



Sollentunagymnasternas
Verksamhetsberättelse
2023-2024

Organisationsnummer: 814800-7043

Innehållsförteckning

1. Sollentunagymnasternas organisation 2023-2024	2
1.1 Styrelse och valberedning	2
1.2 Personal	2
1.3 Antal möten i styrelsen	2
2. Verksamma ledare 2023-2024	3
3. Styrelsens berättelse verksamhetsåret 2023-2024	4
4. Verksamhetsberättelse och sektionsrapporter 2023-2024	5
4.1 Sektionsrapporter	6
5. Verksamhetsplan 2024-2025	12
6. Budget 2024-2025	13
7. Förslag från medlemmar	14
8. Förslag från styrelsen	15
9. Styrelsens beslut och underskrifter	16

1. Sollentunagymnasternas organisation 2023-2024

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 Malin Sundström	Ledamot Ledamot Ledamot/Kassör Ledamot Ledamot/Sekreterare Ledamot (from 231012)

Revisor Per-Olov Strand, Finnhammars Revisionsbyrå

Valberedning Jenny Söderberg (Ordf), Tilde Werner

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%) (tom 240408)
- Paul Karlsson, 100% (from 240601)
- Hanna Amoah, Naprapat (25%)
- Anna Hägerstrand, AG (15%)
- Frida Norberg Idrottskonsulent (80%) (tom 240416)
- Frida Hallberg (Vikariat)

1.3. Antal möten i styrelsen

Styrelsen har haft 11 sammanträden under räkenskapsåret:

- 10 styrelsemöten
- 1 konstituerande möte

2. Verksamhetsledare 2023-2024

I föreningen har vi haft 300 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 2023-2024

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)

Året för styrelsen har präglats av ett nära samarbete och stöd gentemot sportchef/personalen. Genom kontinuerlig dialog och samverkan har vi kunnat stötta varandra, och det har varit en glädje att se hur vi tillsammans har kunnat hitta lösningar och driva verksamheten framåt trots stundvis knappa resurser. Sportchefen och personalen har genomfört året med bravur, ställt upp för varandra, samarbetat, tagit sig an utmaningar och hittat lösningar för att kunna bibehålla en hög kvalitet, glädje och utveckling i hela verksamheten.

Styrelsen har strävat efter att vara tillgänglig och aktiv i de processer där vi kunnat bidra, såsom stöd i resursplanering, rekrytering, förbundsträffar, uppstartsmöten, uppvisningar och andra arrangemang. Sportchefen har gjort styrelsen nyfiken och involverat oss i flera kommande projekt tillsammans med kommunen. Bland andra, hur vi tillsammans med kommunen ytterligare uppmuntrar en aktiv fritid och hur vi kan möjliggöra gymnastikutövande för barn och unga i hela kommunen med extra fokus i områden där barn och ungas föreningsdeltagande och fritidsaktiviteter för närvarande är lägre än i andra områden. Styrelsen har även sett över möjligheterna för att göra föreningens verksamhet tillgänglig för ännu fler, bland annat genom att underlätta för de med sämre ekonomiska förutsättningar att kunna delta i verksamheten.

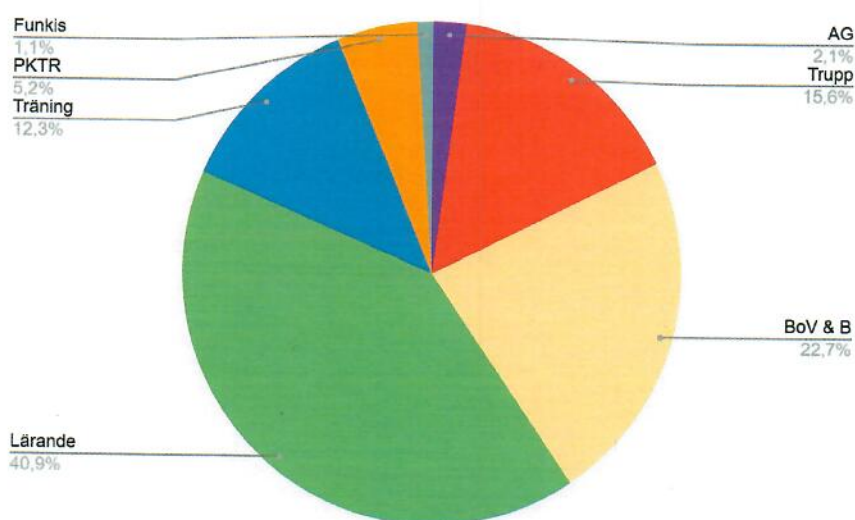
Åtaganden

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

4. Verksamhetsberättelse och sektionsrapporter 2023-2024

Vi har totalt varit 300 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 1 804 aktiva gymnaster/utövare. De är fördelade i våra olika sektioner enligt nedan:



