



Hultsfred Gymnastikklubb

Verksamhetsberättelse år 2023/2024





Innehåll

1. ALLMÄNT	3
OM HULTSFRED GYMNASIKKLUBB	3
MÅL OCH INRIKTNING	3
MEDLEMMAR.....	4
ORGANISATION.....	4
2. VERKSAMHET.....	5
STYRELSENS VERKSAMHET.....	5
UNGDOMSRÅDETS VERKSAMHET	6
SEKTIONERNAS VERKSAMHET	7
BAMSE & FAMILJEGYMPA	7
DANZY KIDZ	8
ALLA KAN GYMPA.....	11
GYMMIX GRUPPTRÄNING.....	11
GYMMET	12
LEDARAKTIVITETER.....	14
EVENEMANG	14
3. PROJEKT & SAMARBETEN	15
HAGADAL OUTDOOR.....	15
LEDARE – NAVET I FÖRENINGEN	15
SPONSORER	15
SAMVERKAN.....	15
UNGA HJÄRTAN PROJEKT.....	16
RÖRELSEBIDRAGET	16
SAMHÄLLSRESAN.....	16

1. ALLMÄNT

OM HULTSFRED GYMNASTIKKLUBB

Hultsfred Gymnastikklubb (HGK), organisationsnummer 835001-2855, är en idrottsförening med säte i Hultsfred kommun och medlem i Svenska gymnastikförbundet.

Föreningen bildades 1948 och har som ändamål att bedriva idrottslig verksamhet med inriktning gymnastik. Gymnastiken är mångsidig och därför har vi en bred målgrupp och också medlemmar i alla åldrar mellan 0 och +80 år. Vi vill att det ska finnas någon form av rörelse tillgänglig för alla som man kan utöva under hela sin livstid med mottot rörelse är vårt språk/rörelse hela livet.

Idag har vi verksamhet i sex olika sektioner som beskrivs nedan och vi finns på flera orter inom Hultsfred kommun (Hultsfred, Målilla, Virserum och Silverdalen).

Bamse- och Familjegymna, grundläggande motorisk träning på ett lekfullt sätt (1-6 år)

Danzu kidz, Dans i grupp för barn (6-12 år).

Äventyrsgymna & Parkour, Vi övar styrka, rörlighet och snabbhet när vi tar oss igenom hinderbanor och utför andra gymnastikmoment (från 6 år).

Truppgymnastik, Nybörjargrupper och tränings/tävlingsgrupper i trampett, tumbling och fristående (från 6 år).

Gymmix gruppträning, Olika typer av gruppträningspass (från 13 år).

Alla kan gymna, Gymnastikgrupp för personer med funktionsvariationer.

Gymmet, drift av gymmet i KGM-hallen.

MÅL OCH INRIKTNING

Vår Verksamhetsidé tydliggör föreningens uppdrag och uttrycker kärnan i verksamheten. I Hultsfred gymnastikklubb antar vi Svensk Gymnastiks verksamhetsidé som uttrycks på följande sätt:

*“Svensk Gymnastik möjliggör för alla att träna, tävla och uppleva rörelsegädje.
Rörelse är vårt språk.”*

Vi utgår även från Svensk Gymnastiks uppförandekod, utvecklingsmodell och värdegrund. Värdegrunden beskriver vilka värden som ska styra verksamheten och genomsyra ledarskapet vilka beskrivs utifrån begreppen glädje och gemenskap, nyfikenhet och utveckling, öppenhet och trygghet.



MEDLEMMAR

Under 2023/2024 har Hultsfred GK haft 696 medlemmar.

