Riktlinjer –

inkludering av personer med transerfarenhet och intersexvariationer

Fastställd 1 maj 2026

SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®
SWEDISH SKI ASSOCIATION

SKI TEAM SWEDEN

SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Innehåll

Utgångspunkt 2
Träningsverksamhet 4
Tävlingsverksamhet 6
Motionsarrangemang 7
Beslutsgång vid unika fall 7

Utgångspunkt

Dessa riktlinjer bygger på Riksidrottsförbundets riktlinjer för inkludering av personer med transerfarenhet och intersexvariationer. Vår grundprincip är att alla individer som vill delta i skid- och snowboardverksamhet ska känna sig välkomna och ges samma förutsättningar att delta. Vid tävlingar där internationella regelverk gäller, tillämpas FIS regler.

Värdegrund

Svenska Skidförbundets värdegrund Skidor Vill utgår från Idrotten Vill, som är hela idrottsrörelsens gemensamma värdegrund. Den bygger på:

- Glädje och gemenskap
- Demokrati och delaktighet
- Rent spel
- Allas rätt att vara med – utan diskriminering

Rätten att delta gäller oavsett:

- Kön, könsidentitet och uttryck
- Etnicitet, religion eller annan trosuppfattning
- Funktionsnedsättning
- Sexuell läggning
- Ålder

I enlighet med de sju diskrimineringsgrunderna i diskrimineringslagen.

Barnkonventionen ger dessutom varje barn ett särskilt skydd mot diskriminering.

Varför dessa riktlinjer behövs

Personer med transerfarenhet och intersexvariationer möter ofta hinder inom idrotten. Rapporten Trans och Idrott, från RFSL (Riksförbundet för homosexuellas, bisexuellas, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter), visar att de oftare utsätts för diskriminering och har sämre hälsa och levnadsvillkor än majoritetsbefolkningen.

Exempel på hinder:

- Slentrianmässig könsindelning
- Osäkerhet kring omklädningsrum
- Brist på kunskap hos ledare

Resultatet blir att många avstår från idrott.

För att skapa en inkluderande idrott krävs medvetenhet, respekt och anpassningar som bryter normer och öppnar för allas rätt att delta.

Hur vi arbetar

I Svenska Skidförbundets regelverk, som baseras på FIS tävlingsregler, står det i paragraf 205 att alla tävlande oavsett kön, religion eller övertygelse, ambition och funktionsnedsättning, har rätt att delta i skid-och snowboardarrangemang i en säker miljö som är skyddad från övergrepp.

Dessa riktlinjer är ett steg i arbetet för att säkerställa det.

Utöver detta kommer Svenska Skidförbundet att:

- Se över övriga fokusområden i RF:s riktlinjer, t.ex. fysiska rum och ledarskap
- Satsa på utbildning och ökad kunskap hos ledare och förtroendevalda
- Uppmana alla medlemsföreningar att ta samma steg, med målet att ge så många som möjligt förutsättningar att känna sig välkomna i skid- och snowboardgemenskapen

Två viktiga grundläggande principer inom idrottsrörelsen att ha med sig:

- Utgå från viljan att delta i föreningsidrott och att ingen byter tränings- eller tävlingskategori för att skapa sig orättvisa fördelar baserat på sin könsidentitet.
- Ge personer med transerfarenhet och intersexvariationer möjlighet att, så långt det är möjligt, delta i den kategori de önskar utifrån sin könsidentitet, i synnerhet vad gäller barn och unga till och med 19 år, i enlighet med RF:s riktlinjer för barn och ungdomsidrott.

Ett levande dokument

Allt eftersom ny forskning publiceras och lagstiftning förändras ska Svenska Skidförbundets riktlinjer uppdateras och revideras. Detta dokument är därför levande och ses över vartannat år.