Det har varit ett bra år trots omständigheterna. Vi har haft en personalbrist på kansliet som lett till att vi har behövt vara väldigt flexibla och byta roller så att allt som normalt sett sker under gymnastikåret ändå har kunnat genomföras. Vi har inte kunnat prioritera utvecklingsarbeten som vi hade hoppats på men försökt att fokusera på det som gör mest nytta för flest medlemmar. Styrelsen har stöttat och hjälpt till både med uppstartsmöten och annat praktiskt men även fattat kloka beslut om att ta in hjälp externt till kansliet via ett bemanningsföretag. Samarbetet har nu lett till att vi har en ny anställd som idrottskonsulent från och med slutet av oktober.

I enlighet med riktlinjer för barn- och ungdomsidrott, har vi under året provat ett nytt system som ersatte "provapå"-tävlingsgymnastik samt år ett i respektive tävlingsdisciplin (AG och trupp). I stället för att erbjuda ett tillfälle för att testa tävlingsträning så erbjöd vi en variant av x-träning som pågick i två terminer. Alla barn i föreningen som var födda 2016 och 2017 erbjöds att utöver den vanliga gruppen, få anmäla sej till FX-träning en dag/vecka. De fick prova på trupp, AG och träningsgymnastik i en härlig blandning och innan vårterminens slut så hade alla i FX fått erbjudande att testa på att tävla i både trupp och AG. Alla barn rekommenderades vidare träning med grupp till hösten som ledarna ansåg var den mest gynnsamma fortsättningen för varje barn. Projektet blev så lyckat och uppskattat av över 40

barn som deltog så vi beslutade tillsammans med styrelsen att vi ska fortsätta med detta tillvägagångssätt även under kommande verksamhetsår.

Vi har haft fyra lovläger, Uppvisning, Märkestagning, en ny inbjudningstävling inom trupp för riksnivå 1&2 i fristående, internutbildningar, utbildningar i förbundets regi i våra lokaler och avstämningar löpande med våra ledare.

Vi har inlett ett spännande samarbete med Svenska Gymnastikförbundet och kommunen gällande utveckling av motorikträning inomhus och utomhus. Projektet fortlöper under hösten.

Föreningen har även varit representerad på olika träffar med förbundet som ordförandeträffar, anställda i föreningsträffar, gymnastikforum och en hel del ledarutbildningar. Vi var även representerade på International TeamGym Conference.

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: Carolina Hellsten, Amanda Kjellberg, Sebastian Carlisle 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	16 grupper varav 5 Barn och Vuxen och 11 Barn
Antal ledare	75
Antal gymnaster	409

Målsättning för sektionen	• Erbjuda utmanande, roliga och 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 höstens avstämning fokuserade vi på kommunikation. Terminen avslutades med Barndagen i Satelliten där gymnasterna hade inspirationsträning i specialhallen med fika och diplomutdelning. Vårterminen startade med en digital träff där vi gick igenom ledarskapets 5 nycklar (lyssna, fråga, sortera, återkoppla och utmana) samt struktur och rutiner kring träningen. På föreningens uppvisning i februari var barngrupperna utklädda till maskotar.
Övriga kommentarer	Vi arbetar vidare med att förenkla rekryteringsprocessen av nya ledare och att öka andelen ledare som känner sig trygga att fortsätta sitt ledarskap från barngrupp till lärande grupp.