Medlemmarna består av aktiva medlemmar, både barn och vuxna samt stödmedlemmar och hedersmedlemmar. Fördelningen av medlemmar ser ut ungefär enligt följande

Barn 3-5 år	181 st
Barn 6-13 år	274 st
Ungdomar och vuxna fr. 13 år	232 st
Hedersmedlemmar/Hedersledamöter	9 st

ORGANISATION

Styrelsen

Under verksamhetsåret har styrelsen i bestått av:

Ordförande	Sandra Örmander
Vice ordförande	Johan Thuresson
Kassör	Monika Svensson
Vice Kassör	Gladys Troncoso
Sekreterare	Malin Stolth
Ledamöter	Gabriella Wahlberg, Cecilia Turesson och Sandra Stodell
Suppleant	Frida Jonsson

Revisor

Under verksamhetsåret har revisorerna bestått av:

Revisor: Sandra Nikolausson och Tomas Lockström
Suppleant: Britt Svensson

Sektionsansvariga

Under verksamhetsåret har följande varit sektionsansvariga för respektive sektioner:

Bamsegymna,	Emma Linder, Evelina Rannemalm
Äventyrgymna	Jon Seberg och Gladys Troncoso
Parkour	Gladys Troncoso
Truppgymnastik	Cilla Thuresson
Danzy Kidz	Gladys Troncoso
Alla kan gymna	Ewa Anemyr
Gymmix gruppträning	Malin Stolth, Louise W Lockström och Susanne Ström
Gymmet	Mikael Hedblom

2. VERKSAMHET

STYRELSENS VERKSAMHET

Ordinarie sammanträden

Styrelsen har under året sammanträtt vid följande tillfällen

2023: 29/5 (konstitutionerande möte), 12/6, 16/8, 6/9, 4/10, 1/11, 29/11, 20/12,
2024: 13/1, 14/2, 13/3, 10/4, 5/5, 19/5

Styrelsen har haft planeringsdagar 24-01-13 samt tillsammans med sektionsledarna 24-01-14 på Vimmerby Stadshotell. Här diskuterades främst föreningens framtid och utveckling.

Styrelsens sammanträden har till största del skett i konferensrummet i KGM-hallen med möjlighet att ansluta digitalt vid behov för styrelsens ledamöter. Utöver ordinarie möten har ett antal beslut fattats via chattgrupp/andra digitala kommunikationskanaler. Dessa har protokollförts i efterföljande mötesprotokoll.

Protokollen efter styrelsens sammanträden finns signerade och samlade på föreningens kontor sim idag finns i KGM-Hallen.

Styrelsens arbete

Styrelsen har under året arbetat mycket med den verksamhetsplan som beslutades på årsmötet 2023. I denna fanns 3 övergripande punkter;

- Hagadal Outdoor
- Vi har engagerade medlemmar i vår förening
- Vi tar hand om våra ledare

Vi har aktivt arbetat för att Hagadal Outdoor ska vara en självklar del av vår förening som används av alla våra sektioner och drifas genom ett skötselavtal med Hultsfred kommun. För att engagera våra medlemmar och ha en levande förening har vi tillsammans med våra ledare planerat för genomförandet av diverse olika aktiviteter, inspirationsdagar och shower under året. Vi har även arbetat med försäljning av New Body samt Smaklökens kryddor som i år avsattes för inköp av redskap och dräkter.

Ledarfrågan är viktig för oss och våra ca 90 ledare gör en fantastisk insats för föreningen. I projektet ”Ledare – Navet i föreningen” har vi arbetat med att uppdatera våra ledardokument och riktlinjer för att underlätta ledaruppdraget för både befintliga och nya ledare. Vi har även skapat en egen webbsida där man som ny och/eller befintlig ledare kan hitta information om uppdraget, www.hultsfredgk.se/engagera-dig/till-dig-som-ledare. Under året har vi också arbetat lite extra med evenemang för ledare och anordnade exempelvis två gemensamma kick-offer. Att ses allihop anser vi är viktigt, roligt och utvecklande på olika sätt. Vi har också diskuterat och genomfört några internutbildningar där ledare tar hjälp av varandra.



Mer information om respektive aktiviteter, evenemang och projekt finns att läsa om under respektive rubrik.

Utöver dessa tre punkter i verksamhetsplanen har vi aktivt arbetat för att söka bidrag, hitta projekt som kan ta föreningen framåt samt samverka i olika former med externa aktörer.

Större beslut under året

Styrelsen beslutade att;

- Inget programblad trycktes upp och delades ut. Vi publicerade istället en annons via Nya tidningens augustinumner den 30/8 med information om vår verksamhet.
- Vi köper in 3st springblock till Virserum, 40 875 kr samt ett nytt airtrack till Hagadal för 51 869 kr.

