



IF FRAM

Verksamhetsberättelse 2020





ORGANISATION 2020

Styrelsen IF Fram

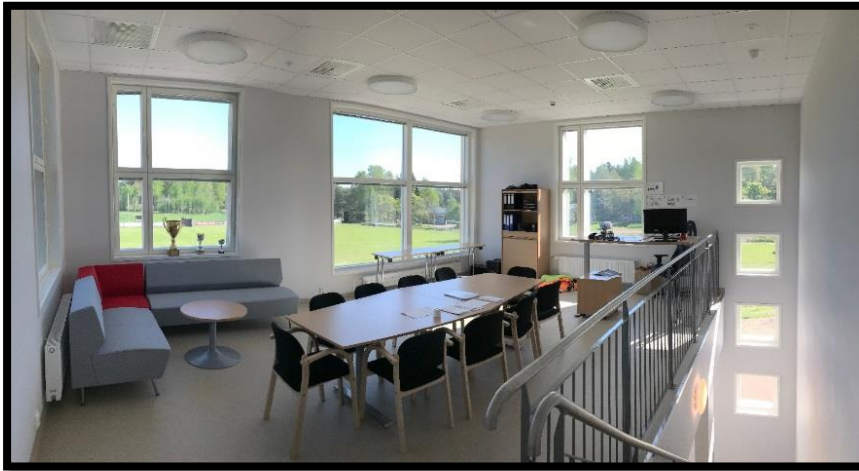
IF Fram leds av styrelsen som väljs på våren vid föreningens årsmöte.

Under senaste året har följande personer ingått i styrelsen

Ordförande
Vice ordförande
Sekreterare
Ledamöter

Suppleanter

Henrik Rosenberg
 Monika Mattsson
 Kristian Karlsson
 Johanna Fellman, Jens Lindholm,
 Marika Holmström, Fredrik
 Björklund, Sandra Österberg
 Maria Sjöström och Katarina Tammi



FÖRORD

När vi snart lägger verksamhetsåret 2020 bakom oss, så är det i form av det märkligaste året på mycket länge. En pandemi har ändrat vårt sätt att leva, och vårt sätt att kunna bedriva idrottsverksamhet. Glädjande nog har vi ändå kunnat fortsätta ge möjligheter för barn- och ungdom att syssla med allt det viktiga som idrotten har att ge!

Trots en del pauser i träningsverksamheten, så har man hittat nya vägar att träna, och att mötas. Vi har startat nya grupper inom fotboll och innebandy. Vi har arrangerat fotbollsskola, företagscup i fotboll, poolspel och deltagit i innebandyns seriespel. Orienteringen hittade nya innovativa sätt för att bedriva sin idrott. Nya barn har hittat skidåkning genom "skidkul" och volleybollträningarna har fortgått.

Nya ledare har engagerat sig inom föreningen, och även deltagit i ledarutbildningar. Det är något IF Fram verkligen uppmuntrar och förstås stöder ekonomiskt, så att vi framledes har kunniga ledare för alla barn och ungdomar.

Året har även fört med sig idrottsframgångar, då exempelvis Jenny Fellman har tagit skidskyttesatsningen vidare till Oslo i Norge för träning med det privata teamet Holmenkollen Biathlon. Jenny deltog under förra vintern i världscupen i skidskytte, IBU-cup och EM i skidskytte i Minsk!

Inom fotbollen har 16-årige Vincent Emretsson blivit antagen till Gefle IF:s akademi, och bedriver just nu studier vid NIU fotbollsgymnasium i Gefle.

Vi gläds med framgångarna, och är stolta över att kunna vara med och stötta talanger i deras fortsatta satsningar inom sina idrotter.

Ekonomiskt har vi det fortfarande stabilt, men ser förstås utmaningar inför framtiden i pandemins spår. Ett hårt jobb kommer att behöva göras för att även i framtiden kunna säkerställa vår verksamhet, och därigenom barn- och ungdomars fritidssysselsättning. Jag är dock säker på att vi kommer att klara av det, med tanke på alla de engagerade personer som gör ett stort jobb för föreningen!

Jag kan inte nog tacka dem för de arbete dom gör på deras egen fritid och utan egen vinning.

Som tidigare år vill jag rikta ett stort tack till styrelsen, verksamhetsledaren, alla ledare, föräldrar, aktiva, sponsorer samt Saltviks Kommun som på ett förtjänstfullt sätt arbetat, tränat, presterat och på alla sätt bidragit till föreningen Frams utveckling under verksamhetsåret 2020, och som gör att vi med tillförsikt kan se fram emot ett lika framgångsrikt idrottsår 2021. TACK!

Henrik Rosenberg

Ordförande, IF Fram r.f.

PRISTAGARE 2020

Fotboll

Samtliga spelare i IF Fram Fotboll tilldelas ett intressepris i form av en medalj. Övriga priser enl. nedan.