Träningsgrupper

Sektion	Träningsgrupper
Antal grupper	36
Antal ledare	120
Antal gymnaster	760
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. • Individanpassad träningen istället för att nivåindelade grupper. • 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. Vi hade ett digitalt uppstartsmöte till vårterminen med temat ledarskapets 5 nycklar (lyssna, fråga, sortera, återkoppla och utmana). Den 18 maj hade vi märkestagning på förmiddagen med 400

	deltagare och på eftermiddagen genomfördes Sollentunagymnasternas nya klubb tävling för gymnaster i våra Träningsgrupper, T-max grupper samt ungdomsgruppen. Syftet var att gymnasterna tillsammans med sin grupp/lag fick prova på att tävla under trygga förhållanden som ska ge en positiv upplevelse. Upplägget var tävlingslikt men utan rankning och utslagning. Tävlingens upplägg och genomförande arbetades fram under våren av ledarna i dessa grupper tillsammans med kansliet.
Övriga kommentarer	• Fortsatt fokus på att 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. • För de som är motiverade och vill träna mer har vi anordnat extra träningar, sammanlagt har 117 barn x-tränat. • Vi ser fortsatt att antalet pojkar minskar. Vi ser att pojkar som väljer pojkgupp stannar kvar i föreningen medan vi tappar dem som går i blandade grupper.

Artistisk Gymnastik (AG)

Sektion	Artistisk gymnastik
Antal grupper	5
Antal ledare	14
Antal gymnaster	34
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. 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 på AG och trupp. Under hösten 2023 startades x-träning för gymnaster 2016/2017 från grupper i Lärande gymnastiken. En möjlighet att prova på tävlingsgymnastik, både AG och trupp, för att sedan kunna göra ett medvetet val till HT

	2024. När gymnasterna ska välja trupp eller AG i tävlingssektionen eller att vara kvar i Lärande gymnastik eller träningsgrupp. Under perioden har vi i sektionen 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. Fyra gymnaster deltog på JSM under SM-veckan i juni 2024. Emilia Wallentin har under perioden representerat Sollentunagymnasterna i Aspiranterna. Aspiranterna är en nationell träningsgrupp inom kvinnlig artistisk gymnastik med syfte att utveckla och bevara gymnaster i åldern 14 år och uppåt och som inte är uttagna till landslag. De 28 främsta gymnasterna på Höstpokalen tas ut till Aspiranterna för ett år framåt. Vi har också deltagit med två gymnaster i Utvecklingsgruppen som riktar sig till föreningar och tränare med gymnaster som tränar och tävlar på nationell nivå på steg 7-10 där ambitionen finns att ta gymnasterna genom Svenska stegserierna.
Övriga kommentarer	

Truppgymnastik

Sektion	Truppgymnastik - består av undersektionerna • FT (Förberedande Trupp) • ÖT (Övre Truppsektionen) • TAL - (Träna för aktivt liv - vuxengrupp)
Antal grupper	13
Antal ledare	88
Antal gymnaster	282
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 • Följa vår struktur och hitta möjligheter till samarbeten mellan grupperna till tävling och vidare utveckling • Tydliga rekommendationer till våra gymnaster vid gruppbyten • Utveckla och implementera ett tillvägagångssätt som ersätter FT

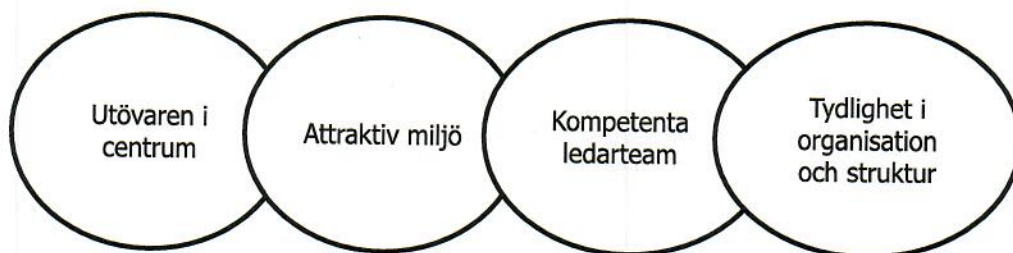
	år 1 i linje med Barn & Ungdomsansvisningarna
Prestationer och övriga aktiviteter under året	Vi tog bort "Prova på tävlingsgymnastik" och ersatte det med att gymnasterna födda år 2016 och 2017 fick gå på x-träning under 1 år, så kallad FX. X-träningen innehöll tydliga inslag av trupp & AG, och alla 40 stycken gymnaster som deltog blev erbjudna att få testa på våra interna tävlingar inom trupp & AG för att få en bild av vad det är. Lisa Heyerdahl och Sofie Sintring, från Elittruppen, har deltagit på SM i maj tillsammans med Teamgym Norrort, ett samarbete mellan oss, Täby GF och Enebybergsgymnasterna. Lisa och Sofie var en viktig del av laget och tävlade på samtliga varv och fristående. Våra Ungdoms/Junior/Senior-trupper har samarbetat mycket kring träning och även på flera tävlingar vilket gynnat många gymnaster. Föreningen har under året varit representerad på Rikstävlingar på nivå 1-4 samt USM, JSM och även 2 st gymnaster på SM. Något som stack ut var de fina utförandepoängen i framför allt fristående, samt en bronsmedalj på Riksettan.
Övriga kommentarer	- Till vårterminen tog vi beslutet att göra om MTp till MT2 på grund av att killarna blev en för liten trupp själva, vi har ett högt tryck in i truppen från träningssektionen och vi såg också att gymnaster som går MT behöver kunna välja mellan grupperna beroende på träningstider för att kunna kombinera det med flera sporter. Resultatet blev en större trupp med blandat killar och tjejer. - Under vårterminen beslutade vi att T-MAX från träningssektionen blir en del av truppen istället, vilket gör att vi har två spår från år 3 på FT. Grön som fortsatt tränar 2 gånger i veckan och Blå som tränar 3 gånger i veckan. - En stor del av våra äldsta gymnaster i JT/AT/ET är över 18 år och vi är glada att så många har valt att fortsätta träna gymnastik. Vi har jobbat mycket med att få gymnasterna att känna sig delaktiga i föreningen genom att de till exempel varit förebilder på olika events som Märkestagningen och Barndagarna samt deltagit i planeringen av uppvisningen. - Ledarna har samarbetat otroligt väl under året. Vi startade året med färre ledare och många har klivit in och stöttat i andra grupper för att bidra till en bra träning för gymnasterna och för varandra. - Efter 8 år hos Sollentunagymnasterna har Sebastian Carlisle slutat för att ta sig an nya utmaningar utanför idrottens värld. Under våren 2024 rekryterade vi en ny tränare, Paul Karlsson.