Ekonomi

Se separat förvaltningsberättelse.

UNGDOMSRÅDETS VERKSAMHET

Under verksamhetsåret har ungdomsrådet träffats vid ett tillfälle. Vi detta tillfälle bjöds föreningens samtliga unga ledare in. Tillfället inleddes med gemensam fika och en kortare utbildning i att hålla i "lära-känna-lekar" när man träffar en ny grupp. I samband med mötet hjälpte ungdomsledarna till med sortering av kryddor för avhämtning som föreningens gymnaster sålt.

SEKTIONERNAS VERKSAMHET

BAMSE & FAMILJEGYMPA

Sektionsansvarig: Emma Linder, Evelina Rannemalm

BAMSEGYMPA

Ledare: *Lina Arvidsson, Linda Riede, Ida Lipic (ungdom), Edna Ganovic, Sara Jonsson, Maher Ismaail, Malin Ericsson, Malin Wahlström, Rebecka Jälmestedt, Kajsa Andersson, Signe Nelson (ungdom), Evelina Rannemalm, Emma Billing, Emma Linder, Jennie Karlsson, Elly Lennström (ungdom), Ebba Schultz, Malin Stolt, Gabriella Wahlberg, Ida Bjälefors, Marijana Lipic, Martin Johansson, Sandra Stenfeldt, Amanda Hedblom, Felicia Hammarberg, Mikaela Nord Kahn, Niklas Nilsson, Thi Thu Hang Solterbeck, Angelika Martinsson, Yasmin Lindström (ungdom), Kristina Magnusson, Karolina Nilsson, Mathilda Lindström, Emmeli Isaksson, Hanna Johanson, Emmy Haag, Johanna Lindahl, Sandra Ek, Isabella Lockström, Linn Frilund, Martina Alexandersson, Håkan Fransson, Frida Elofsson, Mikaela Säaw, Michaela Pettersson, Johanna Eklund, Julia Knutsson, Johan Schwab, Moa Larsson, Matilda Eriksson*

Verksamhet under året

Under verksamhetsåret har totalt 11 grupper varit aktiva inom Bamsegympa. Tre grupper i Virserum, sex grupper i Hultsfred och två grupper i Målilla. Höstterminen bestod av sex grupper med barn födda 2018 och 2019. Till vårterminen startades fem nya grupper för barn födda 2020 varav tre startade i Hultsfred och en grupp vardera i Målilla och Virserum.

Totalt har 184 barn varit medlemmar, 176 barn är idag aktiva i grupperna.

Ledarträffar och möten

- 22/8 -23 Gemensam kick-off HGK, 12 närvarande
- 5/10 -23 Informationsmöte i Målilla för uppstart av grupper för barn födda 2020.
- 22/10 -23 Ledarträff/sektionsmöte för samtliga grupper (med Cilla och Jon), 7 närvarande
- 14/12 Uppstartsmöte för nya ledare för barn födda 2020, 18 närvarande.
- 7/3 Ledarträff/Sektionsmöte för samtliga grupper, 6 närvarande.
- Löpande kontakt har skett i messengergrupperna och i en gemensam facebook-grupp.

Utbildningar

- 25/11 Utbildning Bamsegympa i Hultsfred, 11 st deltog
- 13/1 Utbildning Bamsegympa i Hultsfred, 6 st deltog
- 10/2 Inspirationsdag från Bamse till Volt, 1 st deltog.

Evenemang

Julshowen 9/12 och Valborgshoppet 21/4 genomfördes.



ÖPPEN HALL

Ledare: Lisa Nordin, Sandra Örmander

Under hösten arrangerade vi Öppen hall vid fyra tillfällen i KGM-hallen, Hultsfred; 1/10, 17/11 (förskolans stängningsdag), 26/11 och 17/12. Ledare för dessa tillfällen var Sandra Örmander, Julia Knutsson, Elin Tell och Isabella Lockström.

Under vårterminen har Öppen hall varit i Silverdalens sporthall vid följande tillfällen; 27/1, 17/2, 9/3, 20/4 och 18/5. Det sista tillfället genomfördes i samarbete med Lönneberga-Tuna-Vena sparbank som bjöd alla deltagande barn på en liten goodiebag och ett mellanmål efter passet. Ledare för dessa tillfällen har varit Sandra Örmander, Lisa Nordin och Ida Nordin.