VANDRINGSPRISER

Årets kamratpris	Benjamin Toivonen
Årets framsteg	Ella Eklund
Årets kämpe	Noel Sjölund
Årets Lirare & junior	Hela laget
Årets Lag	P/F 08–09

LEDARPRISER

IFFK vandringspris
En ledare som alltid ställer upp Sofia Sundström

Sunds IF: s vandringspris

Årets ledare Maria Johansson

Richard Danielssons ledapris

Årets ledare Fredrik Björklund

Innebandy

HERRAR

Årets comeback	Daniel Holmén
Årets herrspelare	Marcus Karlsson

ÅK. 1–6

Samtliga spelare tilldelas ett intressepris i form av en medalj

IF Fram Talanggrupp 2020

Vincent Emretsson	Fotboll
Jenny Fellman	Skidning
Linn Gustafsson	Friidrott





FOTBOLLSEKTIONEN

Sammanfattning

Syftet med IF Fram Fotboll är att så många som möjligt ska ha möjligheten och chansen att få prova på fotboll, både pojkar och flickor. Vårt mål är att ha ett lag i varje årskull. Vi vill skapa ett sammanhang där barnen ska trivas och det viktigaste är att de har roligt!

Året 2020 var som bekant ett väldigt speciellt år, med en pågående pandemi, som gjorde att vi fick anpassa oss till en ny situation på många sätt. Träningarna för våra grupper har i stort kunnat bedrivas hela året, dock med hänsyn till restriktioner. Poolspel och vinterserierna har fått flyttas om och anpassats för att minimera risker för spridning, men har trots allt kunnat genomföras, vilket vi är jätteglada för!

För tredje året i rad arrangerade sektionen Företagscupen i Rangsby. 10 lag fick vi ihop trots pandemin, och dagen blev mycket lyckad. IF Fram arrangerade även S-Market Fotbollsskola tillsammans med IFFK och FC Åland. Läs mer om dessa evenemang på nästa sida.

Sektionen vill ta tillfället i akt och tacka alla som ideellt arbetar i sektionen och lägger ner sin tid och energi i barnen och fotbollen. Ni är ovärderliga!



IF FRAM FOTBOLL

Sektionsansvarig

Marika Holmström

Antal lag

4 st.

Antal spelare

55 st.

Antal tränare

10 st.



SPONSORER 2020

Renhållningen

Ömsen

Måleri A. Sorsa

Saltviks församling

Ålandsbanken

Plåtslageri K. Björling

Roland Nylund Taxi

Konsens Hus Ab

Godbygg Ab

Just Fix It

Hebo Rör

Emretssons Byggprodukter

Optionva

Ålands Budbilsservice

Byggkontroll Ab

Kuhlmans Åkeri

Ålands Skogsindustrier

Profilhuset

Eriks Glas

Eckerö Linjen

Matkroken

Skaala

Orkla

Komforthus Ab

Team Sportia

Viking Line

Byggservice Wårdö

Ålandsbagarn

S-Market fotbollsskola

Under sommaren 2020 arrangerade IF Fram S-Market fotbollsskola tillsammans med IF Finströmskamrater och FC Åland på Markusböle i Finström, för tredje året i rad.

Under årets fotbollsskola deltog det nästan 100 barn som var födda mellan 2007–2015. Vi hade 12 duktiga ledare som ledde engagerade barn mellan 23 - 25 juni under sommarens varmaste dagar.



Många pauser i vattenspridarna, och påfyllning av vatten i skuggan blev det, mellan lekar, övningar och många skratt.

Nästa år kör vi igen!



Företagscupen 2020

Den 5 september 2020 arrangerades Företagscupen i fotboll på Rangsby för tredje året i rad. Till årets turnering anmälde sig tio företag vilket vi är glada för med tanke på pandemin. Turneringen spelades på mindre planer och 5 vs 5.



Ettan och tvåan i de två grupperna gick vidare till varsin semifinal. Semifinalerna spelades:

Åland Hotels – Ålandsbanken 2 – 0

Ålands Björntjänster – Blåljusen 4 - 2

Finalen blev en mycket spännande och målsnål historia, där slutresultatet blev:

Åland Hotels – Ålands Björntjänster 0 - 1

Turneringen var väldigt uppskattad och vi tror den kommer att locka ännu fler lag tills nästa år, om omständigheterna tillåter





POJKAR & FLICKOR 15 – 16

I maj 2020 samlades upp emot 20 förväntansfulla och till viss del nervösa 5 och 6-åringar på Rangsby's välklippta gräsmatta för sin första fotbollsträning någonsin. Efter 60 intensiva, något röriga, men lekfulla minuter konstaterade majoriteten av barnen att träningen hade varit väldigt rolig och ville komma upp igen på nästa träning. De följande träningarna fortsatte i det lekfulla temat där fokus från ledarrhåll varit att se till att barnen har roligt, därför har vi ofta blandat lek utan boll kombinerat med fotbollsövningar anpassade för barn i denna åldersgrupp. Efter varje träning brukar vi fråga vad som varit roligast och svaren varierar mellan "spela match" och "under hökens alla vingar kom". Successivt under året har vi kunnat öka svårighetsgraden på träningarna och lägga till nya övningsmoment med boll inblandat. Det har varit väldigt roligt att se hur snabba barnen varit på att förstå övningarna och förstås även se deras utveckling under året.

