



Sollentunagymnasternas

Verksamhetsberättelse

2022-2023

Organisationsnummer: 814800-7043

Innehållsförteckning

1. Sollentunagymnasternas organisation 2022-2023	2
1.1 Styrelse och valberedning	2
1.2 Personal	2
1.3 Antal möten i styrelsen	2
2. Verksamhetsledare 2022-2023	3
3. Styrelsens berättelse verksamhetsåret 2022-2023	4
4. Verksamhetsberättelse och sektionsrapporter 2022-2023	5
4.1 Sektionsrapporter	6
5. Verksamhetsplan 2023-2024	11
6. Budget 2023-2024	12
7. Förslag från medlemmar	13
8. Förslag från styrelsen	13
9. Styrelsens beslut och underskrifter	14

1. Sollentunagymnasternas organisation 2022-2023

1.1. Styrelse och valberedning

Sollentunagymnasternas styrelse har under året haft följande sammansättning:

Ordförande	Marianne Bergström	
Ledamöter	Susanne Heyerdahl Jenny Bredahl Eva Lundqvist Saleh Ola Reppling Joanna Leksell Emelie Hambrook	Sekreterare Ledamot Ledamot/Kassör Ledamot Ledamot (from 221012) Ledamot (tom 230605)
Revisor	Per-Olov Strand, Finnhammars Revisionsbyrå	
Valberedning	Sofie Tuneld (Ordf), Mi Irvland, Jenny Söderberg	

Föreningen har tecknats av Marianne Bergström och Eva Lundqvist Saleh.

1.2. Personal

Anställda har under verksamhetsåret varit:

- Jeanette Ifwer-Kjellberg, Sportchef (100%)
- Carolina Hellsten, Kanslist (100%)
- Amanda Kjellberg, Trupp (100%)
- Sebastian Carlisle, Trupp (100%)
- Hanna Amoah, Naprapat (25%)
- Anna Hägerstrand, AG (15%)
- Frida Norberg Idrottskonsulent (80%) från och med mars 2022
- Frida Hallberg (Vikariat)

1.3. Antal möten i styrelsen

Styrelsen har haft 11 sammanträden under räkenskapsåret:

- 11 styrelsemöten
- 1 konstituerande möte

2. Verksamhetsledare 2022-2023

I föreningen har vi haft 292 ideella ledare verksamma. Tack vare deras engagemang har vi kunnat erbjuda många barn och ungdomar möjlighet till en aktiv fritid i vår förening under verksamhetsåret.

Vi utbildade 29 nya unga ledare i föreningens lärlingsprogram under året.

Ni ledare gör ett otroligt viktigt och bra arbete ute i hallarna!

Ett stort tack till Er alla för Ert engagemang!

3. Styrelsens berättelse verksamhetsåret 2022-2023

Våra 3 V ligger till grund för det vi gör.

Vision

En ledande gymnastikförening där alla får utvecklas på sin nivå.

Verksamhetsidé

Vi ska erbjuda gymnastikverksamhet för alla barn och unga i Sollentuna och dess närområde. Vi vill skapa en rolig, meningsfull och hälsosam fritid som ger möjlighet till utveckling och utmaning på den nivå man befinner sig.

Värdeord

Glädje, Kvalitet, Utveckling, Respekt, Samarbete (*Glädje KURS*)

Styrelsens medlemmar har tillsammans med sportchef och personal under året gjort en genomsyn av hela verksamheten för att säkra efterlevnad av Svenska Gymnastikförbundets Anvisningar för barn- och ungdomsträning.

Styrelsens löpande arbete har strukturerats efter verksamhetsplanens fyra fokusområden.