DANZY KIDZ

Sektionsansvarig: *Gladys Troncoso*

Ledare: *Jenilie Troncoso, Larissa Brnicanin och Analy Troncoso Gladys Troncoso, Elly Lennström och Cicci Johansson Matilda Lockström, Emilia Lisedal, Hilda Järderup och Alice Persson*

Verksamheten under året

Vi har under verksamhetsåret haft 3 grupper inom Danzy kids, Danzy kids fsk3 Hultsfred (16 barn), Danzy kids fsk-3 Silverdalen (12 barn) och Danzy Kids 4-6 (9 barn).

Ledarträffar

Vid behov har vi träffats enskilt varje grupp.

Övrig information har kommunicerats mycket i chattgrupper.

Utbildningar

1 ledare har gjort basutbildningen.

4st ledare deltog på en intern utbildning i koreografi och passuppbyggnad som föreningen arrangerade i KGM-Hallen.

Evenemang

Danzy kids sektionen deltog på Julshowen och Valborgshoppet.



PARKOUR & ÄVENTYRSGYMPA

Sektionsansvarig: *Gladys Troncoso, Jon Seberg*

PARKOUR

Ledare: *Tina Lathi, Karin Åkerstedt, Falk Runmann, Jon Seberg och Viktoras Zujevas Gladys Trocoso, Elin Åström, Jenny Svensson Sahlin, Dennis Jönsson och Jon Seberg.*

Verksamheten under året

Under hösten hade gruppen 23 deltagare och under våren minskade gruppen och hade 11st deltagare på grund av en ny ledarstab.

Ledarträffar

Uppstartsmöte inför VT 2024

I övrigt har vi inte haft några ledarträffar inom sektionen utan kommunicerat via chattgrupper.

Utbildningar

Under Hösten gick 1 ledare parkourutbildning dell och under våren gick 1 ledare basutbildning.

Evenemang

Under Hösten arrangerades en inspirationsdag för parkour och träning med 3st delpass: parkour grund inomhus där 12 pers deltog, parkour hagadal outdoor där 10 pers deltog och parkour avancerad där 12 pers deltog.

Under vårterminen, den 17/2 åkte gruppen på träningsläger till gropen i Växjö för att träna tillsammans.

ÄVENTYRSGYMPA

Ledare: *Gladys Troncoso, Jon Seberg, Evelina Rannemalm, Martina Alexandersson och Emilie Eklind, Henrik Nestor*

Verksamheten under året

Under verksamhetsåret har gruppen haft 30 deltagare.

Ledarträffar

Vi har inte haft några ledarträffar inom sektionen utan kommunicerat via chattgrupper.

Utbildningar

Under våren har 2st ledare gått basutbildning.

Evenemang

Äventyrsgympan har under året deltagit på julshowen och valborgshoppet samt åkt till gropen i Växjö tillsammans på träningsläger.

TRUPPGYMNASTIK

Sektionsansvarig: *Cecilia Turesson & Johan Turesson*

Ledare: *Cilla Turesson, Johan Turesson, Alma Träff, hjälpledare Natalija Simijonovic, Matilda Wiberg, Erica Össmar, Frida Jonsson, Ida Skoglund, My Westring, Carolina Nilsson, Ida Kennmark, Lisa Körner, Agnes Söderholm, Jon Seberg, Viktoria Andersen, Elin Pettersson, Emelie Elvingsson, Ebba Turesson, Sanna Hassan, hjälpledare Meja Wallin, Ida Örnros.*

Verksamheten under året

Under året har totalt 7 grupper varit aktiva. Trupp Bas (20 barn), Trupp Bas Virserum (8 barn), Trupp Flickis (18 barn), Trupp Handvolt (29 barn), Trupp Hjulning (25 barn) Trupp Hjulning/Handvolt Virserum, (31 barn), Trupp Salto Johan Turesson (16 barn).

Detta verksamhetsår har varit ett givande år för både ledare och gymnaster. Alla trupperna har fått ett nytt fristående att träna in sig på.

