skapa en rättvis och säker sport som medlemsföreningar kan driva.
- Etablera antidoping som ett ledord för en rättvis och hälsosam sport.
- Utbilda en domarkår med hög kvalitet (som bl.a. främjar rättviseaspekter i sporten).
- Anordna standardiserade och säkra tävlingar för alla våra medlemmar oberoende av ålder och nivå - framför allt på lokal- och distriktsnivå.
- Bygga en ännu bredare verksamhet med ungdomar som bas, vilket vi tror endast kan ske om organisationen är ansluten till Riksidrottsförbundet.
- Etablera modeller för en unison och rättvis ranking av atleterna.



# Beskrivning av Swe3F och verksamheten

## Swe3F bildades 2017

Svenska Förbundet för Funktionell Fitness (Swe3F) bildades 2017-08-19. Sporten har utövats i Sverige sedan 2009 då det första inofficiella nationella mästerskapen avgjordes i Solna.

## Organisation

Den nuvarande styrelsen i förbundet består av en ordförande samt sex ledamöter. En av dessa ledamöter innehar plats i styrelsen genom sin roll som generalsekreterare i det Internationella Förbundet (iF3, The International Functional Fitness Federation). Detta berättigar honom enligt Svenska Förbundets stadgar en plats i styrelsen. Övriga ledamöter väljs på två år och Ordförande på ett år. Styrelsen ska bestå av män och kvinnor och idag har vi två kvinnor i styrelsen.

Styrelsen ska utse en vice ordförande och andra funktioner utifrån behov. Idag har vi en vice ordförande utsedd. Om en ledamot avgår i förtid kan styrelsen ersätta denne fram till nästa förbundsårsmöte.

Styrelsen kan utse ytterligare en adjungerad ledamot, med yttranderätt och rätt att lägga fram förslag, men utan rösträtt. Adjungerade ledamöter kan utses till befattningar inom styrelsen. I dagsläget har styrelsen ingen adjungerad ledamot.

Funktioner av ovan nämnda inlägg anges i konstitutionen.

Se Bilaga 1: Swe3F stadgar

## Förbundskaptener

I ett steg att föra förbundet framåt har styrelsen arbetat med att identifiera två personer under 2020 för ett mer långsiktigt samarbete under rollen som Förbundskapten, vilka (med stöd från förbundet) kan utveckla och bygga landslagsverksamheten och ta sporten framåt på lång sikt samt bygga en struktur och strategier kring landslaget, atleter och träningsläger. Under hösten skrev vi avtal med två välmeriterade individer, 1 man och 1 kvinna, vilket Förbundet kände var av vikt. Deras avtal löper på två år med option på ett tredje år.



## Utskott och kommitteér

Utöver Styrelsen finns ett antal kommitteér organiserade som arbetar med olika typer av frågor. Var och en från styrelsen har utsetts som huvudansvarig för de olika kommitteérna.

### Tävlingskommittén

Tävlingskommittén har till uppgift att ta emot och behandla ansökningar för sanktionering från tävlingsarrangörer runtom i landet. Ansökningarna granskas med tävlingsreglementet som bas och man tittar på vilka förutsättningar som finns gällande arrangörernas erfarenhet, geografisk placering, arena, personal, med mera.

Tävlingskommittén fungerar också som remitterande instans för Internationella Förbundets tävlingskommitté gällande tävlingsregler. Det är även i tävlingskommittén som man utvecklar nya tävlingsformer samt regelverk för ett framtida rankingsystem.

### Domarkommittén

Domarkommittén ansvarar för att utbilda domare (även kallade Technical Officials) för uppdrag såväl nationellt som internationellt. Domarkommittén är även rådgivande för de tävlingar som arrangeras av förbundet (SM, NM, EM, VM) samt sammankallande för personal i samband med dessa tävlingar.

### Antidopingkommittén

Antidopingkommittén är ansvarig för att ta fram ett regelverk mot dopning i samråd med Riksidrottsförbundet (RF) och dess antidopingavdelning. Kommittén är även ansvarig för att utbilda atleter såväl på elitnivå (landslag) som på motionsnivå och inom ungdomsidrotten. I samband med tävlingar är det kommittén som är ansvarig för att samordna eventuella tester, i samverkan med berörda instanser.

### Föreningsutskottet

Föreningsutskottet arbetar främst som en supportorganisation för de initiativtagare som vill bilda en ideell förening inom sporten, samt för de föreningar som redan finns och som vill ansluta sig till förbundet. Föreningsutskottet sköter även det administrativa kring medlemskap för anslutna föreningar.

### Jämställdhetskommittén

En jämställd idrott är viktig för alla parter och jämställdhetskommittén arbetar bland annat för att ta fram policydokument för förbundet. Man arbetar även långsiktigt för att ta fram handlingsplaner för att implementera och sprida förbundets jämställdhetsintentioner, för att på så sätt säkerställa att vår idrott är en idrott för alla på lika villkor.





## Utbildningskommittén

Utbildningskommittén bildades sommaren 2020 för att utveckla ett utbildningssystem för både coacher, atleter och domare. Kommittén har byggt en grund för en grundläggande coach-utbildning och räknar med att de första utbildningarna kommer lanseras första halvåret 2021 (med förbehåll för utvecklingen av pandemi-läget).

## Ungdomskommittén

En till kommitté som bildades sommaren 2020. Förbundet ansåg att det behövdes ett eget utskott/kommitté för att utveckla ungdomsverksamheten så optimalt som möjligt. Ungdomskommittén ska utveckla en plan för ungdomsverksamheten. Där ingår bland annat planering av träningsläger, tävlingar och eventuellt få till samarbete med de skolor som har utbildning i Funktionell Fitness (t.ex. Kristinegymnasiet i Falun). Från och med detta år är även ungdomarna inkluderade internationellt på VM.

## Medlemsföreningar

Swe3F har i dagsläget ca. 50 medlemsföreningar, som i sin tur har cirka 1.000 individuella medlemmar med en stor spridning både demografiskt och geografiskt. Det är en ökning med fler än 600 medlemmar sedan vår senaste ansökan till RF som gjordes i slutet av 2018. Lanseringen av seriesystemet som gjordes 2019 har verkat på bredden och omfattningen av sporten ökade enligt visionen som Förbundet hade.

Förbundet hade även som plan att inkludera ungdomarna på SM 2020. Tyvärr kom Covid-19 i vägen för dessa planer men vi hann under våren genomföra ett online-kval till SM för ungdomar vilket även gjorde att vi utökade medlemsbredden åldersmässigt. Internationellt anordnades även ett online-VM för ungdomar och veteraner, som även där kräver licens och medlemskap. Detta gjorde att vi breddade medlemsbasen ytterligare.

## Förbundets ekonomi

Under 2019 var omsättningen 170 000 kr och beräknas under 2020 vara i samma storleksordning. Resultatet 2019 var drygt 60 000 kr vilket är en förbättring med 200% från 2017/18. 2020 Kommer resultatet vara cirka 30 000 kr bättre än föregående år. Dock kan det vara aningen missvisande siffror då vi inte har kunnat haft de arrangemang vi har velat ha och planerat för på grund av Covid-19.

Förbundets inkomster består till största delen av medlemsavgifter från både föreningar och privatpersoner till skillnad från tidigare år då de största intäkterna har kommit från sponsring. Vi har sett en stor ökning av antalet medlemmar under 2019/20. Arvoden har



under 2019 gått till domare samt revisor och det kommer att vara likadant 2020. Det har inte betalats ut något arvode för styrelsearbete.

Swe3F har förnyat sitt avtal med Kraftmark som kommer att sträcka sig ytterligare 3 år framåt. Detta avtal beräknas bekosta en stor del av verksamheten över dessa 3 år. Utöver det kommer de även sponsra med utrustning med mera till evenemang i Förbundets regi.

Swe3F har sedan tidigare även ett aktivt avtal med The Northern Spirit som löper till och med 31:e december 2021. Enligt avtal ska förbundet även här erhålla medel under 2021 varav minst hälften ska ringmärkas till ungdomsverksamhet. De står även för kläder och utrustning till landslagsatleter och domare.

## Internationellt engagemang

Swe3F är ansluten till det internationella förbundet iF3 sedan vi grundades 2017. Vi har ett gott samarbete och har månadsvisa möten med iF3 och andra nationella förbund.

Swe3F har ställt upp med en landslagstrupp vid fyra tillfällen:

- Oktober 2017, VM i San Francisco där laget tog VM-silver
- Oktober 2018, VM i London där laget återigen tog VM-silver
- Augusti 2019, VM i Malmö där laget tog VM-brons
- December 2020, Continental World Cup Online då laget tog VM-silver

Det internationella förbundet iF3, och därmed även Swe3F, har som ambition att etablera funktionell fitness som en del av den olympiska rörelsen med målet att kunna delta i OS i Los Angeles 2028.

*Referens: [Kort film på YouTube](#) om vad iF3 vill åstadkomma.*

## Hemsida och sociala medier

Förbundets sociala mediekkanaler på [Instagram](#) och [Facebook](#) är några av de viktigaste informationsportalerna för alla medlemsklubbar och övriga som är intresserade av Funktionell Fitness.

Även vår hemsida [swe3f.se](http://swe3f.se) är uppdaterad med de senaste händelserna, hur man ansöker medlemskap till Swe3F och diverse arrangemang och är vår officiella kanal.



# Sporten Funktionell Fitness i Sverige

## Sporten i korthet

Trots att Förbundet i Sverige inte har funnits längre än lite mer än tre år har det hänt mycket och Funktionell Fitness är fortfarande på stark framfarsch både i Sverige och runt om i världen. Vår sport tilltalar en bred publik och ett brett spann av motionerande människor, allt från nybörjare till tävlingsinriktade individer. En stor del av sporten kan utföras med den egna kroppen, vilket gör att kraven på utrustning minimeras. Sporten är lätt att anpassa till olika nivåer genom att skala, dvs. modifiera och anpassa, övningar. Sammantaget gör detta att personer som ligger på helt olika träningsnivåer kan träna tillsammans och finna gemenskap, glädje, hälsa och välmående.