Träningsverksamhet

Under all träningsverksamhet inom skid- och snowboard förväntas att våra gemensamma riktlinjer och värderingar, Skidor Vill följs. Träningen ska alltid utformas så att varje barn och ungdom får möjlighet att delta på lika villkor, känna sig trygg och inkluderad samt utvecklas i sin egen takt. Detta är en central del av både Skidor Vill och idrottens värdegrund, där glädje, gemenskap, demokrati, delaktighet, rent spel och allas rätt att vara med är grundläggande principer.

Träningen ska utgå från individens ambitionsnivå, ålder och val av idrott, inte från tvåkönsnormen eller andra begränsande normer. Alla deltagare ska ges likvärdiga förutsättningar och kunna delta utifrån sin upplevda könsidentitet, i enlighet med Svenska Skidförbundets riktlinjer för inkludering av personer med transerfarenhet och intersexvariationer (baserade på RF:s riktlinjer).

RF betonar i sina riktlinjer för barn och ungdomsidrott, att barnets bästa alltid ska vara utgångspunkten i all barn- och ungdomsidrott, särskilt när det gäller träningsmiljöer. Under träning ska barn och unga få känna sig delaktiga, sedda och fria från onödig press. Miljön ska uppmuntra till att prova nytt, göra misstag och utvecklas, utan rädsla för bedömning eller negativa konsekvenser. Detta är viktigt för såväl trygghet som långsiktig utveckling och återfinns också i Skidor Vill, som lyfter att träningen ska vara inspirerande, trygg och bidra till att barn vill stanna kvar länge i idrotten.

För att skapa en idrott där alla känner sig välkomna är det både naturligt och nödvändigt att göra vissa insatser som stärker underrepresenterade grupper och främjar jämställdhet, med särskild betoning på att individen alltid ska få vara med utifrån sitt upplevda kön. Sådana insatser kan bidra till att vi blir fler, bättre och mer inkluderande.

Tips till tränare – ert ansvar under träning

Som tränare har du en central roll i att omsätta riktlinjerna i praktiken.

Tänk på att:

- bemöta alla aktiva med respekt och lyhördhet, oavsett förutsättningar eller upplevd könsidentitet.

- skapa ett klimat där alla har möjlighet att utvecklas genom att prova, experimentera och misslyckas utan att känna sig bedömda eller pressade.
- fokusera på långsiktig utveckling, allsidighet och rörelseglädje snarare än resultat och prestation.
- ge barn och unga möjlighet att påverka och uttrycka sina tankar om träningen, utifrån ålder och mognad.
- vara uppmärksam på individer som kan vara extra sårbara och anpassa träningsmiljön så att den är trygg för alla.
- verka för en träningsmiljö där ingen utsätts för diskriminering, kränkning eller våld.

Som tränare är du en förebild, och ditt sätt att leda och bemöta såväl aktiva som andra ledare, föräldrar och funktionärer formar deras upplevelse av idrotten.

Tips till föräldrar – ert stöd är viktigt under träning

För att föreningar och tränare ska lyckas med att skapa trygga och positiva träningsmiljöer krävs även engagerade och stöttande föräldrar.

Under träning kan du som förälder bidra genom att:

- främja en positiv och inkluderande kultur där alla behandlas lika oavsett bakgrund eller könsidentitet.
- uppmuntra ditt barn att ha roligt, prova nytt och utvecklas i sin egen takt.
- stötta barnets intresse oavsett nivå, ambition och utvecklingsfas.
- visa respekt för tränarnas arbete och föreningens värdegrund.

När föreningen, ledarna och föräldrarna tillsammans strävar efter att leva efter dessa riktlinjer skapas träningsmiljöer där aktiva mår bra, utvecklas och vill stanna kvar inom skid- och snowboardidrotten.

Övriga tips till föreningar och arrangörer

- Utgå från principen att erbjuda samträning i alla fall där inte särskilda insatser behöver prioriteras med målet att stärka underrepresenterade grupper.
- Svenska Skidförbundet uppmanar arrangörer att erbjuda öppna tävlingsklasser för att möjliggöra deltagande för fler utifrån olika mål och förutsättningar.