Av förståeliga skäl är det inte alltid helt enkelt för barn i denna ålder att unisont hålla fokus, men med ledorden "Snälla – Lyssna – Stilla" som vi använder inför varje träning så har barnen varit väldigt duktiga på att vara snälla med varandra, lyssna när ledarna pratar, och vara stilla när ledarna förklarar övningarna.



Glädjande nog kan vi konstatera att när denna verksamhetsberättelse skrivs i februari månad så är fortfarande upp emot 20 barn registrerade i gruppen och på varje träning i Ödkarbyhallen dyker mellan 12 - 16 barn upp.

För det kommande året finns möjlighet för barnen att spela sina första matcher mot ett annat lag, vilket många barn ser mycket fram emot. Vi hoppas att det stora fotbollsintresset från barnen håller i sig.

Stort tack till Rickard & Sanna Taskinen som ställt upp som hjälpledare under året och till de föräldrar som med jämna mellanrum hoppat in och hjälpt till under träningarna.

Fredrik Björklund

Pojkar 2011/2012

Under 2020 tränade laget på vid Rangsby och vintertid i Ödkarbyhallen. Vi var ungefär 10 aktiva killar under året, som deltog i vinterserien och poolspellet. Bland annat arrangerade vi ett poolspel vid Rangsby under hösten, som blev mycket lyckat med många lag och vackert väder. Trots lite återbud dagarna före kunde vi ställa upp med ett lag, som gav allt varje sekund på planen.

Efter att ha tränat ihop under 2020, kommer laget att slå ihop sig med IFFK vid årsskiftet, och ingå i en större grupp med jämnåriga spelare. Där kommer småningom Alandia Cup att hägra för laget, med 8-mannaspel och nya roliga erfarenheter!



Laget

Ledare i laget var Josef Fagerholm, Vivecka Karlsson, Johan Granlund och Patrick Palmu

Spelare 2020: Pontus Andersson, Melker Bergman, Theo Fagerholm, Alexander Holmström, Manuel Lampela, Adrian Mörn, Adrian Palmu, Vincent Palmu, Neo Bryggman, Zeb Bryggman, Adam Granlund, Emil Johansson



FLICKOR 2010 – 12 & 2013 - 15

IF Fram / IFFK

Att 2020 inte riktigt blev som vi hade tänkt oss, med inställda träningar både inomhus och sedan utomhus på sommaren, blev verklighet för oss alla.

I augusti kom så säsongen igång igen på riktigt och ett ivrigt gäng med tjejer dök upp på första träningen. Till vår stora glädje även ett större gäng än på våren! Som mest har vi varit ca. 20 spelare på flertalet träningar, superkul tycker vi! Innan det var dags att avsluta utomhus säsongen hann vi med att träffa spelare från Åland United, en omgång poolspel samt avslutningsmatch mot föräldrarna!

Under vintern har tjejerna deltagit i två omgångar av vinterserien. Nytt för i år var att vi endast anmälde det äldre gänget. Där ca 12 tjejer ingår.

Nytt från 2020 var även att vi delade in tjejerna i 2 grupper. Där den äldre gruppen (2010 - 2012) tränade i en grupp, samt tjejerna födda (2013 – 2015) tränade i en grupp. Detta var något som uppskattades mycket av tjejerna.



Nu ser vi fram emot ett nytt, förhoppningsvis bättre fotbollsår, där mycket spännande väntar. Tex ett deltagande i Alandia Cup i juni, samt träningar två gånger per vecka under sommaren.

Tjejerna tränar onsdagar kl. 17.30 - 18.30 i Godbyhallen under vintern, och från April/Maj tränar vi tisdagar och onsdagar kl. 18 - 19.30 i Markusböle.

Tränar laget gör Maria Johansson med hjälp av Charlotte Jonnerby och Celine Westin

POJKAR OCH FLICKOR 08 - 09

IF Fram / IFFK

Laget har under året spelat poolspel samt vinterserie, och har under året har ställt upp med två lag på alla utomhusmatcher och tre lag vid inomhusmatcherna. Vi tränar torsdagar i Godbyhallen och söndagar på Vikingavallens konstgräs, där mycket av vårt fokus ligger på att utveckla bollkontroll samt anfallsspel.

Utöver att träna och spela fotboll hittar vi på andra saker tillsammans som till exempel lasertag, titta på Åland Uniteds matcher, FC Ålands matcher samt DUV är lite av det vi har hittat på. Tyvärr har vi inte kunnat spela cuper då pandemin har ställt till det under 2020. Så nu håller vi alla tummar vi kan för att 2021 ska bli ett bättre år på alla plan!

Fotboll! Den som har roligast vinner!