En stor höjdpunkt under året var att vi äntligen fick ett nytt airtrack.

Ledarträffar

- 22/8 - 2023 Kickoff
- 4/1 - 2024 möte (genomgång av hösten samt inför vårtermin)
- 14/4 - 2024 möte

Utbildningar

- Truppgymnastik A
- Domarutbildning steg 1

Evenemang/Tävlingar

Vi hade en hemmatävling under hösten, Redskapscupen, där de flesta av våra trupper var med. Trupp Salto var och tävlade i Vetlanda under hösten. Under vårterminen var trupp hjulning, trupp handvolt och trupp flickis och tävlade i en ny region, Wifolkaträffen i Mantorp. Trupp Handvolt/hjulning i Virserum var och tävlade i Husqvarna och i Karlskrona.

Vi har även genomfört en juluppvisning med temat schlager genom tiderna samt deltagit på Valborgshoppet.

Tillsammans med andra grupper i föreningen har vi varit på träningsläger i Gropen, Växjö.

Att åka på tävlingar och delta i olika evenemang är väldigt uppskattad av gymnasterna. De tycker det är roligt.

Några av våra ledare har även deltagit och haft truppgymnastik på skolan Prolympias idrottsdag i Virserum den 29/9.



ALLA KAN GYMPA

Sektionsansvarig: *Eva Anemyr*

Ledare: *Eva Anemyr, Eva Körner och Christina Åkerlund*

Verksamheten under året

Gruppen består av träningsglada deltagare som varje torsdag kommer leende och är nyfikna på vad det blir för träning. Alla pass har start-och slutramsa. Musik är viktigt och därför har var och en ansvar för musiken och uppvärmningen. Vem den ansvariga är bestäms vid slutet av varje pass. Uppvärmningen avslutas med 2 danser. Samma varje gång för att rörelserna ska bli kända och att deltagarna därmed ska kunna vara aktiva.

Träningspassen varierar mellan bollspel, rörelsebanor, boxning, styrka-koordinationspass, pass till musik, sittgympa och olika träning efter önskemål. Vi tycker det är viktigt att alla deltagare ska kunna vara aktiva och därför måste vissa moment anpassas efter den enskilda personen. Det är därför bra att inte ha för stor grupp då det är svårt att hinna med anpassningarna. Denna termin har det fungerat bra. Passen med sittgympa, vilka kan varieras oändligt, är de pass där vi bäst kan få alla deltagarna aktiva. Deltagarna hade själva valt musik och satt ihop rörelserna till juluppvisningen och fick även igång publiken ordentligt. Det tackar vi för!

Vi har även haft "Alla kan gympa -Öppen hall" för barn/ ungdomar vid några tillfällen. Deltagandet har varierat men det har varit full fart.

Ledarträffar

2 planerings- och avstämningsmöten

Utbildningar

Inga detta år

GYMMIX GRUPPTRÄNING

Sektionsansvarig: *Malin Stolth, Susanne Ström & Louise Weinfors Lockström*

Ledare: *Alexander Henningsson, Camilla Solnevik, Cecilia Nunez, Frida Jonsson, Ida Nordin, Lisa Ekelund, Lisa Nordin, Louise Weinfors Lockström, Malin Stolth, Mikael Pettersson, Monica Örmander, Monika Svensson, Sandra Örmander, Susanne Ström Tina Lahti och Åsa Lindh.*

Verksamheten under året

Vi har under verksamhetsåret erbjudit totalt 12 gruppträningspass per vecka'. 10 pass i Hultsfred, 1 pass i Virserum och 1 pass i Målilla. Utöver ordinarie schema har vi även erbjudit Julgympa, ett Påskschema samt Maj-Gympa.

Verksamhetsåret har flutit på bra och totalt har ca 158 medlemmar varit registrerade i våra grupper. Vi har försökt få in fler ungdomar i vår verksamhet genom olika kampanjer och event men behöver fortsätta med vårt arbete för att nå denna målgrupp. Vi har även samarbetat en del med gymmet då vi anordnat inspirationsdagar eller andra aktiviteter i KGM-Hallen. Under året har vi även köpt in en del nya redskap då vi önskemål från medlemmar om en del kompletterande utrustning.