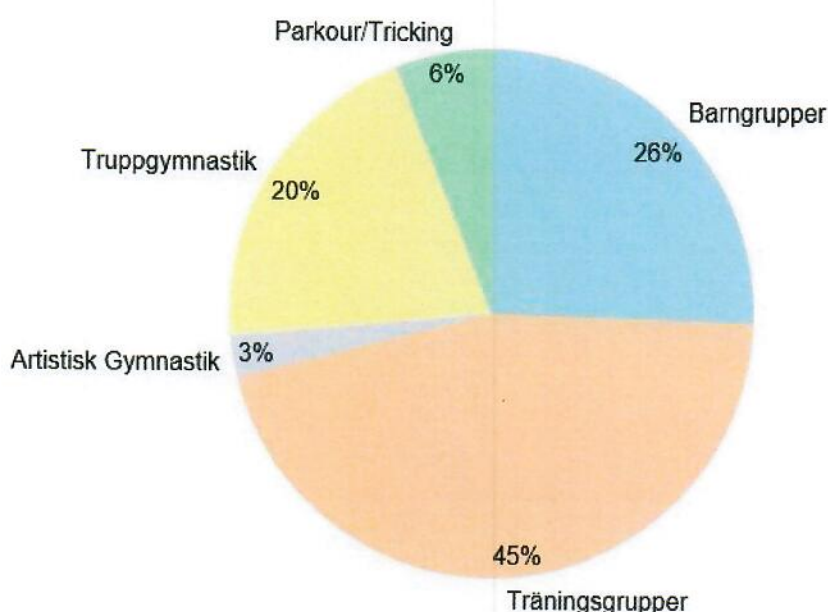
Åtaganden

Föreningen har ett åtagande med ett hallavtal för B-hallen i Satelliten samt åtagande med de anställda i föreningen.

4. Verksamhetsberättelse och sektionsrapporter 2022-2023

Vi har totalt varit 292 aktiva ledare som hjälpts åt att bedriva flera tusen gymnastiktimmar varje vecka (räknat på träningstimmar och antal gymnaster/vecka). Vi har under året erbjudit träning inom barn- och träningsgymnastik, funkisgympa, artistisk gymnastik (AG), trupp-gymnastik och parkour-tricking (PKTR).

Föreningen har under året haft totalt 1 816 aktiva gymnaster/utövare. De är fördelade i våra olika sektioner enligt nedan:



Det här är första året efter pandemin som vi har kunnat genomföra alla våra event såsom fyra interna läger, uppvisningar, barndag, märkestagning och även andra samarbeten. Det har varit roligt och mycket uppskattat. Under uppvisningen hade vi en fotograf som tog fina bilder som nu används internt men även för marknadsföring på bland annat ICA Maxi.

Inom ramen för funkisverksamheten så har vi deltagit i utbildningar och forum där vi träffat parasportförbundet och andra föreningar som har olika former av funkisverksamhet. Vi har alla bytt erfarenheter och inspirerat varandra och de föreningar som gärna vill starta. Vi har även varit i Rösjöskolans särklasser och genomfört gymnastiklektioner.

Riksidrottsförbundet har tagit fram riktlinjer för barn- och ungdomsidrott. Dessa har sedan anpassats av Svenska Gymnastikförbundet och förmedlats till alla gymnastikföreningar. Digitala träffar har erbjudits för att skapa förståelse och engagemang. Föreningens personal, styrelse och ett antal ideella ledare har deltagit i de digitala genomgångarna. Personalen har tillsammans med styrelsen gjort mindre justeringar i verksamheten för att säkerställa efterlevnad av anvisningarna.

Föreningen har även varit representerad på olika träffar med förbundet som ordförandeträffar, anställda i föreningsträffar, elitföreningsutbildning och en hel del ledarutbildningar.

Under året har vi testat att ha en grupp (T-MAX) i breddverksamheten som tränar två gånger/vecka tillsammans och som även har provat att tävla. Vi gjorde en utvärdering av projektet i juni och fick så fina resultat så att vi nu har beslutat att fortsätta och även utöka detta till två grupper.