## Sporten har funnits länge

Sporten har bedrivits i Sverige sedan 2009 och bara under 2018 genomfördes det hela 4 000 tävlingsstarter i Sverige. Bara hundratalet av dessa var reglerade av Swe3F och vår mission är att reglera och organisera dessa tävlingar så att de är säkra och rättvisa.

Vi tycker att alla tävlande förtjänar:

- Att de döms av kvalificerade domare.
- Att det finns en regelbok som är samma för alla under samma period.
- Att de vet att deras medtävlande genomgår samma antidopingprogram.
- Att arenan de tävlar på är säker.
- Att de är försäkrade under tävlan.
- Att deras medtävlanden är på samma nivå enligt ett rankingsystem.

I dagsläget är bara ett fåtal tävlingar reglerade av Swe3F och trots det har Sverige flera atleter på världsnivå - atleter som tränar 4-6 timmar per dag. Vi tycker att de förtjänar bättre och det var därför Swe3F etablerades 2017 som ett organ för att reglera sporten och säkerställa att den unga utövaren har en utvecklingsplan för framtiden.

## Försäkrad tävlan

Som aktiv medlem i en förening ansluten till Swe3F omfattas man av en olycksfallsförsäkring via Folksam. Försäkringen gäller under träning och tävling arrangerad av förening samt under färd till och från träning och tävling. Swe3F har själva tecknat samma grundförsäkringsskydd som ingår per automatik när förbund är anslutna till RF.



## Dopingfri idrott

Sporten bedrivs idag relativt okontrollerat och utan krav på antidopningsarbete. Ett fåtal tävlingar i landet ställer krav på deltagarna att skriva under en antidopnings-försäkran, men aktivt arbete bedrivs sällan. Förutom även de tävlingar som regleras av Swe3F, vilket tidigare nämnts bara är ett fåtal av alla. Detta vill vi självklart fortsätta jobba mot att reglera. Vi hade 2020 budgeterat för att ha dopingkontroller vid vårt SM vilket då inte blev av eftersom SM ställdes in. Det kommer att finnas med igen i vår budget för 2021.

Den under 2020 tillsatta Utbildningskommitteén har ansvar att vidareutveckla och inkludera utbildning för coacher, tränare och tävlande inom antidoping.

Inför alla mästerskap håller vi en separat utbildning om vårt antidopningsarbete. Det finns även ett kapitel om antidoping i Atletkontraktet som alla atleter skriver på inför uppdrag och tävlingar som ordnas av Swe3F eller där de representerar Swe3F.

Vårt mål att alla anslutna föreningar ska "vaccinera sina klubbar mot doping" via Svensk Antidoping kvarstår och arbete fortgår.

Se bilaga 2: Swe3F antidopingprogram

## Rättvis och säker tävlan

Några utmaningar som de tävlande inom Funktionell Fitness-sporten haft hittills har varit bl.a. att:

- atleterna inte har varit försäkrade under tävlan utanför Swe3F-sanktionering
- tävlingar inte har varit ålagda att följa ett regelverk gällande säkerhet
- det har saknats krav på nivån på domare eller formell domarutbildning

Swe3F har som mål att råda bot på detta och tävlingskommittén har i uppgift att kravställa att tävlingsreglerna efterlevs av sanktionerade tävlingsarrangörer. Detta görs redan i tävlingar på nationell nivå.

Fastställda tävlingsregler för funktionell fitness i Sverige ska följa de regler som fastställts av det internationella förbundet (iF3) och berör bland annat obligatorisk tävlingslicens för samtliga tävlande, säkerhetsregler kring en tävlingsplats, fastställda kunskaper för domare, sjukvårdspersonal och tävlingsledare på plats samt regler för hur man överklagar ett resultat.



## Ungdomsverksamhet

Redan idag lockar Funktionell Fitness till sig tusentals olika människor och vår vision är att kunna bygga upp en ungdomsverksamhet som kan ge fler barn och ungdomar ett roligt och givande fritidsintresse som samtidigt ger dem en god hälsa och en fin gemenskap.

Detta arbete kan startas upp ordentligt med stöd av Riksidrottsförbundet då det är svårigheter att bedriva ungdomsidrott idag utan sådant stöd då det ställer alltför höga krav på ekonomisk insats från familjen vilket får till följd att ett antal ungdomar hamnar utanför sporten och gemenskapen.

Vår sport ska vara möjlig att delta i för alla, oavsett bakgrund och familjens förutsättningar. Sporten är jämställd och passar lika bra oavsett kön, om du är gammal eller ung, kvinna eller man, vältränad eller nybörjare. Övningar kan anpassas efter egna förutsättningar och eget tempo, svårare övningar kan göras enklare och steg för steg kan individen lära sig övningar som man tidigare inte trodde var möjliga. Detta gör att många olika människor kan träna samtidigt och tillsammans och finna gemenskap, glädje, hälsa och välmående.

Ett led i att locka ungdomar att delta i sporten är att skapa tävlingsarrangemang för ungdomar. Internationella Förbundet skulle 2020 inkludera ungdomar på VM i Kanada. Swe3F planerade utefter det att inkludera ungdomarna för första gången på SM. Tyvärr kom Covid-19 så dessa planer blev omkullkastade. Förbundet fick efter många om och men ställa in SM 2020. Vi hann dock genomföra ett online-kval till SM för ungdomarna som var väldigt uppskattat. Även VM ställdes in men ersattes av en typ av online VM, under benämningen World Cup. Vi hade även ett antal svenska ungdomar som ställde upp i kvalet till World Cup, varav en 17-årig kille kvalificerade sig till final och vann ett silver i sin åldersklass.

2020 bildades en särskild kommitteé för ungdomsverksamheten som redan hunnit värva ett antal personer till gruppen och de har i dagsläget stämt av intresset hos ungdomar i Sverige, både hur intresset ser ut för tävling och även träningsläger och utbildning. Intresset är stort hos ett stort antal ungdomar. Framtiden är ljus inom ungdomsverksamheten och det är något som nuvarande styrelse brinner starkt för att utveckla till det yttersta.

## Tävlingsverksamhet

Swe3F har som ändamål att göra sporten Funktionell Fitness säkrare, mer rättvis och organiserad. Vi vill skapa en utvecklingsresa för den unge nybörjaren att kunna uppnå elitnivå.



## Tävlingsregler

Fastställda tävlingsregler följer de regler som fastställts av det internationella förbundet (iF3) och berör bland annat tävlingslicens för samtliga tävlande, säkerhetstänk kring en tävlingsplats, fastställda kunskaper för domare, sjukvårdspersonal och tävlingsledare på plats samt regler för hur man överklagar ett resultat.

## Swe3F ClubSeries

2019 började Swe3F arrangera ett seriespel i Funktionell Fitness. Anmälan är öppen för mixade lag från alla anslutna föreningar och det enda som krävs är att alla som tävlar har en giltig tävlingslicens.

De huvudsakliga syftena med serien är:

1. Att långsiktigt utveckla ett serie/ligaspel på flera nivåer för att ge möjlighet för spelare på alla nivåer, såväl unga som gamla, att representera sin förening och utvecklas som atlet. Målet är att kunna ha en nationell elitdivision, likaväl som regionala och lokala division 4-5.
2. Att stimulera såväl föreningar som tävlande att ansluta sig till förbundets verksamhet och skaffa medlemskap och licens.

Det visade sig vara mycket uppskattat och 2019 lockade det 20 lag. Serien sträckte sig över 3 säsonger under året med en SM-final i lag med topp 8 i Ängelholm. SM bucklan för klubbtag infördes i samband med finalen och är tänkt som ett vandringspris.

2020 blev inte lika bra eftersom Covid-19 hände och restriktioner tvingade oss att dels ställa in flera omgångar och slutligen även finalen. Vi hoppas återigen på en bättre och längre serie 2021. Vi har även fått in önskemål om en särskild serie för Veteraner vilket nu är i planeringsstadiet och hoppas kunna lanseras 2021.

## Svenska mästerskap

### SM 2018 Linköping

Det första officiella svenska mästerskapet i Funktionell Fitness arrangerades i Linköping under två dagar (25-26/8) i Crossfit Highways lokaler i Linköping. Ett mycket lyckat arrangemang innehållande sex event som testade atleternas förmågor i kondition, styrka och gymnastik. Under tidsperioden 28 maj - 17 juni hade samtliga atleter som ingick i en förening möjlighet att kvala in till SM via ett onlinekval där tre tester bedömdes och granskades av Swe3F:s domarkår. Antal deltagare i kvalet var 39 män och 27 damer varav 31 herrar och 21 damer medverkade under SM.



Endast licensierade domare fick döma under SM. Utbildning och licensiering hanterades av domarkommittén och leddes av David Thorp.

De fyra bästa atleterna i varje klass blev automatiskt uttagna till den landslagstrupp som representerade Sverige i VM i London 5-7 oktober. De åtta kompletterades med två wildcards som Förbundskaptenen plockade ut enligt egen bedömning. Dessa fördelades på sex individuella atleter, tre män och tre kvinnor, samt ett lag bestående av två herrar och två damer.

Arrangemanget upplevdes som en succé av atleter, domare och publik. En fantastisk atmosfär.

## SM 2019 Falun

2019 gick arrangemanget till Måndagsklubben i Falun och det genomfördes under två dagar (15-16/6). Upplägget var samma som 2018 och innehöll sex event som testade atleternas förmågor i kondition, styrka och gymnastik.

Kvalet detta år såg lite annorlunda ut. Under tidsperioden 1-7 April hade samtliga atleter som ingick i en förening möjlighet att kvala in till SM via ett onlinekval där tre tester skulle utföras i en enda 30-minuter lång workout. De bedömdes/granskades sedan av Swe3F:s domarkår. Antal deltagare i kvalet var 60 män och 40 damer varav 30 herrar och 29 damer medverkade under SM.