Parkour/Tricking

Sektion	PKTR (ParKour Tricking)
Antal grupper	4
Antal ledare	10
Antal gymnaster	92
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	Miranda Tibbling har fortsatt visat fina framgångar på tävlingar runt om i världen bla tog hon sitt 6:e raka Världscupsguld i speed den 12 maj 2024 och är en väldigt fin förebild för Parkouren.
Övriga kommentarer	Nybjörjargruppen för 7-9 år kommer vi att fortsätta med då det föll väl ut.

5. Verksamhetsplan 2024-2025

Föreningen Sollentunagymnasterna har som målsättning för kommande verksamhetsåren 2025-2028 att fortsätta utveckla verksamheten utifrån vår värdegrund och våra värdeord (glädje, kvalitet, utveckling, respekt och samarbete). Vi har valt fyra fokusområden att utveckla vår verksamhetsplan utifrån:



Utövaren i Centrum

I alla våra grupper, på varje träning och i alla beslut, alltid sätta våra utövare i centrum. Vi vill tillhandahålla en hållbar träning över tid och tillsammans med gymnasten ta beslut som gynnar den fortsatta utvecklingen.

Attraktiv miljö

Bibehålla/skapa miljöer där både ledare och utövare trivs. Vi ska verka för:

- en stark positiv föreningskänsla
- att fler platser byggs för barn i rörelse
- att skapa fysiska miljöer med utrustning som är anpassad för verksamheten

Kompetenta ledarteam

Teknisk kompetens i kombination med ett bra ledarskap för att forma en hållbar och balanserad ledarskapskultur. Vi kommer att arbeta för att utveckla ledare genom att:

- arbeta aktivt med kommunikation, trygghet och tydlighet
- interna utbildningar
- externa utbildningar

Tydlighet i organisation och struktur

Vi vill fortsätta vara modiga och utmana oss för att utvecklas. Vi ska:

- hålla i det som vi gör bra men samtidigt vara lyhörda för förbättringar
- arbeta med att ytterligare utveckla vår kommunikation så att vägen för både ledare och utövare blir tydlig för alla