Vi har haft ett bra samarbete med SISU som bland annat ledde fram till en kostföreläsning för ledare och föräldrar samt en för gymnaster (13 år och äldre). Den var mycket uppskattad.

Vi vill alldeles extra, tacka alla de som har ställt upp som mentorer till våra lärlingar under året, er insats betyder mycket och vi har med er hjälp kunnat utbilda 29 lärlingar i vårt lärlingsprogram.

Våra interna utbildare under året har varit: Tuva Berglund, Carolina Hellsten och Jeanette Ifwer Kjellberg.

Sportchefen vill rikta ett stort tack till våra sponsorer:

- ICA MAXI
- Gräsroten
- Sponsorhuset

Ett stort tack för allt engagemang under året till styrelsen, personalen, alla ideella ledare och övriga som hjälpt till i olika sammanhang. Ni gör skillnad!

4.1. Sektionsrapporter

Föreningen har fem huvudsektioner:

- Barngrupper
- Träningsgrupper
- Artistisk gymnastik (AG)
- Truppgymnastik
- Parkour/Tricking (PKTR)

Barngrupper

Sektion	Barngrupper
Antal grupper	15 grupper varav 4 Barn och Vuxen och 11 Barn
Antal ledare	65
Antal gymnaster	410
Målsättning för sektionen	• Erbjuder utmanande, roliga kreativa träningar där vi lägger stor vikt vid glädje och känslan av att få lyckas

	- Genom roliga utmaningar i leken, utveckla viktiga motoriska färdigheter såsom koordination, kroppsuppfattning och rumsuppfattning. - Attrahera fler föräldrar att bli ledare och utökad föräldramedverkan i barngrupperna
Prestationer och övriga aktiviteter under året	Höstterminen startade med uppstartsmöte för ledarna där vi hade både praktiska genomgångar och information från föreningen. Under hösten hade vi två digitala ledaravstämningar där vi på den första fokuserade på tips kring inkluderande träning och ansvarsfördelning och den andra planeringen inför Barndagen. Barndagen genomfördes 18/12 i Satelliten, barnen hade inspirationsträning i specialhallen samt fika och diplomutdelning. Vårterminen startade med informationsmöte och inspirationspass för alla ledare. På föreningens uppvisning i februari hade barngrupperna temat Babblarna.
Övriga kommentarer	Vi har fortsatt med digital introduktion för nya intresserade ledare för att tydliggöra vad ledaruppdraget innebär. Detta är ett önskemål som kommit upp i ledarenkäten inför att ta på sig ett ledaruppdrag.

Träningsgrupper

Sektion	Träningsgrupper
Antal grupper	35
Antal ledare	105
Antal gymnaster	730
Målsättning för sektionen	- Gymnastik för alla oavsett tidigare erfarenheter och ålder - Ge en bred bas i träningen med en progression i grundträningen som ger möjlighet till utveckling - Erbjuda alternativ som gör att fler pojkar fortsätter med gymnastik
Prestationer och övriga aktiviteter under året	Höstterminen startade med uppstartsmöte för ledarna där vi hade både praktiska genomgångar och information från föreningen. Under året har digitalt avstämningar genomförts med ledarteamen där vi diskuterat vad som har fungerat bra, vad som varit utmanande samt stämt av fokusövningar och progression av övningarna. Vårterminen startades upp med informationsmöte och inspirationspass för alla ledare. På föreningens uppvisning i februari hade träningsgrupperna temat "Best of musical". I maj genomfördes den årliga märkestagningen för lärande grupperna med sammanlagt 346 deltagare.