Detta år blev det ett ännu större, bättre och otroligt uppskattat arrangemang av både atleter, domare och publik. Det märks att SM "växer" mer och mer för varje år.

## SM 2020 Östervåla - inställt

Ordinarie plan var att SM skulle gå av stapeln i Östervåla den 6-7 juni. Covid-19 gjorde att vi först försökte flytta fram det två gånger men till slut tvingades ställa in arrangemanget. Vi hann dock genomföra ett online-kval till SM 13 April-3 Maj. Tre tester skulle utföras under tre veckor, en per vecka. Samtliga atleter som ingick i en förening hade möjlighet att kvala. 46 Herrar och 49 Damer deltog i kvalet.

När vi hade flyttat SM första gången till augusti, beslutade vi oss för att köra ett onlinekval för ungdomarna och få med de på ordinarie SM. Kvalet genomfördes 7-21 juni med samma upplägg som för seniorerna. 17 Flickor och 21 Pojkar deltog i kvalet med två åldersgrupper i varje kön. Alla kval bedömdes/granskades av Swe3F:s domarkår. Vi hade även en plan att



köra ett kval för veteraner, men deras VM blev även det inställt på grund av Covid-19 så då körde vi inget kval.

## SM 2021 - planer

Om allt går att genomföra med tanke på rådande läge med pandemi så kommer vi 2021 att anordna SM-kval och SM i samtliga åldersgrupper 2021. Veteranerna kommer vara först ut med eget kval och SM, eftersom deras VM är planerat till Juni månad i Portugal. Sedan kommer vi köra ungdomar och seniorer ihop i Östervåla med gemensamt SM framåt sommaren.

## Världsmästerskap

### VM 2018 i London

Sverige representerades på VM i London under oktober med en trupp bestående av fem damer och fem herrar samt ett lag bestående av två damer och två herrar. Totalt deltog 39 herrar från 14 olika nationer, 27 damer från 10 nationer samt 9 lag.

Tävlandet skedde över två dagar och sex olika tester. Eventen hade element av kondition, styrkelyft, olympiska lyft och gymnastik för att se vem/vilka som hade den bästa fitnessnivån.

Resultatet för Sverige blev fina placeringar där laget tog silver, alla damer var topp tio samt herrarna som kämpade hårt. Swe3F är mycket nöjda med Sveriges insats och vårt landslag visade återigen att Sverige är ett land att räkna med inom FF.

### VM 2019 i Malmö

Den 30 augusti- 1 september hade Sverige den stora äran att få arrangera 2019 års VM. Det sattes upp i Malmö. Som värdnation fick Sverige ställa upp med åtta herrar och åtta damer samt ett lag bestående av två damer och två herrar. Laget tog VM-brons och på damsidan tog sig en in på topp 10. Totalt deltog 33 damer, 42 herrar och 12 lag från sammanlagt 12 nationer.

VM blev ett stort evenemang med mycket runtomkring såsom kongresser och många utställare. Vi har även mottagit komplimanger från både atleter, personal och iF3 kring arrangemanget. "Ett arrangemang i världsklass".





## VM 2020 i Kanada

Både VM för ungdomar och seniorer, samt VM för veteraner blev tyvärr inställt. Men iF3 anordnade World Cup för Ungdomar/Veteraner online. Till finalen i World Cup kvalificerade sig två herrar och tre damer i veteranklassen och även en junior (pojke, 17 år). Junioren tog en placering i finalen och fick ta hem ett Silver.

iF3 satte även upp Continental Cup online, som ska motsvara VM för seniorerna. Topp 5 i kvalet för seniorerna fick en direktplats till landslaget och äran att representera Sverige i Continental Cup. Uppställningen blev ett lag om fyra atleter, två dam och två herr samt fem individuella atleter, tre dam och två herr. Det skulle ha varit tre herrar men en fick avstå på grund av skada. Laget tog VM-silver och bästa individuella var en dam som knep en fjärdeplats.

## VM 2021 i Australien

Om allt blir som planerat kommer VM 2021 gå av stapeln i Australien i november månad.

## Tävling för ungdomar

Internationella Förbundet iF3 planerade att år 2020 starta ett VM för ungdomar som utformas på ett sätt med fokus på att anpassa testerna till att följa atleternas långsiktiga utveckling.. Det svenska förbundet planerade utefter det att inkludera ungdomarna för första gången på SM. Tyvärr kom Covid-19 så dessa planer blev framskjutna till kommande säsonger. Förbundet fick efter många om och men ställa in SM. VM ställdes även det in men ersattes av en typ av online VM, under benämningen World Cup. Vi hann genomföra ett online-kval till SM för ungdomarna som var väldigt uppskattat.

Vi hade även ett antal svenska ungdomar som ställde upp i kvalet till World Cup, varav en 17-årig kille kvalificerade sig till final och fick ett Silver i sin åldersklass.

Vi hoppas att 2021 enligt plan kunna inkludera ungdomarna i SM-kval, SM och VM.



## Beskrivning av sporten och de 6 testkategorierna

Funktionell Fitness är en idrott som främjar hälsa och välmående anpassat för alla åldrar och fysiska nivåer. Det är en idrott som välkomnar alla och bildar en unik gemenskap bland dess medlemmar. Genom detta skapar Funktionell Fitness (FF) hälsa, gemenskap och målmedvetenhet.

FF tränar människor genom att se till hela kroppen och att träna kroppen dels som den är tänkt att användas men även att konstant utmana varje individ på deras nivå för att få en bättre hälsa och konstant utveckling. FF lär sina medlemmar att ständigt kämpa, utmana sig genom att hitta sina begränsningar och svagheter för att utmana dem till att bli bättre. Idrotten arbetar även med vår kropps rörlighet, vilket är ett stort behov i dagens samhälle. Detta för att vi ska få tillbaka den ledrörlighet som vi är skapade för så att våra kroppar rör sig bättre och på så sätt håller längre. Idrotten arbetar för att främja en hälsosammare befolkning på många olika nivåer samt att skapa en miljö av tolerans och gemenskap där ingen utesluts. Idrotten utövas av alla människor i alla åldersgrupper, bakgrunder och fysiska nivåer tillsammans. Den bästa utövaren på ett träningsställe genomför samma träningspass som nybörjaren, de anpassar enbart träningspasset efter sin nivå. På detta sätt skapar sporten en stor gemenskap och utesluter ingen.

För de som vill kan man tävla i FF och det ansökande förbundet sätter ramarna kring tävlandet. Swe3F ser till att tävlande sker enligt en gemensam standard, att tävlandet sker på en säker nivå både för de aktiva och för funktionärerna samt att sporten hålls ren.

Tävling inom Funktionell Fitness (FF) kan bedrivas i flera klasser, bland annat Individual Medley och Team Medley som är de som genomförts på VM 2017 och framåt. På SM har vi valt att enbart köra Individual Medley. Här beskrivs Individual Medley.

Referens: Denna [film](#), framtagen av iF3, förklarar upplägget med de sex testkategorierna.

### Individual Medley

Individual Medley är en två dagars tävling inom Funktionell Fitness. På den internationella nivån innebär detta sex stycken test i standardiserade kategorier. Kategorierna som testas är Aerob kapacitet, Styrka, Kroppviktsbaserad uthållighet, Skicklighet/Skill, Mixade modaliteter och Explosivitet. En kort beskrivning av respektive kategori hittas nedan.



## Aerob kapacitet

Detta test innehåller cykliskt repeterbart arbete. Det testar atletens förmåga att pacea (eng. Pace), utföra arbete och återhämta sig fort. Atleter tränar inför detta test genom att förbättra rörelsekaraktär och rörelseekonomi.

## Styrka

Detta test innehåller test av styrka, oftast med skivstång. Det testar atletens förmåga till koordination, timing och atletism under tung belastning. Atleter tränar inför detta test genom att öka deras basala styrka och förbättrar sin rörelseteknik.

## Kroppsviktsbaserad uthållighet

Detta test innehåller kroppsviktsrörelser kombinerat med cykliska rörelser. Det testar relativ muskeluthållighet. Atleter tränar för detta test genom att förbättra sin kroppskänedom och förmåga att motstå muskeltrötthet.

## Skicklighet / Skill

Detta test innehåller avancerade gymnastikrörelser. Det testar atletens förmåga att uttrycka styrka i maximal range of motion, skicklighet och bålkontroll. Atleter tränar för detta test genom att spendera tid att utveckla skicklighet i avancerade kroppsviktsrörelser.

## Mixad Modalitet

Detta test innehåller en mix av uppgifter och utmaningar. Det testar atletens förmåga att snabbt förflytta sig mellan rörelser, genomföra rörelsevariationer och hantera belastningsvariationer. Atleter tränar för detta test genom att förbättra sin kännedom om sina fysiska kapaciteter och hur denne bäst använder dem för att hantera stora variationer av belastning.

## Explosivitet

Detta test innehåller ett stort arbete som ska utföras på kort tid. Det testar atletens förmåga att utföra rörelser snabbt med ett korrekt val av tempostrategi för att kunna uttrycka snabbhet och power. Atleter tränar för detta test genom att omvandla styrka till power samt att raffinera förmågan att genomföra en slutlig uppgift under 1-2 minuter efter fem tidigare tävlingsmoment.



# Det svenska förbundets utveckling och framtid

## Vad är planerna för den närmaste framtiden

Den nuvarande styrelsen tillsattes vid årsmötet den 28:e Mars 2020. Endast två ledamöter var kvar från den gamla styrelsen. Den nya Styrelsen har tillsammans detta år jobbat hårt med att bygga en stabil grund och struktur i Förbundet vilket vi nu tycker att vi verkligen har fått till. Vi har tittat på allt från utbildningar till ungdomsverksamhet till ett nytt och bättre medlemshanteringssystem som vi kommer att implementera under första kvartalet 2021.

