

Bilagan är tänkt som ett inspirationsdokument till den motion som inlämnats, bilagan är således inte en del av motionens yrkande.

Vision för Svensk Aikido 2031

Svensk Aikido är en livslång träningsväg där människor i alla åldrar utvecklar kropp och sinne.

Vi är en synlig, växande budokultur med jämställd medlems bas, stark ungdomsrörelse och ett internationellt erkännande för kvalitet, hälsa och gemenskap.

Långsiktiga effekter vi vill uppnå

1. Aikido som folkhälsokraft

Aikido ska uppfattas som en träningsform som:

- stärker kroppen utan att slita på den
- förbättrar balans och rörlighet i alla åldrar
- förebygger fallolyckor och stärker livslängden
- reducerar stress och stärker psykiskt välmående

Aikido = Mental och fysisk hälsa i balans.

2. Jämställd och breddad medlems bas

2031 ska könsfördelningen vara **50/50**.

Aikido ska vara lika naturligt för kvinnor och flickor som för män och pojkar – med kvinnliga instruktörer synliga, hörda och representerade.

Aikido ska vara sportens tryggaste rum – utan prestationstvång, med fokus på utveckling, inte rang.

3. Stark ungdomsgenerering

Ungdomar är navet — här sker störst tillväxt.

- Aikido ska finnas i skolor, idrottsdagar och fritidsgårdar
- Vi bygger mentorskap: **äldre tränar yngre, yngre lyfter äldre**
- Målet: fler unga som stannar > 5 år och fortsätter som instruktörer

Ungdomssektionen blir motorn som driver framtiden.

4. Den tredje pelaren — Aikido 65+

Vi etablerar Aikido som en **falltryggande senioraktivitet** med samhällsvärde.

- Låg tröskel
- Fokus på balans, koordination och säker rörelse
- Samarbete med kommuner, vårdcentraler, PRO och fysioterapeuter

Detta öppnar en helt ny medlemsgrupp och stärker samhällsrelevansen.

5. En nationell identitet och synlighet

Svensk Aikido ska framstå som:

Humanistisk kampkonst – inte våld, utan möte

Traditionsburen – rotad i etik, respekt och kroppskontroll

Modern och levande – med digital närvaro och unga röster

Vi är japansk kultur i rörelse — i Sverige.

Mätbara långsiktsmål

Område	Nuläge	Mål
Antal utövare	3080	6000+
Andel kvinnor	38,6 %	50 %
Seniora medlemmar	Lågt /okänt	800+
Klubbantal	90	120
Antal ungdomsinstruktörer	~?	2x ökning
Lokala skol- & kommunprojekt	Enstaka	50+ aktiva samarbeten