6. Budget 2024-2025

	Budget 23/24	Utfall 23/24	Budget 24/25
Verksamhetens intäkter			
Träningsavgifter	4 570 000	4 416 859	4 530 000
Medlemsavgifter	247 350	276 600	246 450
Försäkring/licens	179 000	247 470	240 000
Föreningens arrangemang	750 000	767 627	790 000
Övriga intäkter	20 000	113 664	60 000
Summa verksamhetens intäkter	5 766 350	5 822 220	5 866 450
Övriga intäkter			
Statliga/kommunala bidrag	800 000	799 689	800 000
Övriga bidrag/sponsring	30 000	107 375	30 000
Summa övriga intäkter	830 000	907 064	830 000
Summa intäkter	6 596 350	6 729 284	6 696 450
Verksamhetens kostnader			
Ledararvoden	1 283 000	1 450 154	1 450 000
Försäkring/licens	189 000	178 170	240 000
Föreningskostnader tävlingar	150 000	308 478	250 000
Omkostnader föreningens arrangemang	260 000	367 857	300 000
Hallhyror	810 000	809 616	810 000
Inköp Träningskläder för försäljning	20 000	42 546	0
Inköp Träningskläder	40 000	23 582	0
Redskap/underhåll	50 000	50 252	60 000
Utbildning idrottsledare	200 000	129 287	140 000
Möten/Avslutningar	10 000	46 830	20 000
Ledarvård	40 000	20 340	20 340
Övriga kostnader (ink)	65 000	70 350	65 000
Summa verksamhetens kostnader	3 117 000	3 497 461	3 355 340
Övriga kostnader			
Kontorskostnader	110 000	137 185	135 000
Ekonomi/Revision	190 000	219 658	205 000
Summa övriga kostnader	300 000	356 843	340 000
Personalkostnader			
Lön och sociala avgifter	3 103 243	2 662 178	2 868 930
Utbildning personal	10 000	2 250	90 000
Personalförsäkringar	142 899	90 922	105 870
Övriga personalkostnader	20 000	26 076	20 000
Summa personalkostnader	3 276 142	2 781 427	3 084 799
Avskrivningar	86 021	94 050	105 052
Resultat	-182 813	-496	-188 742

7. Förslag från medlemmar

Inga förslag har inkommit.

8. Förslag från styrelsen

Styrelsen föreslår att en fond upprättas för att kunna ge fler barn, ungdomar och vuxna möjlighet att delta i Sollentunagymnasternas verksamhet.

Syfte

Ge fler barn, ungdomar och unga vuxna möjlighet att delta i Sollentunagymnasternas verksamhet. Idrott är en viktig kraft i samhället, både för hälsoeffekterna som fysisk rörelse ger men också för de sociala aspekterna som ett sammanhang medför.

Sollentunagymnasterna är en förening med många medlemmar och vill göra verksamheten tillgänglig för ännu fler. Med den nystartade fonden vill vi underlätta för de med sämre ekonomiska förutsättningar att kunna delta i verksamheten.

Medel

I ett första steg avsätter föreningen ett belopp om 25.000 kr ur egna medel. Fortsättningsvis kan det bli aktuellt med bidrag från sponsorer och privatpersoner.

Vem kan söka?

Befintliga medlemmar kan söka bidrag från fonden för att täcka träningsavgift eller kostnader för läger, tävling och föreningens kläder. Medlemsavgiften samt försäkringen (där det är tillämpligt) måste alltid täckas av medlemmen och måste vara betald för att ansökan ska behandlas. Besluten kan inte överklagas. Det är fritt för medlemmar att söka bidrag från fonden flera gånger per år.

Bedömning av ansökningar

Vi riktar fonden till medlemmar som har behov av ekonomiskt stöd för att kunna hålla på med någon idrott. En kommitté från klubben hanterar ansökningar löpande under året. En individuell bedömning görs av varje ansökan.

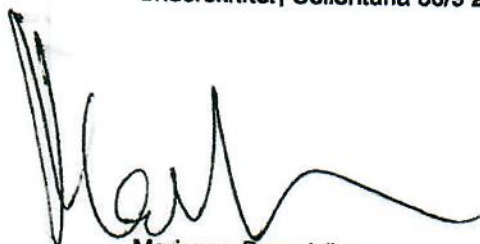
Redovisning

Fonden är helt transparent i sin redovisning, men ansökande medlemmar förblir alltid anonyma. Redovisning av utbetalda medel och antal medlemmar som stöttats redovisas i Sollentunagymnasternas verksamhetsberättelse.

9. Styrelsens beslut och underskrifter

Styrelsen för Sollentunagymnasterna har tagit beslut om denna verksamhetsberättelse.

Underskrifter, Sollentuna 30/9 2024



Marianne Bergström
Ordförande



Joanna Leksell
Sekreterare



Jenny Bredahl
Ledamot



Eva Lundqvist Saleh
Ledamot



Ola Reppling
Ledamot



Susanne Heyerdahl
Ledamot



Malin Sundström
Ledamot