Vi har påbörjat utvecklingen av en strukturerad utbildningsplan och har som mål att lansera delar av denna under första halvåret 2021. Den ska inkludera utbildning för både coacher/ledare och atleter samt domare. Även antidopingutbildning ska ligga därunder.

Vi har tillsatt en kommitté för ungdomsverksamhet till vilken vi har rekryterat ett antal individer som har god erfarenhet av just ungdomsverksamhet. De har redan börjat kolla runt lite vad det finns för intresse hos ungdomar inom Funktionell Fitness såsom tävlingsverksamhet och läger. Nästa steg är att sätta dessa i arbete och utveckla en plan för 2021. Framtiden är verkligen ungdomarna.

Förbundet har nyligen haft ett första onlinemöte där vi bjöd in alla föreningar att delta. Vi kommer ha dessa möten kvartalsvis framöver. På dessa möten är tanken att vi ska informera föreningarna om vad som händer framöver, vi tänker även att detta ska vara ytterligare en kanal för föreningarna att kunna engagera sig i Förbundet. En kanal att kunna vädra tankar och idéer från alla håll och kanter, så att vi kan jobba tillsammans för att utveckla sporten på bästa sätt.

Nästa år ska vi dessutom utöka tävlingsverksamheten med inte bara SM-kval och SM för ungdomar, utan även för Veteraner som kommer få ett separat onlinekval och SM, för att få chansen att få åka och representera Sverige på VM för veteraner som kommer vara i Portugal i Juni 2021.



## Avslutning

### Uppfyllda villkor

RF:s stadgar, 10 kap Medlemskap i RF, 2 § Villkor för medlemskap

Vid prövning av förbunds medlemskap gäller följande:

<b>Villkor för medlemskap enligt RF</b>	<b>Swe3F:s beskrivning av uppfyllelse</b>
<i>1.Förbundet ska bedriva och administrera idrott.</i>	Ja, Swe3F bedriver en sport och idrottsverksamhet som kallas funktionell fitness som byggs upp av ett stort antal enskilda idrottsgrenar och beskrivs närmare i kapitel "Beskrivning av sporten och de 6 testkategorierna, s. 14".
<i>2.Förbundet ska vara en ideell förening.</i>	Ja, Swe3F är en ideell förening, se bilaga 1, Swe3F:s stadgar.
<i>3.Förbundets verksamhet ska stå i samklang med av RF-stämman beslutad verksamhetsidé, vision och värdegrund enligt 1 kap.</i>	Ja, Swe3F:s verksamhet står i samklang med nämnda verksamhetsidé, vision och värdegrund och är beskriven i bilaga 1, Swe3F:s stadgar.
<i>4.Förbundet ska bedriva/administrera idrottslig verksamhet som inte är nära besläktad med verksamhet inom till RF redan anslutet förbund.</i>	Ja, funktionell fitness, beskriven i kapitel "Beskrivning av sporten och de 6 testkategorierna, s. 14", är en ytterst mångsidig sport som kan omfatta delar av de flesta befintliga sporterna och kan därför inte entydigt sägas vara nära besläktad med någon annan enskild befintlig sport eller idrottsgren inom RF.
<i>5.Förbundet ska ha minst 25 medlemsföreningar med minst 1 500 medlemmar.</i>	I princip kan man säga ja om man betänker att Swe3F idag har ca. 50 medlemsföreningar med ca. 1.000 medlemmar och med tanke på den tillväxt som kan skönjas i verksamheten rent generellt kommer antalet medlemmar att öka kraftigt och överskrida kravet de närmaste åren.
<i>6.Förbundet ska ha varit etablerat och bedrivit idrottslig verksamhet i minst tre år.</i>	Ja, eftersom Swe3F etablerades 2017 och sporten har utövats officiellt i Sverige sedan 2009.

*Om det finns särskilda skäl kan, efter förslag av RS, beslut om medlemskap tas med avvikelse från villkoren i 4 och 5 punkterna.*

### Slutanförande och förhoppning

Det Svenska Förbundet för Funktionell Fitness önskar och hoppas att Riksidrottsförbundet kan se värdet i att etablera ännu ett partnerskap med en ytterst mångsidig och bred sport som den funktionella fitness:en erbjuder för alla - allt från vanliga motionärer till elitatleter på världsnivå och personer i alla åldrar med varierande möjligheter och förmågor.



Det Svenska Förbundet för Funktionell Fitness ser med glädje fram emot att bli en del av Riksidrottsförbundet!

## Underskrift av ansökan

Med vänlig hälsning,  
Svenska Förbundet för Funktionell Fitness

---

Jenny Beckman, Ordförande

---

## Bilagor

1. Swe3F stadgar
2. Swe3F antidopingprogram

## Övriga referenser

- [Swe3F:s hemsida](#)
- [Swe3F på Facebook](#)
- [Swe3F på Instagram](#)
  
- [iF3, det internationella funktionella fitness-förbundets hemsida](#)
- [Kort film](#) om vad iF3 är och vill åstadkomma
- [Kort film](#) framtagen av iF3 som förklarar upplägget med de sex testkategorierna

# ANTIDOPINGPROGRAM



## **VARFÖR ETT ANTIDOPINGPROGRAM?**

SWE3F arbetar tillsammans med hela idrottsrörelsen aktivt för att hålla idrotten och våra aktiva rena från doping. Målet med antidopingarbetet är att tillförsäkra alla idrottsutövare deras självklara rätt att delta och tävla i en idrott fri från doping.

SWE3F ska enligt RF:s stadgar 11 kap 4§ *"arbeta aktivt för en dopingfri verksamhet inom förbundet och sina medlemsföreningar samt upprätta en plan för antidopingarbetet"*.

Svensk idrott har implementerat World Anti-Doping Code (WADAC) i Idrottens Dopingreglemente. Under WADAC finns ett antal standarder som i Sverige motsvaras av föreskrifterna för dopingkontroll, vistelserapportering, dispenser, dopinglistan, handläggning av dopingärenden samt behandling av personuppgifter.

International Functional Fitness Federation/IF3, i vilka SWE3F är medlem av, har WADAC implementerats varför detta antidopingprogram även harmoniserar med de internationella förbundens.

Detta antidopingprogram syftar till att beskydda och bevara idrottens grundläggande värden så som:

- Fair play och ärlighet
- En god hälsa
- Förträfflighet i utövande
- Karaktär och utveckling
- Glädje
- Lagkänsla
- Hängivenhet och engagemang
- Respekt för lagar och regler
- Respekt för sig själv och andra idrottare
- Mod
- Gemenskap och solidaritet

Doping utgör i grunden ett hot mot idrottens grundläggande värden.

## **MÅLGRUPPER ANTIDOPINGPROGRAMMET**

En förutsättning för ett lyckat antidopingarbete är att samtliga förtroendevalda, tjänstemän, ledare och aktiva på såväl landslags som klubbnivå känner till Swe3F antidopingprogram och aktivt jobbar för att upprätthålla dess innehåll.

Landslagsledare ska läsa och känna till förbundets antidopingprogram och därmed förstå vad som förväntas av dem gällande antidopingarbetet. Landslagsledare ska kunna hjälpa aktiva i landslag att förstå hur de ska hantera intag av läkemedel och kosttillskott samt hur de ska hantera dopingkontroller.

Via antidopingprogrammet ska ledare på klubbnivå få information om vad som förväntas av dem gällande antidopingarbetet. De ska få reda på vilka hjälpmedel som erbjuds för att föreningen ska kunna skapa en egen handlingsplan som kan hjälpa föreningens aktiva att förstå sina skyldigheter gällande antidopingreglerna.

Yttersta ansvaret för antidopingarbetet ligger på förbundsstyrelsen. Det är styrelsen som fattar beslut i frågor som rör antidopingarbetet och som godkänner gällande antidopingprogram.



Styrelsen har som mål att varje ansluten förening ska vaccinera sig mot doping genom RF's program.  
[www.rf.se/vaccinera](http://www.rf.se/vaccinera)

## **ANTIDOPINGARBETE I INTERNATIONELLA FÖRBUND**

Genom medlemskap i IF3 underkastar sig nationella förbund, och till dem tillhörande föreningar samt aktiva, det internationella antidopingarbetet som regleras i IF3 som bygger på WADAC.

Antidopingreglementet inom idrotten beskriver vad som är förseelser mot dopingreglerna samt vilken bevisföring som krävs, vilka påföljderna blir och hur dopingärenden handläggs.

**Dopingkommissionen** fungerar som åklagare och anmäler brott mot dopingreglerna.

**Dopingnämnden** tar emot dopingkommissionens anmälningar och fungerar som bestraffningsorgan.

**Riksidrottsnämnden (RIN)** är högsta organ att pröva idrottens antidopingreglemente nationellt. Dopingnämndens beslut kan överklagas hit.

**Court of Arbitration of Sport (CAS)** är det internationellt högsta organet vilken prövar dopingärenden. Beslut från RIN kan därför överklaga.

## **FÖRBUNDETS AVTAL MED AKTIVA - ANTIDOPINGFÖRSÄKRAN**

För aktiva som tävlar i de discipliner och på de nivåer där förbundet kräver internationell tävlingslicens måste aktiva underteckna en Antidopingförsäkrans. Detta sker årligen i samband med att licensen löses. Ingen tävling eller träning får ske i förbundets eller anslutna föreningars regi innan en antidopingförsäkrans är ifylld och mottagen av förbundets kansli. För aktiv som inte är myndig ska vårdnadshavare underteckna dokumentet.

Syftet med antidopingförsäkrans är att upplysa varje enskild aktiv om sina skyldigheter, informera om gällande regler och visa var ytterligare information om antidoping finns.

Se bilaga 1 – Antidopingförsäkrans.

