

Förbundsstyrelsens svar på motionen från KFUK-KFUM Uppsala aikidoklubb

KFUK-KFUM Uppsala aikidoklubb har två yrkande i sin motion.

Yrkande 1:

Att Svenska Aikidoförbundet skall ta fram en broschyr med information om:

- Träning under graviditet
- Träning efter födsel
- Kroppsliga förändringar relaterat till graviditet och födsel

Dessutom ska broschyren innehålla information om:

- Fysiska skillnader mellan kvinnor och män
- Vilka kroppsdelar som kvinnor respektive män behöver stärka för en hållbar aikidoträning

Yrkande 2:

Att Svenska Aikidoförbundet tar fram information om kvinnliga förebilder inom aikido. Detta material kan med fördel läggas på hemsidan.

Svar till Yrkande 1:

Det här är ett digert arbete som kräver specialkompetens inom området. Denna kompetens saknas i befintlig styrelse. För att genomföra detta uppdrag utanför styrelsen krävs en arbetsgrupp där förbundet anlitar konsulter inom hälsa, sjukvård med specialkompetens inom området. Ett sådant arbete torde kräva en hel del finansiella medel. Styrelsen ser inte att det finns medel till detta inom ramen för årets budget. Möjlig väg att gå skulle vara att söka extern finansiering genom bidrag från RF.

Styrelsen har istället funnit att en sådan broschyr redan finns, "Kvinnor & Träning". Detta är ett häfte på 80 sidor producerat och utgivet av SISU Idrottsböcker som är en del av RF och Idrottsrörelsen. Det publicerades 2017 och är baserad på forskning kring vad som är viktigt att veta om den kvinnliga kroppen och hur den påverkas av träning. Häftet är framtaget för att ge råd både till kvinnor som vill optimera sin träning och till tränare som vill lära sig mer om träning för kvinnor inom såväl motions- som elitidrott. Råd för en hälsosam träning utan att riskera kvinnospecifika hälsorisker eller idrottsskador och därmed kunna träna under hela livet. Områden såsom menstruation, p-piller, graviditet och träning efter förlossning behandlas.

Där finns också en litteraturlista med tips till den som vill fördjupa sig mer i ämnet.

Häftet finns att beställa på www.sisuidrottsbocker.se eller via e-post: kundtjanst@sisuidrottsbocker.se och kostar 150 kr + frakt.

Styrelsen har tagit del av häftet och den lekmanmässiga bedömningen är att det håller mycket hög kvalitet och att de frågorna som motionen berör finns adresserade i denna skrift.

Svar till Yrkande 2:

Information om kvinnliga förebilder inom aikido på hemsidan. Förbundsstyrelsen initierade under 2019 ett arbete med att presentera Svenska Aikidoprofiler på förbundets hemsida. Styrelsen har vänt sig till alla medlemsklubbar med en önskan att inkomma med underlag till detta. Styrelsen har skapat en mall och förslag till frågeformulär. Inom ramen för detta finns stora möjligheter för klubbarna att lyfta sina kvinnliga förebilder.

Med detta anser styrelsen motionen besvarad.