Ledarträffar

- 22/8 - 2023 Kickoff med föreningen samt sektionensmöte
- 27/10 ledarträff. Genomgång av höstens termin, samt diskussioner kring utveckling av sektionen och olika evenemang.
- 26/11 digital ledarträff, avstämning inför våren
- 4/2, digital ledarträff, genomgång av hur det ser ut i grupperna
- 19/4, terminsavslutning och ledarträff. Avstämning inför hösten och nästa verksamhetsår

Utbildningar

5 ledare deltog vid Camp Sydost i Växjö, en inspirationsdag för gruppträning.

4 ledare deltog i utbildningen koreografi och passuppbyggnad

Evenemang

- Inför terminsstarten smygstartade vi med gratis pass helgen v.35
 - Öppet hus i KGM-Hallen den 1/9
 - Ett utepass i Hagadal Outdoor i samband med Upptäck idrotten den 2/9, Hagadal
 - Prova på Box den 3/9.
- Den 29/11 medverkade en av våra ledare på Hultsfred Gymnasiums öppett hus där vi delade ut prova-på-biljetter till de ungdomar som var intresserade av att testa våra pass.
- Under december bjöd vi på en rörelsekalender i våra sociala medier med en ny lucka varje dag fram till julafton. Flera av våra ledare deltog med några luckor och övningar var.
- Inför vårterminen kickade vi igång med eventet Nystart den 7/1, en inspirationsdag i miniformat med föreläsning och gruppträningspass.
- Den 10/2 anordnade vi en ledardag där vi tillsammans städade vårt förråd i KGM-Hallen. Detta var mycket uppskattat både av er medlemmar men även av våra ledare som har barngrupper i lokalerna.
- Under vårterminen har vi för 3:e året i rad varit med och tränat HFK:s damlag med en blandad kompott av både pass och ledare.

GYMMET

Sektionsansvariga: Mikael Hedblom, Erika Lindell, Linda Pettersson

Värdar: Marcello, Cecilia, Daniel, Gladys, Morgan och Nellie

Verksamheten under året

Under 23/24 har vi märkt att det kommit tillbaka många kunder som av olika anledningar tycker om gymmet hos oss. Även en del nya kunder har fått upp ögonen för gymmet (135 st), vilket också har gjort att antalet tränande har ökat på KGM-gymmet. Under sommaren 2023 sålde vi också ett rabatterat s.k. ”sommarkort” som blev populärt och som många passade på att köpa. Där fick man träna från v.25-35. Vidare följde en kampanj från v.35 till årsskiftet vilket också blev en naturlig övergång för många kunder som nappade på detta.

Ledarträffar

Vid advent samlades hela gymsektionen med värdar och gick igenom lite inför kommande år, då Sandra och Micke under hösten -23 hade haft ett möte med KGM om hur vi skulle lägga upp kommande år (2024). KGM meddelade att man skulle byta maskinparken då leasingavtalet på redskapen gick ut under 2024, också att entrén till anläggningen skulle bytas ut helt och hållet, och att det skulle tas ett omtag gällande städningen som har varit i gym och sporthall. Vi meddelade då att gymvärdarna skulle börja städa en dag i veckan utöver helgerna som de har idag och att vi skulle återkomma med ett startdatum för detta. Lokaler skulle få fräschas upp/målas om, utomhusmiljön skulle bli bättre m.m.

Sandra bokade ett nytt möte med KGM för att allt ovan skulle ordnas men vi inväntar fortsatt ett besked om en mötestid.

Utbildningar

Har inte deltagit i några.

Evenemang

- Vi hjälpte till att sälja korv på mopperallyt den 5/8-2023
- Vi anordnade tillsammans med gymmix ett öppet hus den 1/9 - 2023 där vi fanns för frågor samt bjöd på korv som after-workout.
- När Hultsfred GK var värd korpens tipspromenad den 10/3-2024 deltog vi genom att man fick gratis träning gymmet.
- Den 7/1 deltog vi på gymmix evenemang Nystart där vi deltog genom att finnas på plats och visa upp gymmet.