Antidopingförsäkrans klargör bland annat att aktiv som fälls för brott mot dopingreglerna kan bli offer för civilrättsliga åtal och bli återbetalningsskyldig till förbundet för kostnader som förbundet haft för den aktive i samband med tävling och träning.

## **VISTELSERAPPORTERING**

I de fall förbundets aktiva kommer att omfattas av kravet om vistelserapportering kommer förbundet bjuda in aktiva som omfattas av kravet samt ledare till en särskild information/utbildning i syfte att säkerställa att kunskapen om vistelserapportering finns hos berörda.

## **DOPINGKONTROLLER**

Syftet med dopingkontrollverksamheten är att upptäcka, avskräcka och försvåra användande av förbjudna substanser och metoder.

Dopingkommissionen utför dopingkontroller och aktiva inom såväl klubb som landslag kan komma att omfattas. Dopingkontrollerna kan komma att ske i samband med tävling, i samband med träning eller på fritiden. Dopingkontrollerna bör ske under både tävlingssäsong och försäsong, med fokus på försäsong då det mesta av uppbyggnad sker och där doping kan antas ha störst effekt.

Basen i kontrollverksamheten består av den ordinarie stickprovskontrollen. Förbundet kan vid behov beställa ytterligare kontroller, som bekostas av förbundet. Behovet av extra kontroller anses dock i dagsläget litet.

Förbundet ska underlätta dopingkontrollverksamheten genom att underrätta dopingkommissionen om förbundets tränings- och tävlingsverksamhet samt bistå med kontaktuppgifter till aktiva inom prioriterade målgrupper.

Enligt 13 kap i RF:s stadgar är alla idrottsutövare skyldiga att vid anmodan genomgå dopingkontroll. Hur en dopingkontroll skall gå till är noggrant reglerat i föreskrifter och för genomförandet svarar särskilt utbildade och legitimerade dopingkontrollanter. Att som aktiv vägra genomföra en dopingkontroll är att begå ett brott mot dopingreglerna och innebär att den aktive kan dömas som skyldig.

Även internationella förbundet (IF3) utför regelbundna kontroller av atleter som deltar i tävlingsverksamhet arrangerade eller sanktionerade av respektive förbund. Kontroller kan ske i form av urinprov eller blodprov i samband med tävling (in-competition) och under perioder när tävling inte förekommer (out-of-competition).

## **PRIORITERADE MÅLGRUPPER DOPINGKONTROLLER**

SWE3F ser följande grupper som prioriterade för dopingkontrollverksamheten:

- Landslagsaktiva seniorer.
- Landslagsaktiva juniorer.
- Aktiva som tidigare avtjänat straff för dopingföreteelser.
- Aktiva som uppvisar extremt snabb utvecklingstakt gällande resultat.

## **DISPENSER**

Dispensreglerna har tillkommit för att idrottsutövare, som av medicinska skäl måste använda dopingklassade läkemedel, ska kunna utöva sin idrott. Dispensreglerna är inom svensk idrott anpassade till kraven i World Anti-Doping Code.

Idrottsutövare delas in i två nivåer - Hög tävlingsnivå och Övriga idrottsutövare.

## **HÖG TÄVLINGSNIVÅ**

Till kategorin Hög tävlingsnivå hör följande:

- Utövare som är uttagen till senior- eller juniorlandslag.
- Utövare som deltar i internationella tävlingar som finns med i IF3:s tävlingskalender.

Alla idrottsutövare i denna kategori som, för medicinskt bruk, använder dopingklassade substanser/preparat, **ska alltid söka en individuell dispens** så snart behandling påbörjas/planeras. Detta gäller oavsett substans/preparat. Kontrollera noga om dispens ska göras till RF och/eller till det internationella förbundet som sanktionerar tävlingen.

I dispensansökan ska diagnosen styrkas genom:

1. Medicinsk historia

2. Undersökningsfynd
3. Eventuella laboratorieprover med relevans för diagnosen

## ÖVRIG IDROTTSUTÖVARE

Denna nivå gäller utövare som inte finns med i Hög tävlingsnivå. Idrottsutövare på denna nivå som använder dopingklassade preparat för medicinskt bruk kan ansöka om en retroaktiv dispens på begäran av Dopingkommissionen om idrottsutövaren får besked om ett positivt dopingprov.

## INTERNATIONELLA TÄVLINGAR FÖR ÖVRIGA IDROTTSUTÖVARE

Skulle det bli aktuellt för aktiva inom kategorin Övriga idrottsutövare att delta i en internationell tävling ska denne kontrollera om tävlingen finns med på det berörda internationella specialidrottsförbundets (IF3) lista över tävlingar som omfattas av deras dispensregler. I så fall måste utövaren ansöka om dispens i god tid till internationella förbund. Om tävlingen inte finns med på internationella förbundets lista över tävlingar gäller den retroaktiva dispensen även internationellt. En avgörande del inom antidoping är det preventiva arbete som sker i syfte att sprida information och kunskap.

## NULÄGESANALYS

Kunskapen om antidopingarbete, förbundets, ledares och aktivas skyldigheter behöver ständigt förstärkas. Idrott överlag har under senare tid kommersialiserats och utvecklingen kräver noggranna evalueringsprocesser; idrotten upplever stora ekonomiska krafter som inträtt på scenen och det idrottsliga idealet har naggats i kanten. Resultatet av en prestation har fått allt större vikt för idrottaren. Därför har vikten av dopingkontroller accentuerats. De aktivas förhållningssätt till dopingkontroller anses vara överlag positivt då det anses utgöra en viktig del i att hålla idrotten fri från doping och fusk.

Antidopingarbetet är alltid aktuellt och behöver ständigt förbättras.

## PRIORITERADE MÅLGRUPPER INFORMATION OCH UTBILDNING

SWE3F ser följande grupper som prioriterade för information och utbildning

- **Landslagsaktiva seniorer** ska känna till antidopingregler, det egna ansvaret och följa lagar och bestämmelser gällande intag av läkemedel och kosttillskott, reglerna för dispenshantering samt hur de ska hantera vistelserapportering. Aktiva ska alltid ställa upp på dopingkontroller. Aktiva ska ta fullt avstånd från doping och fusk i alla dess former.
- **Landslagsaktiva juniorer** ska känna till antidopingregler, det egna ansvaret och följa lagar och bestämmelser gällande intag av läkemedel och kosttillskott, reglerna för dispenshantering samt hur de ska hantera vistelserapportering. Aktiva ska alltid ställa upp på dopingkontroller. Aktiva ska ta fullt avstånd från doping och fusk i alla dess former.
- **Landslagsledning** ska ha kunskap om antidopingarbetet och kunna förmedla nödvändig information och kunskaper till sina aktiva gällande intag av läkemedel och kosttillskott, regler för dispenshantering samt hur de ska hantera vistelserapportering och dopingkontroller. Landslagsledare ska ta fullt avstånd från doping och fusk i alla dess former.

- **Föreningar** ska få kunskaper om var de kan finna information och hjälpmedel att skapa en egen handlingsplan för antidopingpolicy som kan hjälpa föreningens ledare och aktiva att förstå sina skyldigheter i antidopingfrågan.

## BUDSKAP

- Du som aktiv är alltid ytterst ansvarig för vilka preparat som hamnar i din kropp via kost eller på andra sätt.
- Du som aktiv är alltid ytterst ansvarig för att känna till och följa gällande antidopingreglemente.
- Vid bruk av mediciner ska du som aktiv i första hand sträva efter att använda preparat som inte är dopingklassade. I andra hand förväntas du känna till och förstå gällande regler för dispenser.
- Du som aktiv förväntas ta avstånd från alla former av dopning, dopingklassade metoder och andra typer av fusk.

## INFORMATIONSKANALER OCH VERKTYG

Följande informationskanaler används för att sprida kunskap om antidopingarbetet:

- [www.swe3f.se](http://www.swe3f.se) På förbundets hemsida samlas aktuell information och dokumentation gällande antidoping.
- Sociala medier: I förbundets egna sociala medier såsom Instagram och Facebook sprids information om antidoping till följare. Ibland via egna inlägg och ibland via delningar från bland andra Svensk Antidoping.
- [www.rf.se/antidoping](http://www.rf.se/antidoping) Svensk Antidopings hemsida med aktuell information.
- [www.if3.com](http://www.if3.com) Internationella förbundets hemsida med aktuell information om antidoping.
- I samband med licensiering av aktiva och den Antidopingförsäkran som alla aktiva ska läsa och signera.
- I samband med samlingar för landslag och träningsgrupper.
- I samband med tävlingar.

Följande verktyg används för att sprida kunskap om antidopingarbetet:

- Nyhetsbrevet Antidopingnytt från Svensk Antidoping: [www.rf.se/antidoping/nyhetsbrev](http://www.rf.se/antidoping/nyhetsbrev)
- Svensk Antidopings Facebooksida: <https://www.facebook.com/svenskantidoping/>
- Webbaserat utbildningsupplägg för föreningar: Vaccinera Klubben. [www.rf.se/vaccinera](http://www.rf.se/vaccinera)
- Handledningen för ledare/tränare: Antidopingsnack. [www.rf.se/vaccinera/laddahem](http://www.rf.se/vaccinera/laddahem)

- Webbaserad utbildning: Ren vinnare <http://www.rf.se/Antidoping/Renvinnare>
- Röd-Gröna listan: <http://www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor/rod-gronalistan/>
- WADAS lista över förbjudna preparat: <http://www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor/wadasdopinglista/>

## HANDLINGSPLAN

- Årligen uppdatera antidopingprogrammet
- Årligen gå igenom och pricka av checklistan i dokumentet Vägledning för SF:s Antidopingarbete från Svensk Antidoping. Finns att tillgå [här](#).
- Årligen delta med antidopingansvarig på Grundläggande antidopingkurs och RF:s antidopingkonferens.
- Göra antidopingprogrammet känt för ledare, aktiva och föreningar genom att publicerade det på hemsidan [www.swe3f.se](http://www.swe3f.se)
- Ständigt uppdatera hemsidan [www.swe3f.se](http://www.swe3f.se) med aktuell information.
- Kontinuerliga informationsmöten med landslagsledning.
- Alla aktiva måste underteckna en Antidopingförsäkran (bilaga 1) där den aktive försäkrar att hen tagit del av och känner till gällande regler för antidoping innan en licens för tävling godkänns.
- Starkt uppmana samtliga föreningar anslutna till SWE3F att ta fram en egen handlingsplan för antidoping genom det webbaserade upplägget Vaccinera Klubben.
- Starkt uppmana samtliga aktiva inom de prioriterade målgrupperna att genomföra den webbaserade utbildningen Ren vinnare.
- Fortlöpande rapportering och informationsutbyte med Svensk Antidoping.