Jesper, Sofia, Robert och Dan



Spelare 2020: Anton Bromels, Oscar Eklund, Lucas Häggblom, Emil Jansson, Petter Johans, Samuel Koskinen, Mark Lampela, Ville Andersson, Ella Eklund, Linus Eriksson, Lucas Henriksson, Robin Jonnerby, Patrik Kallismaa, Devin Mattsson, Konrad Sarling, Filip Semenov, Milian Sjölund, Noel Sjölund, Benjamin Toivonen, Albin Verho, Oliwer Öhberg

Lagledare och tränare: Dan Jansson, Sofia Sundström, Jesper Henriksson, Robert Johans, Magnus Sundlöf



FC ÅLAND



Föreningen har utvecklats även detta år. Vi har lyckats få en projektanställning för en verksamhetsutvecklare som tillsammans med sportchefen ska ta föreningen framåt. finansieringen för denna tjänst är till stora delar självfinansierande, genom att verksamhetsutvecklaren håller i olika evenemang som korpen, futsalserien och inomhuscupen. Utöver detta lyckas få in nya sponsorer och andra intäktskällor. De stora arbetsområdena för verksamhetsutvecklaren är det administrativa inom föreningen och juniorfotbollen, hur vi kan förbättra den och hjälpa ägarföreningarna att växa.

Pandemin har satt sina spår men vi lyckades ändå komma till seriespel i Finland. Istället för spel i Sverige har lagen spelat olika turneringar och serier på Åland och i Finland. Trots alla restriktioner har vi lyckats ha verksamhet nästan hela året och tränat på väldigt flitigt. Vi har anordnat fotbollsskola och regionträningar, vårt fokus har varit "glädje, skratt och gemenskap i med- och motgång."



FC Åland Herrar

Herrarna spelade i division 3 och man lyckades återigen hålla sig i toppen under hela säsongen.

Endast en poäng skiljde sig till Peimari UTD som vann serien. Laget bestod endast av åländska spelare och vi ser det som en viktig grund att hålla laget lokalt så långt det går.

Herrarna lyckades vinna både Inomhuscupen och Åländska Futsalserien.

Farmaravtal skrevs med IFK Mariehamn och detta resulterade i ett gott samarbete under året. FC Åland skickar sina spelare på träningar med ligalaget. En erfarenhet som är mycket bra för de spelare som satsar på fotbollen. IFK skickar spelare för speltid i division 3 vid behov vilket är bra speciellt de matcher vi har tunnare trupp.

Värt att notera är att vi lyckades få självaste Daniel Sjölund att ansluta till FC Åland som spelare.



FC Åland U19

U19 laget startades för att locka tillbaka många av våra spelare som slutat genom åren. U19 spelade i Ålandsserien där man hade otroligt roligt och fick många bra matcher. Utöver matcherna tränade man på flitigt under våren och sommaren.

FC Åland P05

P05 slogs ihop med IFK Mariehamns P05. Under sommaren anslöt även Jomalas P05 så det blev ett samarbetslag mellan tre olika föreningar.

Laget kunde inte spela i Upplandsserien på grund av pandemin men fick spela i lokal serie samt åka på Helsinki Cup där laget gjorde väldigt bra ifrån sig.

Värt att notera är att Alexander Hellsten började träna med Herrarna en gång i veckan och visat prov på stor mognad och kvalitet.



FC Åland P07/08

Vid ingången av år 2020 så bestod laget av 17 spelare och antalet var samma vid utgången av året.

Vår största målsättning är att hålla kvar så många spelare som möjlig fram till senioråldern och för året 2020 har vi bevisligen uppfyllt detta mål.

Planen var att vi skulle delta i Upplandsserien för pojkar-13. Alla matcher va bokade och klara men en pandemi satte stopp för allt.

Under våren blev det mest träning (lagträningar 2 ggr/vecka och regionträningar 1ggr/vecka), men vi hade en hel del miniturneringar och träningsmatcher mot andra åländska lag i samma åldersgrupper.

Laget deltog även med två lag i Åländska Futsalserien.

I augusti hade laget även en trevlig lagträff med klättring och bastubad på Flow Park i Vårdö.



Organisationen

FC Ålands styrelse bestod av Kennet Berndtsson (ordförande), Robert Andersson (viceordförande),

Tommy Wirtanen, Caroline Liewendahl, Johan Danielsson, Rezgar Amani, Sverker Sirén och Rebecka Renfors.

Styrelsen vill tacka ägarföreningarna (IFFK, SIF och IFF) och alla sponsorer som gör det möjligt att bedriva denna viktiga verksamhet för norra Åland. Styrelsen vill samtidigt tacka för förtroendet och ser fram emot säsongen 2021

INNEBANDYSEKTIONEN

Sammanfattning

IF Fram Innebandy har haft ett år med fokus på utveckling på barn- och ungdomssidan, med både fler spelare och fler utbildade ledare. Vi har kommit en bit på vägen under hösten 2020, trots en pågående pandemi. Även nästa år kommer vi att fortsätta med att förbättra, och utöka, barn- och ungdomssidan för både tjejer och killar.

Under vintern/våren 2020 var flera turneringar på gång att kunna genomföras. Vi hade 24 lag anmälda till Företagscupen; rekord! Även Tournament of Åland var otroligt nära att återuppstå med över 20 anmälda lag från främst svenska sidan. Tyvärr var vi tvungna att ställa in. Vi är dock förberedda att återigen jobba stenhårt med turneringar när möjligheten finns igen!

Sektionen vill tacka alla ledare som ideellt ställer upp och lägger ner så mycket av sin tid och energi i innebandyn och barnen. Utan er är det inte möjligt.



IF FRAM INNEBANDY

Sektionsansvarig

Katarina Tammi

Antal lag

4 st.