Övriga kommentarer	- Fokus på att fortsatt erbjuda möjlighet för nybörjare att komma in oavsett ålder genom grupperna BAS-termin, grupp 8-9 år och grupp T10-12 grund. - ParaGymnastik, funkisgympan, fortsätter med en grupp för barn med funktionsnedsättning. - I Lärande grupper 6-10 år arbetar vi fortsatt med kvalitetssäkring av träningen med fokusövningar och har under året diskuterat mycket gymnastikförståelse och feedback. - För de som är motiverade och vill träna mer har vi anordnat extra träningar på fredagar, uppdelat på ålder sammanlagt har 105 barn x-tränat. - Vi har testat att erbjuda en grupp med två ordinarie träningar i veckan, T-MAX. Deltagarna i gruppen är nöjda och upplever ökad utveckling och sammanhållning genom att de träffats fler gånger i veckan. - I träningsgrupper 10-12 år kan vi se att många stannar inom gymnastiken och vi har under året haft 4 fulla grupper och flera ledare som vidareutbildat sig under året. - Ungdomsgruppen 13-17 år har haft utmaningar med ledare men har fått bra föräldrastöd under året. - Vi har sett en liten ökning av pojkar igen och är tillbaka på 90 i sektionen. De flesta har deltagit i blandade grupper men vi har även erbjudit en grupp för bara pojkar P13-15.
--------------------	--

Artistisk Gymnastik (AG)

Sektion	Artistisk gymnastik
Antal grupper	5
Antal ledare	13
Antal gymnaster	42
Målsättning för sektionen	- Fortsatt arbeta med att öka antalet ledare i sektionen för att kunna erbjuda fler gymnaster möjlighet att träna AG i Sollentunagymnasterna. - Att representera Sollentunagymnasterna på tävling på både region och riksnivå
Prestationer och övriga aktiviteter under året	Målsättningen har även detta år varit att bredda sektionen, att behålla gymnaster i kvinnlig AG i junior och senior ålder och att kunna starta en nybörjargrupp inom kvinnlig AG vid starten av varje läsår. Vi startade en nybörjargrupp hösten 2022 och har under perioden kunnat erbjuda grupper på alla olika stadier i Svenska Gymnastikförbundets utvecklingsmodell, från lärande gymnastik till träna för att vinna.

	Gymnasterna har kunnat välja den grupp som passar bäst utifrån sin egen ambitionsnivå för att kunna utvecklas i sin takt i ett tempo som de önskar och mår bra av. Under perioden har sektionen representerat Sollentunagymnasterna på tävling på både region- och riksnivå. Fem gymnaster deltog på JSM under SM-veckan i juni 2023 där Saga Buchar placerade sig på en väldigt fin 2:a plats i hoppfinalen.
Övriga kommentarer	

Truppgymnastik

Sektion	Truppgymnastik - består av undersektionerna • FT (Förberedande Trupp) • ÖT (Övre Truppsektionen) • TAL - (Träna för aktivt liv - vuxengrupp)
Antal grupper	15
Antal ledare	92
Antal gymnaster	327
Målsättning för sektionen	• Väl sammansatta ledarteam med ledare som har grundläggande kompetens för aktuell nivå, har gymnasternas bästa i fokus och är nyfikna på vår tekniska röda tråd • Se sig själv och sin grupp som en del av något större (i träningshallen, sektionen och föreningen) • Se över och implementera anpassningar efter Svenska Gymnastikförbundets nya Anvisningar för Barn & Ungdomar
Prestationer och övriga aktiviteter under året	I augusti arrangerades en gemensam dag för att prova på tävlingsgymnastik tillsammans med sektionen för Artistisk gymnastik. Sebastian Carlisle var en av landslagsledarna för Junior Mixed på EM i september 2022. Föreningen har under året varit representerad på Rikstävlingar på nivå 2-4 samt USM och JSM. Något som stack ut under våren var de fina utförandepoängen i framför allt fristående. Uppvisningen i februari blev ett välordnat event av Övre Truppsektionen. Alla trupper visade upp fina nummer och kunde inspirera och vara förebilder för yngre gymnaster i föreningen. I maj anordnade ledarna i FT-sektionen den årliga interna Minitrupptävlingen. Alla FT-grupper var med samt även T-MAX.