## Bilaga 1

### Antidopingförsäkran

**Jag har för avsikt att tävla/träna inom ramen för Swe3f, och avger härmed detta löfte och denna försäkran, samt anser också, i enlighet med nedan försäkran, att JAG till fullo tror på en dopingfri sport.**

- **JAG är inledningsvis till fullo medveten om**, och vet, att jag själv har det fulla personliga ansvaret, d.v.s. 100 %, för alla intag jag gör, såväl mediciner, preparat, substanser, som kosttillskott och andra intag, inkluderande exempelvis restaurang eller s.k. snabbmat, eller andra "tveksamma" intag, och kan därmed inte skuldsätta andra personer, läkare, tränare, klubb eller förbund, etc.
- **JAG är medveten om**, att om vid tveksamhet om ett intag, skall jag alltid underrätta landslagsläkare/förbund om vilka preparat och substanser jag möjligen har intagit.
- **JAG har** liksom alla andra utövare av sporten inom ramen för Swe3f, tagit del av denna försäkran.
- **JAG har tagit del av** Riksidrottsförbundets (nedan RF); regler och förordningar gällande dopingkontroller.
- **JAG har tagit del av** RF:s "röd-gröna" lista, samt WADA:s dopinglista över preparat och substanser, som är förbjudna att använda under träning och tävling.
- **JAG är medveten om att** intag av substanser och preparat som inte är förenligt med ovan RF:s röd-gröna lista samt Wadas dopinglista kan innebära 4 (fyra) års avstängning från all idrottslig verksamhet.
- **JAG är medveten om att** intag av substanser, såsom exempelvis Anabola Androgena Steroider, och dess derivat kan falla inom Narkotikalagen, och kan civilrättsligt innebära böter eller fängelse.
- **JAG är medveten om att** vissa livsnödvändiga substanser (exempelvis Bricanyl mot astma) kräver godkännande från landslagsläkare/ RF/SOK innan tävling/träning, såväl internationellt som nationellt. Dispens för dessa preparat kan **JAG** ansöka om hos RF. Regler för detta finns på RF:s hemsida.
- **JAG är medveten om att** RF:s regler och WADAS dopingreglemente gäller oavsett var i världen jag tävlar och vilket medborgarskap jag har.
- **JAG är medveten om att** när jag kan kontrolleras på tävling/träning eller på privat/offentligt gym, gäller samma regler.
- **JAG är medveten om att** när jag bryter mot reglerna, kan jag civilrättsligt tvingas återbetala pengar som utbetalats till mig för träning, tävling, logi, mat etc. till klubb eller förbund.
- **JAG är medveten om att** jag inte får tävla/träna inom ramen för Swe3f, intill dess att jag skickat denna antidopingförsäkran till ordförande/kansli.



**STADGAR FÖR  
SVENSKA FÖRBUNDET  
FÖR FUNKTIONELL FITNESS**

ANTAGNA VID BILDANDEMÖTE 2017-08-19



## INNEHÅLL

<b>1 Kap GRUNDLÄGGANDE BESTÄMMELSER</b>	<b>4</b>
1 § Ändamål	4
2 § Sammansättning	4
3 § Tillhörighet	4
4 § Beslutande organ	4
5 § Distriktsorgan	4
6 § Medlemskap	4
7 § Verksamhets- och räkenskapsår samt arbetsår	4
8 § Stadgetolkning	5
9 § Stadgeändring	5
10 § Upplösning av förbundet	5
<b>2 Kap ALLMÄNNA BESTÄMMELSER</b>	<b>5</b>
11 § Beslut	5
12 § Hedersledamot, adjungering av styrelseledamot m m	5
13 § Arbetstagares valbarhet	6
14 § Legitimationskort	6
15 § Tävlingsregler	6
16 § Sammansättning av styrelse m m	6
<b>3 Kap FÖRBUNDSÅRSMÖTE</b>	<b>6</b>
17 § Sammansättning	6
18 § Fördelning av röster	6
19 § Beslutsmässighet samt yttrande- och förslagsrätt	6
20 § Tidpunkt och kallelse till förbundsårsmöte	7
21 § Ärenden vid förbundsårsmöte	7
22 § Motioner att behandlas vid förbundsårsmötet	8
23 § Utseende av ombud till RF-stämman, SISU-stämman samt SOK:s årsmöte	8
24 § Extra förbundsårsmöte	8
25 § Valberedningen	9
<b>4 Kap FÖRBUNDSSTYRELSEN</b>	<b>9</b>
26 § Sammansättning samt kallelse och beslutsmässighet	9
27 § Förbundsstyrelsens åligganden	10
28 § Prövningsrätt och bestraffning	11
<b>5 Kap REVISORER OCH REVISION</b>	<b>11</b>
29 § Revisorer och revision	11





<b>6 Kap SPECIALIDROTTSDISTRIKTSFÖRBUND (SDF)</b>	<b>11</b>
30 § SF-distrikt	11
31 § SDF:s namn och SDF-distriktets gränser	11
32 § Specialidrottsdistriktsförbund (SDF)	11
33 § SDF:s sammansättning	11
34 § SDF:s stadgar	12
35 § Revisorer och revision	12
<b>7 Kap FÖRENINGARNA</b>	<b>12</b>
36 § Medlemskap i förbundet	12
37 § Utträde samt uteslutning av förening	12
38 § Distriktstillhörighet	13
39 § Förenings rösträtt	13
40 § Förenings åligganden	13
41 § Medlemmar i förening	13



# 1 Kap GRUNDLÄGGANDE BESTÄMMELSER

## 1 § Ändamål

Svenska Förbundet för Funktionell Fitness (Swe3F), i dessa stadgar benämnt förbundet, har till uppgift att främja och administrera sporten funktionell fitness i Sverige på sådant sätt att den står i överensstämmelse med idrottens mål och inriktning enligt 1 Kap Riksidrottsförbundets (RF) stadgar samt att företräda denna idrott i utlandet. Förbundet och dess föreningar ska aktivt verka för en dopingfri idrott.

## 2 § Sammansättning

Förbundet består av regionala specialdistriktsförbund (SDF) samt de ideella föreningar som har upptagits i förbundet som medlemmar.

## 3 § Tillhörighet

Förbundet är anslutet till International Functional Fitness Federation (iF3).

## 4 § Beslutande organ

Förbundets beslutande organ är förbundsårsmötet, extra förbundsårsmöte och förbundsstyrelsen.

## 5 § Distriktsorgan

Ej applicerbart.

## 6 § Medlemskap

Varje ideell förening som uppfyller de i 36 § angivna villkoren kan genom beslut av förbundsstyrelsen, eller den som styrelsen har överlåtit sin beslutanderätt till, upptas som medlem i förbundet. Om föreningens utträde ur förbundet och om uteslutning stadgas i 37 §.

## 7 § Verksamhets- och räkenskapsår samt arbetsår

Förbundets verksamhets- och räkenskapsår omfattar tiden från och med den 1 januari till och med den 31 december. Förbundsstyrelsens arbetsår omfattar tiden från förbundsårsmötet till och med nästa ordinarie förbundsårsmöte.



## 8 § Stadgetolkning

Uppstår tvekan om den riktiga tolkningen av dessa stadgar, eller om fall förekommer som inte är förutsett i stadgarna, hänskjuts frågan till nästa förbundsårsmöte eller avgörs i trängande fall av förbundsstyrelsen. Förening eller enskild medlem har genom sitt medlemskap förbundit sig att i tvistefrågor inte väcka talan vid allmän domstol. Talan i tvist där parterna är enskild medlem, förening, SDF eller förbundet får inte väckas vid allmän domstol. Sådan tvist ska, utom i fall då annan särskild ordning är föreskriven i dessa stadgar eller RF:s stadgar, avgöras enligt 2 Kap. 8§ i RF:s stadgar.

## 9 § Stadgeändring

Förslag från förening om ändring av dessa stadgar ska skriftligen avges till förbundsstyrelsen senast den 31 december året före förbundsårsmöte. Förslaget och förbundsstyrelsens utlåtande i ärenden ska bifogas vid utsändning av möteshandlingarna. För beslut om stadgeändring krävs bifall av minst 2/3-delar av antalet angivna röster vid förbundsårsmöte.

## 10 § Upplösning av förbundet

För upplösning av förbundet krävs beslut härom med minst 2/3-delar av antalet angivna röster vid två på varandra följande förbundsårsmöten, hållna med minst ett års mellanrum.

# 2 Kap ALLMÄNNA BESTÄMMELSER

## 11 § Beslut

Med undantag för de i 9 § och 10 § nämnda fallen avgörs vid omröstning alla frågor genom enkel majoritet. För beslut i sakfrågor erfordras absolut majoritet. Med absolut menas mer än hälften av antalet angivna röster. Omröstningen ska ske öppet; dock ska val ske med slutna sedlar om röstberättigat ombud så begär. Likvärdig teknisk utrustning kan användas om mötet så beslutar. Vid omröstning som inte avser val ska vid lika röstetal gälla det förslag som biträds av ordföranden, om denne är röstberättigad. Är ordföranden inte röstberättigad avgör lotten. Vid val ska i händelse av lika röstetal lotten avgöra.