Antal spelare

70 st.

Antal tränare

6 st.



Tack till alla sponsorer för 2020

SPONSORER 2019/20

Norra Ålands Bilskola
Stallhagen
PAF
Varuboden

Hebo Rör
Eckerö Linjen
Profilhuset
Flow Park

Nya Åland
Ömsen
Cityläkarna
Team Sportia

Ålands skogsindustrier
Klingbergs Plåtslageri
Optinova

BARN- OCH JUNIOR

Under säsongen 2019/20 tränade åk. 3 - 6 i Ödkarbyhallen på onsdagar tillsammans. Gruppen bestod av killar, som även deltog i kvartersserien åk. 5 - 6, där gruppspellet såg mycket lovande ut. Laget tog seriesegern och väntade på att få spela slutspel under våren 2020. Tyvärr hann några matcher aldrig spelas då pandemin slog till precis när det skulle avgöras.

Tabell 2019/20

M	V	O (FLV)	F	MS	P		
IF Fram	12	8	1 (0)		3	57-44 (13)	25
IFFK	12	6	1 (0)		5	67-58 (9)	19
VÅSC	12	4	2 (0)		6	52-56 (-4)	14
Jomala IK	12	3	2 (0)		7	59-77 (-18)	11

Till hösten 2020 startade vi upp igen, med en ny indelning, där åk. 1 - 4 har tränat på samma tid i Ödkarbyhallen på tisdagar. Laget tränades under hösten av verksamhetsledaren tillsammans med föräldrar, och blev en mycket stabil grupp på ca. 20 barn bestående av både tjejer och killar! Efter hösten har gruppen fått två nya ledare, där vi kan dela upp gruppen efter ålder och nivå på samma träningstid.

Åk. 5 - 6 tränade i Rangbyhallen på måndagar under hösten 2020 och fick ganska omgående en ny ledare som verkligen fått ihop killarna i laget på ett mycket bra sätt.

Vi ser mycket positivt på framtiden, och vill fortsätta utveckla verksamheten med tjejer, killar och ledare som brinner för innebandyn inom IF Fram!



Deltagare 2019/20

Åk. 1-6: Arne Tammi, Lucas Karlström, Viktor Holmström, Felix Flöjt, Ville Lindroos, Samuel Koskinen, Leo Styrström, Elias Häggblom, Zev Englund, Benjamin Flöjt, Oscar Eklund, Anton Bromels, Jason Blomberg, Alexander Holmström, Hjalmar Mörn, Isac Holmström, Neo Bryggman, Adrian Mörn, Theo Fagerholm, Zeb Bryggman, Emilia Söderlund, Senni Sjöström, Jakob Häggblom, Elsa Bromels, Thilia Nahlsberg

Ledare

Åk. 3 - 6, våren 2020

Katarina Tammi

Åk. 1 - 4, säsongen 2020-21

Kristian Karlsson, Kristoffer Sandell, Patrick Palmu

Åk. 5 - 6, säsongen 2020 - 21

Rasmus Söderberg





Junior

Under säsongen 2019 – 20 samarbetade IF Fram med VÅSC, och deltog i Upplandsserien med ett lag för pojkar födda 2004 – 06 i Pantamera röd division 4. Laget utvecklades stadigt under året och fick en nivå på motstånd som det i dagsläget inte går att få på Åland. Till hösten 2020 var ett samarbete inte längre planerat, och skulle oavsett inte kunnat genomföras på grund av pandemin. Vi ser ändå att det fört någonting gott med sig, då vi kunnat se över verksamheten, och förhoppningsvis blivit mer införstådda i vad som kan eller behöver göras på ungdomssidan inom åländsk innebandy.

Laget

Spelare från IF Fram 2019–20: Joakim Smith, Alexander Heikfolk, David Lindqvist, Alexander Mattsson, Jonas Wallin, Robin Isaksson, Johannes Renfors, Morgan Renfors, Benjamin Söderström, Tim Carlsson, Åke Lundin, Liam Sjöström

Ledare

Dennis Isaksson och David Holmberg

Damlag

Laget deltog under säsongen 2019/20 i åländska damserien, men tränade inte aktivt. Dock drog de igång med träningar under hösten 2020 tillsammans med JIK, vilket är mycket roligt! Vi hoppas kunna få fram fler unga tjejer på sikt genom våra barn- och ungdomsled och få en röd tråd i framtiden.



Laget

Spelare 2019 - 20: Linda Kortman, Michaela Karlsson, Emilia Ekholm, Charlotte Jonnerby, Sandra Österberg, Heidi Kullberg, Maria Sarling, Maria Johansson, Wilma Schönberg, Celine Westin, Hanna Söderlund, Elin Holmström, Marie Waarheid

Herrlag

Herrlagsverksamheten var under säsongen 2019/20 uppdelad i två olika delar; Ett lag i den åländska herrserien, bestående av en blandning mellan juniorer i högstadieåldern och erfarna herrar som finns med för att ge de yngre lärdomar för framtiden. Fokus har inte varit på resultat, utan att utveckla juniorer för framtida spel i representationslag i Upplandsserien.