Övriga kommentarer	• Under höstterminen lades mycket fokus på att få ihop grupperna och lära känna varandra i nya konstellationer. Under vårterminen flyttades fokus till samarbete mellan våra grupper och bedömningen är att bytet av grupp har känts tryggt för gymnasterna. • Efter avslutad vårterminen tappades ett större antal ledare, främst 18 år och uppåt, av naturliga anledningar som studier, arbete och flytt. • Som ett led i att anpassa oss efter Svenska Gymnastikförbundets Anvisningar för Barn & Ungdomsträning har vi arbetat fram en ny plan för gymnaster som vill börja i trupp.
--------------------	--

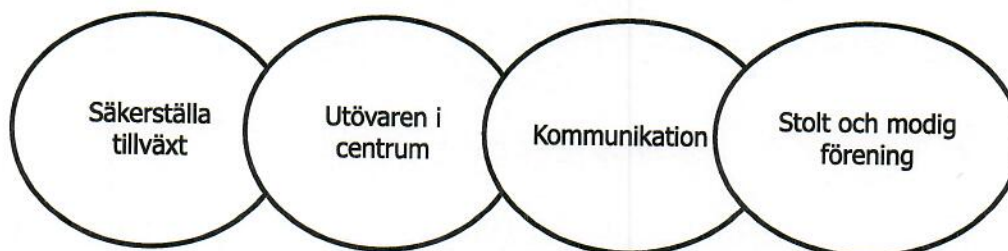
Parkour/Tricking

Sektion	PKTR (ParKour Tricking)
Antal grupper	4
Antal ledare	9
Antal gymnaster	97
Målsättning för sektionen	• Fokus på träningarna är att ge en god grund för Parkour och Tricking • Lyfta fram individens egen kreativitet genom att öka självkänslan, motoriken och intresset för träning så att utövaren kan ta mer ansvar för sin egen utveckling • Öka kvaliteten i träningen genom fler licensierade tränare • Utöka antalet medlemmar i sektionen
Prestationer och övriga aktiviteter under året	Tidigare har sektionen endast haft parkour från 10 år men inför vårterminen startades en nybörjargrupp för 7-9 år. I oktober genomfördes för första gången VM i Parkour i Tokyo och Miranda Tibbling tog ett historiskt VM-guld i Speed. Miranda har även presterat otroligt bra i världscupen med två segrar i Speed, i Sofia i september och i Montpellier i maj. Stort grattis och tack för att du är en så fin förebild! I juni hade vi Open Gym för att ge möjlighet för nya intresserade att prova sporten. Sammanlagt deltog 40 utövare.
Övriga kommentarer	Sektionen har ökat antalet medlemmar och fler aktiva kan inför nya året gå vidare från fortsättningsgruppen till den mer avancerade gruppen.

5. Verksamhetsplan 2023-2024

Föreningen Sollentunagymnasterna har som målsättning för kommande verksamhetsåret 2023-2024 att fortsätta utveckla verksamheten utifrån vår värdegrund och våra värdeord (glädje, kvalitet, utveckling, respekt och samarbete)

Vi fortsätter med de fyra fokusområden som sattes förra verksamhetsåret:



Säkerställa tillväxt:

Efter inventeringen har vi landat i att alla våra sektioner kan växa under förutsättning att vi har tillräckligt med ledare och lokaler. Vi vill bibehålla och öka kvaliteten och därefter öka i kvantitet. Föreningen är aktiva i sökandet efter ledare samt medlemmar i alla sektioner.

Utövaren i Centrum:

Riksidrottsförbundet har skapat riktlinjer för barn- och ungdomsidrott som Gymnastikförbundet har sett över specifikt för gymnastiken. Gymnastikförbundet förväntar sig att anvisningarna implementeras fullt ut i slutet av 2024. Föreningar som inte följer anvisningarna kommer att bli ålagda åtgärder. Vår uppfattning är att vi, efter några mindre justeringar, ligger väl i linje med anvisningarna.