## 12 § Hedersledamot, adjungering av styrelseledamot m m

Förbundsårsmötet får, på förslag av en enig styrelse, utnämna enskild person till hedersledamot i förbundsstyrelsen. Förbundsstyrelsen får utse enskild person till adjungerad ledamot i styrelsen. Adjungerad ledamot har yttrande- och förslagsrätt men inte rösträtt.



### 13 § Arbetstagares valbarhet

Arbetstagare inom förbundet får inte väljas till ledamot av förbundsstyrelsen eller till revisor i dessa styrelser. Arbetstagare inom förening får inte väljas till ledamot av föreningens styrelse eller till revisor i föreningen. Arbetstagare inom RF:s och SISU Idrottsutbildarnas organisationer får inte vara revisor eller revisorssuppleant i förbund.

### 14 § Legitimationskort

Person verksam inom förbundet har fritt tillträde till tävling m m, som anordnas av en till förbundet hörande organisation, i enlighet med förbundsstyrelsens beslut.

### 15 § Tävlingsregler

För tävling i funktionell fitness gäller RF:s, IF3:s och Swe3F:s tävlingsregler. Beslut om ändring av Swe3F:s nationella tävlingsregler tas av förbundsårsmötet i den mån delegering till förbundsstyrelsen inte har skett.

### 16 § Sammansättning av styrelse m m

Förbundet och dess föreningar ska verka för att styrelse, valberedning, av förbundsstyrelsen tillsatta utskott, kommittéer m m får sådan sammansättning att jämställdhet mellan kvinnor och män nås och olika åldersgrupper blir representerade.

## 3 Kap FÖRBUNDSÅRSMÖTE

### 17 § Sammansättning

Förbundsårsmöte består av ombud för medlemsföreningarna. Ombud ska vara röstberättigad medlem i förening inom sitt SDF och får endast företräda en röst. Ombud får inte vara ledamot av förbundsstyrelsen. Vid val av ombud bör eftersträvas att bägge könen är representerade.

### 18 § Fördelning av röster

Förbundsårsmötet består av lika många ombud som medlemsföreningar. Varje ombud/förening har en röst.

### 19 § Beslutsmässighet samt yttrande- och förslagsrätt

Förbundsårsmöte är beslutsmässigt med det antal ombud som efter kallelse i vederbörlig ordning deltar i mötets beslut. Yttrande- och förslagsrätt tillkommer, förutom ombuden, svensk företrädare som är medlem av IF3:s styrelse, förbundsstyrelsens ledamöter inklusive hedersledamöter,



revisorerna, ledamöter i av förbundsstyrelsen tillsatta utskott och kommittéer, tjänsteman inom förbundet som adjungerats till mötet, samt motionär i vad avser egen motion. Yttranderätt tillkommer RF:s och SISU Idrottsutbildarnas representant, förbundets arbetstagare och med mötets enkla majoritet närvarande medlem i friidrottsförening. Vid förbundsårsmöte får representanter för förbundets medlemsföreningar närvara.

## 20 § Tidpunkt och kallelse till förbundsårsmöte

Förbundsårsmöte hålls årligen före utgången av april månad på tid och plats som förbundsstyrelsen bestämmer. Kallelse till förbundsårsmöte utfärdas av förbundsstyrelsen genom kungörelse i förbundets officiella kungörelseorgan senast tre månader före mötet. Förslag till föredragningslista för mötet, verksamhetsberättelse, årsredovisning, förbundsstyrelsens förslag till verksamhetsinriktning för den kommande perioden och övriga förslag samt inkomna motioner åtföljda av styrelsens yttrande, ska sändas till medlemsföreningar senast tre veckor före mötet samt inom samma tid hållas tillgängligt på förbundets hemsida.

## 21 § Ärenden vid förbundsårsmöte

Vid förbundsårsmötet ska följande ärenden förekomma:

1. Upprop av ombud, fullmaktsgranskning, fastställande av röstlängd.
2. Val av ordförande för mötet.
3. Val av sekreterare för mötet
4. Val av två protokolljusterare att jämte mötesordföranden justera mötesprotokollet.
5. Val av tre rösträknare
6. Fråga om mötets behöriga utlysande.
7. Fastställande av föredragningslista för mötet.
8. Behandling av verksamhetsberättelse och årsredovisning, för det senaste verksamhetsåret:  
a) Verksamhetsberättelse b) Årsredovisning c) Revisorernas berättelse
9. Fastställande av balans- och resultaträkning.
10. Fråga om ansvarsfrihet för förbundsstyrelsens förvaltning.
11. Behandling av verksamhetsinriktning för den kommande perioden, styrelsens förslag och motioner: a) Verksamhetsinriktning b) Styrelsens förslag c) Motioner som gets in i den ordning som sägs i 22 §.
12. Fastställande av medlemsavgift till förbundet.
13. Val av förbundsordförande, tillika styrelsens ordförande, för en tid av ett år.
14. Val av erforderligt antal övriga ledamöter för en tid av två år, enligt principen att tre ledamöter väljs vid förbundsårsmötet medan övriga tre har ett år kvar av mandattiden.
15. Val av två revisorer och personliga suppleanter, varav en ska vara auktoriserad eller godkänd, med uppgift att granska verksamhet, räkenskaper och förvaltning inom förbundet inom en tid av ett år.
16. Val av ordförande i valberedningen för en tid av ett år.



17. Val av fyra ledamöter i valberedningen för en tid av ett år.
18. Beslut om officiellt kungörelseorgan för förbundet.

Annat ärende än som ovan nämnts får ej behandlas på ordinarie förbundsårsmöte. Valbar är varje i Sverige permanent bosatt person som är röstberättigad medlem i till förbundet ansluten förening. Ledamot av förbundsstyrelsen är inte valbar som revisor eller revisorsuppleant. Om arbetstagares valbarhet stadgas i 13 §.

## 22 § Motioner att behandlas vid förbundsårsmötet

Motioner att behandlas vid förbundsårsmötet ska vara förbundsstyrelsen tillhanda senast den 1 februari. Rätt att lämna motion tillkommer föreningar.

## 23 § Utseende av ombud till RF-stämman, SISU-stämman samt SOK:s årsmöte

Ej applicerbart.

## 24 § Extra förbundsårsmöte

Förbundsstyrelsen får sammankalla extra förbundsårsmöte, om sådant möte behövs. Vidare är förbundsstyrelsen skyldig att kalla till extra förbundsårsmöte när det skriftligen med angivande av skäl begärts av föreningar som tillsammans representerar minst  $2/3$  av antalet röster enligt gällande röstlängd, eller av revisorerna. Detta möte ska hållas inom två månader efter det att begäran kommit förbundet tillhanda. Underlåter förbundsstyrelsen att inom 14 dagar kalla till extra förbundsårsmöte får de som krävt mötet kalla till detta. Kallelse och föredragningslista översänds på samma sätt som enligt 20 § senast sju dagar före mötet.

Vid extra förbundsårsmöte får föredragningslistan endast upptaga följande ärenden:

1. Upprop av ombud, fullmaktsgranskning, fastställande av röstlängd.
2. Val av ordförande för mötet.
3. Val av sekreterare för mötet.
4. Val av två protokolljusterare att jämte mötesordföranden justera mötets protokoll.
5. Val av tre rösträknare.
6. Fråga om mötets behöriga utlysande.
7. Av förbundsstyrelsen väckt förslag.
8. Fråga som väckts av röstberättigad förening.

Extra förbundsårsmöte får inte äga rum under tid då RF-stämman och SISU-stämman pågår.



## 25 § Valberedningen

Valberedningen ska bestå av ordförande och två övriga ledamöter, valda av förbundsårsmötet. Antalet övriga ledamöter ska vara lika fördelat mellan könen och olika åldersgrupper ska vara representerade. Valberedningen utser bland sina ledamöter vice ordförande. Valberedningen sammanträder när ordföranden eller minst halva antalet ledamöter så bestämmer.

Valberedningens ordförande ska senast den 30 november året före förbundsårsmötet skriftligen fråga dem, vilkas mandatid går ut vid förbundsårsmötet, om de är villiga att kandidera för den kommande mandatperioden. Senast den 15 december ska valberedningens ordförande på förbundets hemsida offentliggöra vilka av de tillfrågade som avböjt kandidatur.

Föreningar och SDF har rätt att senast den 10 januari föreslå kandidater för valen under 21 § punkterna 13-15. Senast tre veckor före förbundsårsmötet ska valberedningens ordförande på förbundets hemsida offentliggöra sitt förslag beträffande varje val enligt 21 § punkterna 13-15 samt meddela namnen på de kandidater som i övrigt nominerats.

Valberedningen ska i sitt arbete fortlöpande följa verksamheten inom förbundsstyrelsen. Innan kandidatnominering påbörjas för val enligt 21 § punkterna 13-15 ska valberedningen muntligen presentera sitt förslag beträffande de val som ska förekomma samt meddela namnen på de kandidater som i övrigt nominerats.

Den som ingår i valberedningen får inte obehörigen yppa vad vederbörande i denna egenskap fått kännedom om. Valberedningens beslut ska protokollföras och efter förbundsårsmötet ska protokollet överlämnas till förbundsstyrelsen.

## 4 Kap FÖRBUNDSSTYRELSEN

### 26 § Sammansättning samt kallelse och beslutsmässighet

Förbundsstyrelsen är, när förbundsårsmötet inte är samlat, förbundets beslutande organ. Styrelsen består av ordförande samt fem övriga ledamöter valda av förbundsårsmötet. Styrelsen ska bestå av kvinnor och män, där båda könen bör vara företrädda med minst två ledamöter. Det ankommer på valberedningen att arbeta för detta. Härutöver får den hos förbundet anställda personalen utse en ledamot och en personlig suppleant att ingå i styrelsen. Suppleant inträder vid förfall för ordinarie ledamot. Vid de tillfällen då någon svensk företrädare är medlem av IF3:s styrelse så ska han eller hon också automatiskt ingå i förbundsstyrelsen oaktat om han eller hon är vald av förbundsårsmötet.