Under året som gått har vi erbjudit flera kampanjer för att locka fler kunder till oss.

LEDARAKTIVITETER

Att ses tillsammans alla 90 ledare med sektionensansvariga och styrelse anser vi är viktigt, roligt och utvecklande. Därav har vi fortsatt med vår årliga kickoff och nytt för året som varit är att vi även hade en gemensam kick-off inför vårterminen. Det kändes bra att knyta ihop säcken av höstterminen, blicka framåt mot vårterminen och hälsa nya ledare välkomna. Båda evenemangen har varit uppskattade bland ledare och det har varit bra uppslutning vid båda tillfällena.

Vi har även under året funderat kring internutbildningar mellan ledare. Under verksamhetsåret provade vi att ha en intern utbildning i dans och koreografi som hölls av Gymmix ledare Sandra Örmander för ledare i Danzy Kidz. Våra ledare inom trupp gymnastik och äventyrsgymnastik har också besökt en ledarträff för bamseledarna för att visa tips och trix på övningar som är bra att kunna inför att man ska vidare upp i andra sektioner från bamse.

Utöver dessa gemensamma aktiviteter har även sektionerna genomfört olika evenemang för sina ledare.

EVENEMANG

Vi har under året arbetat med mycket arrangemang för att engagera våra medlemmar. Under året har vi arrangerat en trupptävling, jul och vårshow. Vi har även haft lite olika medlemsaktiviteter såsom Nystart, en inspirationsdag för att komma igång med vårens träning, Inspirationsdag i Parkour och Upptäck Idrotten. Se mer information om eventen i sektionernas berättelse.

Tävlingsarrangemang

Vi har under året arrangerat Redskapscupen den 14/10. De flesta av våra trupper kunde delta och tyckte det var roligt med en tävling. Vi som värd upplevde att evenemanget gick bra och att de som besökte oss var nöjda.

Utöver vår egen tävling har flera truppgupper varit iväg på olika tävlingar under verksamhetsåret

3. PROJEKT & SAMARBETEN

HAGADAL OUTDOOR

Hagadal Outdoor är den Parkour- och motorikbana vi arbetat med de senaste tre åren. I September 2023 var den färdigbesiktad och stod äntligen klar att användas efter att många stationer byggts under maj-juni samma år. Vi kan nu erbjuda aktiviteter utomhus och en del av våra grupper har under sina ordinarie träningstillfällen flyttat ut sin verksamhet. Utöver våra egna aktiviteter i anläggningen är vår förhoppning att området ska ge rörelseglädje för många kommuninvånare.

Den 2/9 hade vi en officiell invigning där ca 20 personer deltog. Ordförande Sandra Örmander höll ett tal om hur projektet gick från idé till färdig anläggning och avslutade med en gympalåt. Vi fanns sedan under dagen i anläggningen för frågor och prova-på-verksamhet.

Under året har vi även arbetat fram ett skötselavtal tillsammans med kommunen gällande anläggningen där våra gymnaster/grupper hjälper till att hålla ordning i anläggningen.

LEDARE – NAVET I FÖRENINGEN

Något som har efterfrågats av både ledare och sektionsansvariga som vi arbetat med under året är tydliga riktlinjer kring vilka ansvarsområden en ledare och sektionsansvarig har. I projektet ”Ledare – Navet i föreningen” har vi arbetat med att uppdatera våra ledardokument och riktlinjer. Syftet är att underlätta både rekrytering och introduktion av nya ledare samt att underlätta arbete för våra befintliga ledare. Dessa dokument innehållande information om ledaruppdraget, våra rutiner & policys, tips på utbildningar med mera finns nu på en ny plattform på vår hemsida. Här är de lättillgängliga för både ledare och de som är nyfikna på ledaruppdraget.

SPONSORER

Under året har vi fortsatt vårt arbete med sponsorer, att förtydliga sponsoravtal och försöka arbeta in en rutin för hur man löpande kan arbeta med sponsring. Vi börjar landa i ett arbetssätt och en rutin kring detta som kan tas med till kommande verksamhetsår. Att arbeta med sponsorer gör en stor skillnad för vår förening som detta år bl.a. kunnat köpa in material i form av ett Airtrack och Springblock (ca. 90 000kr). Fantastiskt!