Kommunikation:

Vi arbetar med regelbundna avstämningar i sektionerna tillsammans med ledare för att kunna informera, fånga upp och hjälpa till med det som känns utmanande eller oklart. Vi fortsätter stärka kommunikationen med kommunen, förbund och övriga externa aktörer/samarbetspartners.

Stolt och modig förening:

Vi fortsätter arbetet med fler interna workshops, utbildningar och diskussioner för att stärka vår vi-känsla och fortsätta vår resa med att vara modiga och utmana oss inom det vi tror på.

6. Budget 2023-2024

	Budget 22/23	Utfall 22/23	Budget 23/24
Verksamhetens intäkter			
Träningsavgifter	4 600 000	4 373 002	4 570 000
Medlemsavgifter	280 000	280 050	247 350
Försäkring/licens	167 400	177 390	179 000
Föreningens arrangemang	750 000	738 075	750 000
Övriga intäkter	20 000	58 000	20 000
Summa verksamhetens intäkter	5 817 400	5 626 517	5 766 350
Övriga intäkter			
Statliga/kommunala bidrag	720 000	843 989	800 000
Övriga bidrag/sponsring	30 000	67 123	30 000
Summa övriga intäkter	750 000	911 112	830 000
Summa intäkter	6 567 400	6 537 629	6 596 350
Verksamhetens kostnader			
Ledararvoden	1 283 000	1 256 923	1 283 000
Försäkring/licens	180 000	189 955	189 000
Föreningskostnader tävlingar	150 000	208 580	150 000
Omkostnader föreningens arrangemang	280 000	300 787	260 000
Hallhyror	800 000	768 370	810 000
Inköp Träningskläder för försäljning	0	51 976	20 000
Inköp Träningskläder föreningskostnad	50 000	16 968	40 000
Redskap/underhåll	30 000	86 150	50 000
Utbildning idrottsledare	200 000	160 949	200 000
Möten/Avslutningar	20 000	26 362	10 000
Ledarvård	100 000	9 737	40 000
Övriga kostnader (ink medlemsavgifter)	65 000	80 179	65 000
Summa verksamhetens kostnader	3 158 000	3 156 936	3 117 000
Övriga kostnader			
Kontorskostnader	130 000	106 566	110 000
Ekonomi/Revision	180 000	210 516	190 000
Summa övriga kostnader	310 000	317 082	300 000
Personalkostnader			
Lön och sociala avgifter	3 000 000	2 959 777	3 103 243
Utbildning personal	10 000	6 682	10 000
Personalförsäkringar	115 000	99 173	142 899
Övriga personalkostnader	15 000	19 376	20 000
Summa personalkostnader	3 140 000	3 085 008	3 276 142
Avskrivningar	80 000	62 185	86 021
Resultat	-120 600	-83 582	-182 813

7. Förslag från medlemmar

Inga förslag har inkommit.

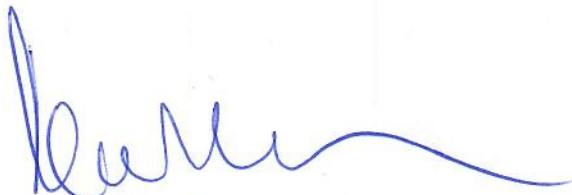
8. Förslag från styrelsen

Styrelsen föreslår ändring av stadgarna.

9. Styrelsens beslut och underskrifter

Styrelsen för Sollentunagymnasterna har tagit beslut om denna verksamhetsberättelse.

Underskrifter, Sollentuna 2/10 2023



Marianne Bergström
Ordförande



Susanne Heyerdahl
Sekreterare



Jenny Bredahl
Ledamot



Eva Lundqvist Saleh
Ledamot



Ola Reppling
Ledamot



Joanna Leksell
Ledamot