Den andra delen är just vårt representationslag som spelade i Upplandsseriens division 6. Laget gjorde en mycket stark säsong, både resultatmässigt och deltagarmässigt. Vi fick in ledare i laget som satt upp tydliga träningar och en bra struktur runt laget. Detta visade sig vara mycket bra för gruppen som växte antalsmässigt under hela säsongen. Seriesegern var ganska tidigt ett faktum, och ett avancemang till division 5 kändes både rättvist och nivåmässigt nödvändigt för laget.

Något deltagande i division 5 blev det dock inte under hösten 2020, då pandemin omöjliggjorde resor över gränsen till Sverige.



2019/2020

ÅLÄNDSKA SERIEN

Tabell	M	V	O (FLV)	F	MS	P
PRO-09	10	10	0 (0)	0	93-32 (61)	30
Lemlands IF 1	10	9	0 (0)	1	56-19 (37)	27
Hammarlands IK	10	7	1 (1)	2	41-25 (16)	23
Jomala IK	10	6	0 (0)	4	47-35 (12)	18
Eckerö IK	10	5	1 (0)	4	52-46 (6)	16
Dynamo	10	5	0 (0)	5	55-37 (18)	15
BF IBK	10	4	0 (0)	6	35-55 (-20)	12
Referee Killers	10	3	1 (1)	6	40-49 (-9)	11
VÄP	10	3	1 (0)	6	25-47 (-22)	10
IF Fram	10	1	0 (0)	9	26-67 (-41)	3
Lemlands IF 2	10	0	0 (0)	10	19-77 (-58)	0

Laget i åländska serien

Målvakter Alexander Heikfolk, Alvar Nordlund

Utespelare – Erik Blomqvist, Peter Rikberg, David Lindqvist, Jonas Wallin, Sami Fagerström, Simon Sjöström, Toni Fagerström, Joakim Smith, Åke Lundin, Alexander Mattsson, Johannes Renfors, Elis Åberg, Axel Dahlman, Robin Isaksson, Benjamin Söderström, Kasper Nyqvist, Richard Hjärner, Tommy Lundberg, Kim Berglund

Laget i Upplandsserien H6Ö

Målvakter – Daniel Holmén, Jonas Abrahamsson, Alexander Heikfolk

Spelare – Kristoffer Josefsson, Peter Rikberg, Tommy Lundberg, Robin Malmberg, Adam Jansson, Conny Wikstrand, Alexander Hermans, Lukas Helén, Tobias Sjöblom, Magnus Tuominen, Mathias Boijer, Simon Holmberg, Toni Fagerström, Erik Blomqvist, Marcus Karlsson, Daniel Erickson, Markus Malmberg, Jonas Karlsson, Mathias Engström, Julius Jakobsson

Priser ÅIBF 2019/20

När Ålands innebandyförbund delade ut priserna för säsongen fick IF Fram, eller aktiva inom IF Fram, dessa:

Årets Lag (Eckerö IK/IF Fram)

Motivering: Detta lag visade under stora delar av säsongen att man var totalt dominanta i sin division. Man har genomfört säsongen på ett mycket imponerande vis och inte tummat på seriositeten. Därtill har truppen växt och antalet spelare på träning har under säsongen varit genomgående högt.



Priset mottogs av vice lagkapten Peter Rikberg och tränare Jan Tuominen



Årets specialpris

VÅSC / IF Fram P04-06

Motivering: Genom att samarbeta och se över föreningsgränserna så kunde två lag kombineras till ett och med det rädda kvar flera ungdomar inom idrotten som annars riskerat att tappas från innebandy. Även om resultaten inte alltid gått med laget så har man tydligt kunnat se en utveckling i både dessa, i spelet samt i spelarnas personliga utveckling.

Årets Seniordomare

Jan Tuominen

Motivering: Med ett stort lugn, en stor rutin och mycket god regelkunskap har denne domares comeback varit mycket glädjande för åländsk innebandy. Guidar och vägleder även gärna yngre domarkollegor som är på väg uppåt i domarkarriären



Jan representerar inte IF Fram som domare, men vi vill passa på att uppmärksamma även denna sida av idrotten, vilken förtjänar uppskattning!



ÅLÄNDSKA CUPEN

Under säsongen deltog herrlaget i den åländska cupen. Ett roligt inslag under juluppehållet. Stora delar av var med kryddat med spelare från Sverige. IF Fram tog tre segrar och en oavgjord i grupppelet, med målskillnad på 22–5.

I kvartsfinalen blev det stora siffror då man besegrade VÄP med 12 – 1, och med bra målproduktion i färskt minne ställdes man mot svåra Pågarna i semifinal.

Efter en jämnare match där, kunde man ändå ta finalplatsen med slutresultatet 3 – 1.

I finalen ställdes man mot Lemlands IF, som alltid är ett lag att räkna med. Otaliga jämna duster har spelats genom åren mot just dem. Med vetskapen om det, slog IF Fram i högsta växeln, och kunde till slut relativt bekvämt inkassera ännu en gravering i vandringspriset, efter slutresultatet 5 – 1!