Styrelsen utser inom sig vice ordförande och tillsätter sekreterare. Styrelsen sammanträder när ordföranden eller minst halva förbundsstyrelsen så begär. Förbundsstyrelsen är beslutsmässig när samtliga ledamöter har kallats och minst halva antalet är närvarande. Vid lika röstetal har ordföranden utslagsröst. Röstning får inte ske genom fullmakt.



Om ordföranden finner det erforderligt kan dock brådskande ärende avgöras genom skriftlig omröstning eller vid telefonsammanträde. Sådant beslut ska anmälas vid det närmast därefter följande sammanträdet

Styrelsen får tillsätta tillfälliga utskott, kommitté eller annan arbetsgrupp för visst ändamål. Styrelsen kan delegera sin beslutanderätt i visst ärende till utskott, kommitté, arbetsgrupp, enskild styrelseledamot eller anställd. Den som fattar beslut med stöd av bemyndigande enligt föregående stycke ska regelbundet underrätta styrelsen härom.

## 27 § Förbundsstyrelsens åligganden

Det åligger förbundsstyrelsen bland annat att:

1. bedriva sin verksamhet enligt dessa stadgar och förbundsårsmötets beslut samt verka för funktionell fitness utveckling inom Sverige, att företräda idrotten funktionell fitness, tillvarata förbundets intressen och härvid följa utvecklingen inom idrotten utomlands och delta i det internationella samarbete på sportens område,
2. övervaka efterlevnad av RF:s och SISU:s och SOK:s och förbundets stadgar och i vederbörlig ordning utfärdade regler samt IF3:s stadgar. Förbundet ska upprätta plan för antidopingarbetet och aktivt arbeta för en dopingfri verksamhet inom förbundet och anslutna föreningar,
3. samarbeta med myndigheter och organisationer som stödjer förbundets verksamhet samt marknadsföra funktionell fitness hos myndigheter, massmedia och allmänhet,
4. följa och stödja verksamheten inom SDF och föreningarna,
5. avge vederbörliga rapporter och yttranden,
6. upprätta verksamhetsberättelse och årsredovisning, samt verksamhetsplan och budget, utarbeta och bereda förslag, verksamhetsinriktning enligt 21 § i dessa stadgar m m att föreläggas förbundsårsmötet samt tillse att av förbundsårsmöte fattat beslut verkställs så snart som möjligt,
7. handha och ansvara för förbundets medel och material samt vidta lämpliga åtgärder för att stärka förbundets ekonomi.
8. utse arrangörer för förbundets tävlingar och svara för deras genomförande enligt gällande tävlingsregler, godkänna internationella tävlingar samt besluta om riktlinjer för svenskt deltagande i tävling utomlands,
9. beslut om utdelning av förbundets utmärkelser,
10. upprätta röstlängd för förbundsårsmöten,
11. enligt av Riksidrottsstyrelsen (RS) utfärdade anvisningar pröva och avgöra fråga om anslutning av förening som medlem i förbundet och uteslutning av förening ur förbundet,
12. på begäran av RS lämna sådana upplysningar som krävs av RF:s stadgeenliga uppgifter, samt på begäran av Riksidrottsnämnden (RIN) avge yttrande till nämnden
13. föra protokoll, handha och ansvara för förbundets medel och tillgångar samt





14. i övrigt sköta löpande ärenden och fullgöra de skyldigheter som enligt dessa stadgar ankommer på förbundsstyrelsen.

## 28 § Prövningsrätt och bestraffning

Förbundsstyrelsen utövar prövningsrätt enligt 14 och 15 Kap RF:s stadgar. Med stöd av 14 Kap 8 § första stycket RF:s stadgar förbehålls styrelsen bestraffningsrätten i ärenden som avser förseelser begången i samband med landskamper, mästerskapstävlingar av rikskaraktär och officiell utlandsrepresentation samt vid sammankomster anordnade av förbundet. Övriga bestraffningsärenden handläggs i första instans av vederbörande SDF. Vid brott mot dopingreglerna gäller för ledare, tränare, aktiv eller annan förbundsfunctionär återbetalningsskyldighet av under året erhållna bidrag.

## 5 Kap REVISORER OCH REVISION

### 29 § Revisorer och revision

Förbundets verksamhet, förvaltning och räkenskaper ska revideras av minst en auktoriserad eller godkänd revisor. Förbundsstyrelsens räkenskaper och övriga handlingar överlämnas till revisorerna senast en månad före förbundsårsmötet. Handlingarna ska efter verkställd revision vara förbundsstyrelsen till handa senast 14 dagar före förbundsårsmötet.

## 6 Kap SPECIALIDROTTSDISTRIKTSFÖRBUND (SDF)

### 30 § SF-distrikt

Ej applicerbart.

### 31 § SDF:s namn och SDF-distriktets gränser

Ej applicerbart.

### 32 § Specialidrottsdistriktsförbund (SDF)

Ej applicerbart.

### 33 § SDF:s sammansättning

Ej applicerbart



## 34 § SDF:s stadgar

Ej applicerbart.

## 35 § Revisorer och revision

Ej applicerbart.

# 7 Kap FÖRENINGARNA

## 36 § Medlemskap i förbundet

Ideell förening får efter skriftlig ansökan upptas som medlem i förbundet om nedanstående villkor är uppfyllda:

1. Ansökan om medlemskap är upprättad enligt RF:s anvisningar och är åtföljd av föreningens stadgar och uppgift om föreningens organisationsnummer.
2. Föreningen har på sitt program sådan idrottslig verksamhet som administreras av förbundet.
3. Föreningen har förbundit sig att i sin idrottsliga verksamhet tillämpa de principer på vilka RF:s normalstadgar för idrottsförening bygger.
4. Föreningens namn inte är olämpligt eller kan förväxlas med en till RF redan ansluten förening.
5. Föreningen har betalat de avgifter som i vederbörlig ordning har bestämts.
6. Föreningen har förbundit sig att aktivt verka för dopingfri friidrott.

Lämnas föreningens ansökan utan bifall får föreningen överklaga beslutet hos RS enligt reglerna i 15 Kap RF:s stadgar.

## 37 § Utträde samt uteslutning av förening

Förening som önskar utträda ur förbundet ska skriftligen anmäla detta. Har föreningen inte betalat föreskrivna avgifter bestämmer förbundsstyrelsen om de ska betalas eller ej. Förening som inte har betalat årsavgift under två på varandra följande år får anses ha begärt sitt utträde. Utan att anmälan om utträde föreligger får förening uteslutas om den trots påminnelser underlåter att följa vad som föreskrivs i dessa stadgar eller RF:s stadgar. Förening får också uteslutas om den har underlåtit att rätta sig efter beslut som i vederbörlig ordning har fattats av förbundet, SDF eller RF, eller annars påtagligt har motarbetat förbundets intressen. Frågan om uteslutning får inte avgöras förrän föreningen fått tillfälle att yttra sig inom viss av förbundsstyrelsen angiven tid. I beslut om uteslutning ska skälen härför redovisas samt anges vad den uteslutna föreningen ska iakttä för överklagande av beslutet. Beslut om uteslutning får överklagas hos RS enligt reglerna i 15 Kap RF:s stadgar.



## 38 § Distriktstillhörighet

Förening tillhör dels de SF-distrikt inom vars område föreningens hemort är belägen och dels det DF inom vilket föreningens hemort är belägen.

## 39 § Förenings rösträtt

Om förenings rösträtt vid SDF-årsmöte föreskrivs i SDF:s stadgar.

## 40 § Förenings åligganden

Förening ska:

1. följa RF:s och Swe3F:s stadgar, tävlingsbestämmelser, övriga bestämmelser och beslut fattade av överordnat idrottsorgan,
2. aktivt verka för en dopingfri friidrott,
3. årligen betala årsavgift och avge rapporter som begärs av vederbörande förbund,
4. föra räkenskaper och upprätta verksamhetsberättelse med resultat- och balansräkningar, föra protokoll vid årsmöten, andra föreningsmöten och styrelsens sammanträden samt föra medlemsförteckning,
5. hålla årsmöte och härvid, efter verkställd revision, besluta om ansvarsfrihet för styrelsens förvaltning, samt
6. på begäran av RS eller vederbörande DF-styrelse ställa föreningens handlingar till förfogande samt på begäran av Swe3F- eller SDF-styrelse ställa till förfogande de handlingar som krävs för bedömning av föreningens verksamhet såsom medlem i förbundet.

## 41 § Medlemmar i förening

Enskild person upptas som medlem i föreningen efter ansökan. Ansökan behöver inte bifallas, om det kan antas att sökanden kommer att motarbeta föreningens intressen eller ansökan avser medlemskap i förening, där medlemmarna har intressegemenskap (t ex korporationsklubb, handikappidrottsförening eller nykterhetsförening) och sökanden inte ingår i gemenskapen. Medlem får inte uteslutas av annan anledning än att medlemmar har försummat att betala stadgade avgifter till föreningen, motarbetat dess verksamhet eller ändamål, brutit mot föreningens stadgar eller annars uppenbart skadat föreningens intressen. Beslut om vägrat medlemskap eller om uteslutning ska fattas av föreningsstyrelsen och får av den berörda överklagas enligt reglerna i 15 Kap RF:s stadgar. Medlem har rätt att delta i föreningens idrottsliga verksamhet under de former som är vedertagna inom idrotten och på samma villkor som gäller för övriga medlemmar. Medlem får inte delta i tävling eller uppvisning utan medgivande av föreningsstyrelse eller, om denna så har bestämt, av sektionstyrelse. För deltagande i tävling eller uppvisning utanför Sverige gäller de regler som Swe3F har utfärdat. Är arrangören inte ansluten till Swe3F får medlem delta endast om förbundet har godkänt deltagandet.