SAMVERKAN

Det är många externa aktörer som hör av sig till oss och vill att vi ska delta i olika evenemang eller vara med och samverka på andra sätt. Under verksamhetsåret har vi bland annat deltagit på gymnasiets öppna hus, mopperallyt, serviceenhetens kick-off och idrottens dag på flera orter i kommunen samt Kulturnatta. Vi tycker det är roligt att sprida rörelseglädjen på andra evenemang än våra ordinarie tillfällen och är glada att så många tänker på oss.

UNGA HJÄRTAN PROJEKT

Under året har vi fortsatt att driva projektet "Unga hjärtan" med syfte att öka medvetenhet om organiserad idrott och spontanidrottför för ungdomar och barn i vår utomhusanläggning Hagadal Outdoor. Genom detta projekt har vi genomfört en

- Inspirationsdag i parkour den 5/11 med parkouraren Emanuel Hansson. Under dagen fanns det 3 olika pass att välja på, ett för vana parkourare, ett för nybörjare samt ett utomhus i vår anläggning. Dagen var gratis för de barn som är medlemmar i vår förening och både barn och ledare som deltog denna dag fick mycket inspiration.
- Den 2/9 arrangerade vi även tillsammans med Hultsfred Fotbollsklubb och Hultsfred Handbollsförening "Upptäck idrotten" den 2/9 där vi bjöd in kommunens föreningar att visa sin verksamhet. Det blev en lyckad dag med många besökare och vi hoppas att den lockade några barn till kommunens olika föreningar.

RÖRELSEBIDRAGET

Under verksamhetsåret har vi betalat ut 4 200 kr till 6 barn. Summan omfattar fyra medlemsavgifter till en summa av 600 kr samt träningsavgifter till en summa av 3 600 kr. Det har skänkts ledararvoden till en summa av 8050 kr.

Rörelsebidrag är ett ekonomiskt stöd som går att söka för den som av olika skäl har svårt att betala medlems- och terminsavgift. Medlen i bidraget kommer från ledare som skänkt sina arvoden, föreningens eget bidrag samt ev. bidrag från privatpersoner och sponsorer.

SAMHÄLLSRESAN

Under hösten 2023 och våren 2024 har projektet samhällsresan genomförts tillsammans med Integrationsenheten. HGK har under perioden okt-dec och mars - maj med Monika Svensson som ledare, tagit emot en mindre grupp människor som behöver träna på svenskan, lära sig om hälsa och träning samt fått information om hur den ideella idrottsrörelsen fungerar.

Höstens grupp har bestått av nio kvinnor och en man, vårens grupp har bestått av fyra män och sex kvinnor. Vi har under hösten träffats vid sex tillfällen under två timmar och 15 minuter, varje gång, och gruppen under våren har träffats sju gånger. Under dessa tillfällen har vi pratat om hälsa – Idrott och förenings-information. Vi har mer ingående fördjupat oss i lyftteknik, berört sömnens inverkan på måendet men också lyft upp frukostens nytta för att orka med dagens aktiviteter. Vi har delat upp varje tillfälle i två pass där det första passet har varit teoretiska samtal och del två har varit ett fysiskt pass. Det fysiska passet har omfattat sittgympa - ryggrämjande rörelser- cirkelträning- hinderbana, traditionell gympa samt stavgång.

Det har varit mycket god närvaro, deltagarna har medverkat och varit vetgiriga och använt det svenska språket som är ett viktigt inslag. Tillsammans har vi delat med oss till varandra av egna erfarenheter. Alla har kommit till tals mer eller mindre. Ett alldeles utmärkt sätt att träffa nya människor skapa kontakter samt få använda det svenska språket, när man kommit till ett nytt land.



Styrelsen vill avslutningsvis tacka alla medlemmar för ett riktigt härligt verksamhetsår!

Sandra Örmander, ordförande

Malin Stolth, sekreterare

Monika Svensson, kassör

Johan Thuresson, vice ordförande

Gladys Troncoso, vice kassör

Cecilia Thuresson, ledamot

Gabriella Wahlberg, ledamot

Sandra Stodell