SKIDSEKTIONEN

Skidåret 2020 blev ett annorlunda år. Det var en varm vinter där snön lyste med sin frånvaro hela säsongen. På grund av värmen kunde inte heller konstsnö tillverkas i Jomala. Således kunde inte några tävlingar hållas.

I samarbete med IF Åland så fortsatte skidkulturer och träningar en gång i veckan under hela vintern, där barn och unga tränar balans och teknik på rullskidor, löpning i skog och terräng och har roligt tillsammans.



Skidskytte

Under vintern deltog Jenny Fellman i flera världscuptävlingar, bland annat i Östersund, Hochfilzen, Annecy, Oberhof och Rupholding. Jennys bästa placering i världscupen under säsongen kom i Hochfilzen där hon skidade in på en 76:e plats i sprinten. Jenny deltog även i IBU-cup i Martell, Frankrike där hennes bästa placering var en 41:a plats, också där i sprint. Jenny deltog även i skidskytte EM i Minsk. Jennys bästa placering i Minsk var en 44:e plats i jaktstarten.

Sommarsäsongen

Efter säsongen tog Jenny beslutet att flytta till Norge och Oslo för att träna med ett privat team; Holmenkollen Biathlon. Hon ställde upp i Norska Mästerskapen på rullskidor och tog en 6:e plats i sprinten. Den tävlingen vanns av Tiril Eckhoff.

ÅM på rullskidor ordnades på WHA den 6:e oktober. Där vann Kim Eriksson herrklassen före Jerry Danielsson och Patrik Lehtonen.



Efter ett uppehåll under vår och sommar p.g.a. Covid-19 situationen har IF Fram, i samarbete med IF Åland under hösten, fortsatt att ordna skidträningar för juniorer. Träningar har hållits både i Jomala med stavlöpning och på WHA där alla som velat och varit nyfikna fått prova på att rullskida. Träningstillfällen har varit en gång i veckan. Till följd av många nya tillskott så håller vi sedan hösten två träningsgrupper. "Skidkul" med fokus på lek och att ha roligt och sedan juniorträning där det är mer fokus på teknik och uthållighet.

Johanna Fellman

IF Fram Skidning/skidskytte



ORIENTERINGSEKTIONEN

Året 2020 skulle komma att bli ett annorlunda år när Corona-pandemin bröt ut på allvar och restriktioner av olika grad förekommit från mitten av mars och resten av året ut.

Till en början blev det att ställa in planerade tävlingar och träningar, men ganska snabbt ställde den åländska orienteringen om och var kreativa och öppnade upp för "Öppna träningar" runtom på Åland. Det innebar att vem som helst kunde åka till de olika Öppna banor som fanns och när som helst ta sig runt i terrängen. Med kartor och banor i olika svårighetsgrad i en postlåda var det bara att ge sig ut när man ville. Ca två veckor fanns de olika banorna ute, därefter kom det ett nytt område med nya banor.

Konceptet var mycket lyckat, närmare hundra-talet besökare per träningsplats passade på att komma ut i naturen och prova på orientering. IF Fram stod för träningsområde i Stålsby-skogen under två veckor i mitten av maj.

När juni-månad kom lättades restriktionerna så tävlingsverksamheten kunde komma igång igen.

De åländska tävlingarna kunde alla genomföras med en något justerad tävlingskalender.

Träningarna fick fortgå enligt nya konceptet med att ha banor ute en par veckor, samt även en kväll bemannad för de som ville.

Under 2020 har IF Fram orientering varit aktiva och arrangerat 2st tävlingar och 2st träningar samt deltagit i de flesta tävlingar och träningar som hållits på Åland i stort sett hela året runt, både vår som höst, sommar som vinter.

IF Fram orientering har varit arrangerande förening vid följande tävlings och träningstillfällen under året:

- Veckans träning/Öppna banor, Stålsby 1-15maj
- ÅM Lång/OL-Cup 4, tävling vid Solbacka den 3 september
- Torsdagsträning, vid Solbacka den 10 september
- Vintercup 1, tävling i Torrbolstad, Finström den 15 november

Den 27 februari startade ÅID Orienteering upp med årets nybörjar/juniorträningar som arrangerades på torsdagar och flertalet juniorer från IF Fram hakade på men tyvärr blev träningarna inställda i mitten av mars på grund av pandemin.

IF Fram har deltagit i Starke Barn Idrottsskola för åk 3-4 i Ödkarby skola. Det ordnades 3 tillfällen på hösten där eleverna fick lära sig mer om orientering, laga egna banor samt prova på labyrintorientering.

För IF Fram orientering har 2020 varit ett år med tävlingsdeltagande nästan enbart på Åland.

Pandemin satte stopp för tävlande i Sverige och de stora tävlingarna i Finland ställdes in, Jukola/Venla-kavlen som skulle varit i Rovaniemi samt FSOM på Åland blev framflyttade till 2021.

Återstår att se om de kan förverkligas enligt plan.



Åländska Mästerskapen, OL-Cup

- ÅM Sprint/OL-Cup 1 den 23 juni
- ÅM Medel/OL-Cup 2 den 16 juli
- ÅM Ultralång/OL-Cup 3 den 8 augusti
- ÅM Långdist. /OL-Cup 4 den 3 september
- ÅM Stafett 22 augusti
- ÅM Natt/OL-Cup 5 den 2 oktober

De individuella grenarna Medel, Ultralång, Sprint och Lång ingår även i OL-Cups 5st deltävlingar totalt.