- I en öppen klass kan ung, som gammal, tidigare tävlingsåkare eller nybliven motionär ges möjlighet att inkluderas i tävlingsverksamhet. Gärna med valmöjlighet att välja tidtagning/poäng eller inte.
- Kom ihåg att en arrangör kan välja att erbjuda mixklasser för att möjliggöra ökad inkludering och valmöjligheter.
- Fundera gärna över hur er föreningsverksamhet ser ut och gör det med ”normmedvetna” glasögon för att upptäcka eventuella riskzoner. Hur visar ni att er verksamhet är välkomnande för alla? Här finns råd och tips hur ni kan arbeta vidare med frågan, En bra idrott för alla - Kunskapsarenan

Tävlingsverksamhet

Barn och ungdom, upp till 16 år

Syftet med tävling för barn och unga är i första hand glädje, gemenskap och personlig utveckling. Med målet att skapa trygga och positiva tävlingsupplevelser där alla barn känner sig välkomna och sedda, bidrar till ett fortsatt idrottsintresse.

Tävlingsverksamheten på dessa nivåer ska präglas av inkludering, gemenskap och låg tröskel med fokus på idrottsglädje, lekfullhet och kampen för stunden.

- SSF uppmanar samtliga arrangörer att genomföra tävling för de allra yngsta som mixklass, regelverken kring detta skiljer sig något inom SSF:s olika idrotter.
- Alla barn och unga upp till 16 år deltar i tävling utifrån upplevt kön. Deltagare väljer vid anmälan om de vill delta i tävlingsklass för tjejer eller killar utifrån deras egen upplevda tillhörighet. En arrangör kan även välja att genomföra tävling för barn och ungdom som mixklass.
- Utifrån vilken ålder respektive idrott tillåter deltagande i FIS-klass, gäller FIS- regelverk.

Ansökan till RIG/NIU

Ansökan till RIG/NIU ska göras utifrån vilken tävlingsklass som den aktive kommer tävla i som junior, utifrån FIS-klass. Se riktlinjer för junior och seniorverksamhet.

Junior – och seniorverksamhet

Den här målgruppen betraktas som elitnivå, där tävling sker på nationell eller internationell nivå. SSF följer i huvudsak FIS internationella regelverk – men

eftersom FIS ännu inte har fastställda riktlinjer i frågan gäller dessa nationella riktlinjer tills vidare.

Tack vare bredden inom SSF:s idrotter och möjlighet att idrotta hela livet finns det även inom den här målgruppen variation på huvudsakliga syfte med tävlingen.

Tävling med FIS-status eller liknande motsvarighet

Personer tilldelade könet kvinna vid födseln (transmän):

1. Kan delta i herrklass utan restriktioner.
2. Kan delta i damklass utan restriktioner så länge hormonbehandling eller annan prestationshöjande medicinering inte har påbörjats.

Personer tilldelade könet man vid födseln (transkvinnor):

1. Kan delta i herrklass utan restriktioner.

Tävling på lokal- eller distriktsnivå

Deltagaren väljer utifrån upplevd könstillhörighet om de vill delta i klass för kvinnor, män eller universell klass om det erbjuds.

Motionsarrangemang

I motionsarrangemang anmäler sig individen utifrån upplevt kön. Deltagaren väljer om de vill delta i klass för kvinnor, män eller universell klass om det erbjuds.

Beslutsgång vid unika fall

Om en situation eller särskilt utmanande situation uppstår, som inte täcks av dessa riktlinjer samlas en SSF-kommitté med representanter från relevanta idrotter.

Kommittén…

1. Hanterar frågan i dialog med den berörda åkaren.
2. Fattar beslut i enlighet med RF:s och SSF:s riktlinjer, samt SSF:s värdegrund.
3. Dokumenterar ärendet (anonymt) för framtida lärande och utveckling av riktlinjerna.