OL-Cup slutresultat

där de fyra bästa deltävlingarna av fem räknas.

D21 2: a Maria Sjöström IF Fram
H 40 4: a Michael Linde IF Fram

För samtliga åländska resultat se vår hemsida www.orientering.ax och välj resultat från meny.

Vintercup

Året började med Vintercupens tre deltävlingar av vilka vi hade deltävling I i november (2019) kombinerat med ÅID Orienterings höstmöte vid Orienteringens klubblokal i Strandnäs.

Årets andra deltävling i januari kombinerades med orienteringens julfest vid Furuborg, Lumparland.

Vintercup 3 avgjordes 7 juni, något försenad på grund av Corona-pandemin, vid Breidablick i Finström.

Åland - Åbolandskampen

I år var det Åbolands tur att anordna den 76:e kampen som hölls i Pargas. Detta år tog Åboland hem vinsten. En deltagare från IF Fram.

Internationella- och nationella tävlingar

På grund av pandemin har det inte blivit något deltagande utanför Åland förutom i Åbolandskampen.





Trots att IF Fram inte är så stor som orienteringsförening ser vi ett ökande intresse bland barn-

och ungdomar. Tack vare att de åländska föreningarna jobbar tillsammans under ÅID-orientering kan vi lättare fördela träningar och tävlingar över året och gemensamt jobba för att hålla orienteringen levande.

IF Fram är även välinsatta inom planeringen av den åländska orienteringen, med två representanter i ÅID: s orienteringsutskott där Michael Linde sitter som ordförande och Maria Sjöström som barn- och ungdomsansvarig. Båda är även aktiva i planerandet av FSOM 2021, både administrativt och som banläggare. På grund av pandemin har 2020-års tävlingar flyttats fram till 2021.



Under 2020 var IF Fram orientering även representerade i Ålands Idrotts distriktsstyrelse genom Michael Linde, samt i IF Ålands styrelse genom Maria Sjöström.

Se orienteringens Tränings- och Tävlingsprogram på hemsidan. www.orientering.ax

Kontaktuppgifter:

IF Fram Orienteering

E-post: micmanax@gmail.com

Mobil: 0457 34 33 731



FRIIDROTTSSEKTIONEN

Som för alla andra idrotter så blev säsongen 2020 helt annorlunda än planerat på grund av Covid-19. Dessutom blev friidrotten utan arena under sommarsäsongen då det den nya arenan invid Baltichallen blev försenad. Förhoppningsvis blir den klar under sommaren 2021.

Det är för tillfället bara Linn Gustafsson som tränar och tävlar aktivt just nu från IF Fram.



Här är en hälsning från Linn Gustafsson:

Träningen under vintern 2020 har gått relativt bra. Jag har tränat själv i Åbo enligt träningsprogram av Frank Ottesen. Tyvärr blev min ena ryggmuskel överspänd efter SFI:s första träningsläger i oktober 2019. Det höll i sig länge och jag tävlade därför inte under inomhussäsongen, men kunde träna upp till 80 % fart. På grund av pandemin blev det inte ett tredje SFI-läger i Kuortane i april och inte heller ett Portugalläger i maj, som planerat. Men träningen under våren gick bra och jag kunde träna regelbundet utomhus 6 gånger i veckan. Jag kom tillbaka till Åland sommaren och tränade 5–6 gånger i veckan med ÅID:s träningsgrupp.

Coronasituationen ställde till det för oss tävlingsmässigt. Vi kunde inte åka till Sverige och tävla men planerade en rundtur i Finland. Vi började i Borgå med Top Games sprint i slutet av juli. Där sprang jag 100m på 12,44 i försöket och 12,47 i finalen och slutade på en 8e plats. Sedan var planen att veckan efter göra tre tävlingar på fastlandet. Under träningen före krampade min högra ljumske av trötthet efter tävlingen. Jag hade sedan ont i ljumskan i 1,5 månad och varken tränade eller tävlade. I september kunde jag börja springa igen och sakta men säkert komma tillbaka till full träningstakt. Jag har nu tränat 5–6 gånger i veckan helt skadefri och är förväntansfull över kommande säsong.

Friidrottshälsningar från friidrottssektionen

Benita Gustafsson

VOLLEYBOLLSEKTIONEN

IF Fram-Volleyboll har under verksamhetsåret 2020 haft ca 15st aktiva motionärer i åldern 17–75+.

Vi har under vår- och hösttermin hållit till i Ödkarbyhallen 2ggr per vecka för att träna och spela volleyboll tillsammans på motionsnivå. Tyvärr blev vårterminen avkortad i mitten av mars på grund av Corona-pandemin, men höstens träningar kunde starta och fortgå som tidigare år med beaktande av de restriktioner och rekommendationer som pandemin krävde.



/Volleyboll-sektionen



IF FRAM

Lidkroksvägen 26

22 430, Saltvik

vl.iffram@gmail.com

www.iffram.ax