



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

FÖR

**GÖTLUNDA
IDROTTSFÖRENING**

VERKSAMHETSÅRET
2024



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2024

Götlanda Idrottsförening

STYRELSE

Ordförande: Nina Nääs

Sekreterare: Johan Asp

Kassör: Anneli Eriksson

Ledamot: Sol-Britt Gustavsson

Ledamot: Jennifer Karning

Ledamot: Hollie Sjöstrand

Ledamot: Emma Sjöstrand

Ledamot: Jonas Gustavsson

ALLMÄNT

Styrelsen har under året haft nio protokollförda styrelsemöten. Medlemsantalet i föreningen har varit fortsatt stabilt och 31 december var vi totalt 263 medlemmar.

45 barn (23 kvinnor / 22 män)

71 ungdom (34 kvinnor/37 män)

116 vuxna (58 kvinnor/58 män)

23 stödmedlemmar (10 kvinnor/13 män)

8 hedersmedlemmar (5 kvinnor/3 män)

Under våren anordnades sedvanlig städdag på Götvallen där vi bjöd på korv och fika. Vi har sökt bidrag till att kunna optimera energiförbrukningen genom att uppgradera värmesystemet till ett mer energieffektivt. Återstår att se om ansökan går igenom, arbetet kommer att fortsätta under 2025.

Götvallengruppen har även jobbat vidare med belysning vilket kommer fortsätta när vintern släppt taget. Tyvärr grävdes föreningens avloppsledning av vid dikning av bäcken och i samma veva gick våra LTA-pumpar sönder vilka som tur var gick att reparera. Under tiden har slambil fått tömma brunnen. Anläggningen hålls i ett väldigt bra skick och detta till stor insats av de ideella krafter vi har.

Avtalet för elljusspåret löper på årsvis och förlängdes nyligen, styrelsen har för avsikt att se över detta. Spåret är ett uppskattat inslag i byn och många använder sig av det dagligen.

Sponsorgruppen har under 2024 gjort ett bra arbete med att hitta sponsorer och likaså tipsgruppen som även dem gör bra arbete att få in pengar till föreningen.

Vi har tre aktiva sektioner och en vilande vilken är skidsektionen. Sektionerna gjort ett bra jobb med att hålla igång verksamheterna och framförallt har gymnastiken fått en, för oss i föreningen, ny aktivitet ”zumba” vilket av deltagarna varit väldigt uppskattat inslag.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2024

Götlunda Idrottsförening

EKONOMI

Ekonomi i föreningen är väldigt god och vi är stolta över att kunna investera i ungdomar som önskar tävla och träna. Vi jobbar aktivt med att hitta ytterligare inkomstkällor till föreningen för att kunna utveckla verksamheten ytterligare.

Viktigast och mest värdefulla är dock ändå alla som ställer upp ideellt i verksamheterna.

FÖRSLAG TILL NYA STADGAR

Under sena året har föreningens stadgar från 2017 fått sig en översyn då det stundvis varit svårt att leva upp till samtliga paragrafer med tillsättande av styrelsefunktioner och kommittéer. I arbetet med nya stadgar har regler från bl.a. Riksidrottsförbundet samt Skatteverket gått igenom, vilka vi till viss del tidigare inte följde.

Styrelsens önskan är givetvis att föreningen kan ha stadgar vi i praktiken kan uppfylla varför det finns förslag till nya stadgar att ta ställning till på årsmötet.



FOTBOLLSSEKTIONEN

Sektionens sammansättning

PF18-19 (Bollkul)	Ola Rikardsen, Frida Ronnling, Josefin Andestam
PF16-17	Gustav Danielsson, Sofie Lymar, Frida Gustavsson, Klara Tierny
PF13-15	Jennifer Karning, Sandra Sundqvist, Elina Jansson, Troy Sjöstrand Melvin Edvardsson
Öppen träning	Tor Stolpe

Bollkul

Har i år bestått av killar och tjejer födda 2018-2019. Intresset för bollkul visade sig vara stort redan från första träningen och det har varit mellan 16-26 barn på plats. Ledarna har tagit hjälp av föräldrar som agerat "hjälptränare" så alla barn blir sedda. Under träningarna har det alltid varit två huvudtränare och två hjälptränare som har hållit i blandade bollövningar med mycket lek. Säsongen avslutades med en spännande föräldramatch, korv med bröd och medalj till alla barn som deltagit.

PF16-17

Laget har i år bestått av ca 21 registrerade spelare. Under träningarna har de haft övningar med och utan fotboll. I början på varje träning har laget samlats och gått igenom upplägget för dagens träning, de har också pratat om fotbollens regler eller situationer som hänt och samtidigt även diskuterat hur de vill att man som spelare ska vara och behandla varandra. Spelarna har fått lära sig att samspela i grupp genom t.ex. spela tvåmål/match och olika tafatt-lekar samt även i mindre grupper genom passningar och skott övningar. Vi har även haft individuella övningar som dribbling med boll. Laget arrangerade även ett eget poolspel i Götlunda där de bjöd in andra närliggande lag och det har även deltagit på ett annat poolspel och spelat en bortamatch. Detta upplevdes som väldigt positivt och utvecklande att få möjlighet träffa andra lag. Säsongen avslutades föräldramatch, korv med bröd och medalj till alla spelare som deltagit.

PF13-15

Laget har spelat i den gröna serien pojkar födda 2014 under säsongen. De har varit iväg på tre cuper tillsammans som stärkt spelarna och hållit ihop gruppen mycket bra. Under säsongen har de varit 5st ledare där de har varvat med träningsplaneringarna, detta har även möjliggjort att de kunnat anordna specifika målvaktsträningar, individuella spelarsamtal, de har också kunnat genomföra alla planerade träningar. Laget har varit en trupp på 17 spelare, 7 tjejer och 10 killar. Året har varit lärorikt och de har jobbat både på individnivå och gruppnivå. Detta var första året som laget spela 7mot7. Deras största mål har varit gruppens dynamik, planens uppbyggnad, spelytor, kantspel, målvaktens position, spelarnas positioner, rättvänd, halvtvänd och felvänd. Laget har verkligen kämpat och framför allt haft kul tillsammans. Utöver detta har de haft en kick-off då åkte de till Örebro och tittade på när ÖSK spelade och åt på Max, de har haft föräldramatch, sålt hamburgare på Götlunda bygdens dag och säsongen avslutades med en mycket uppskattad övernattnings på klubben. Öppen Träning: Öppen träning har fortsatt att träna på under säsongens gång, det har varit blandade åldrar och olika antal vid tillfällena.

SummerCamp

Även i år körde vi SummerCamp sista veckan på sommarlovet och som sist så blev det ett rekordår i deltagande som slutade på 78 st barn från och runt omkring Götlunda och Arboga. Ett härligt ungt ledargäng från Götlunda och Arboga planerade veckan full med fotboll och glädje. Återigen en väldigt uppskattad vecka med många skratt.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2024

Götlunda Idrottsförening

FRIIDROTTSSEKTIONEN

Sektionens sammansättning:

Sol-Britt Gustavsson (sektionsansvarig)

Berndt Carlsson

Maj-Britt Carlsson

Christer Davidsson

Laila Hellström

Julia Karlsson

Hanna Wallén.

Ungdomsledare:

Veronica Axelsson

Julia Karlsson

Sol-Britt Gustavsson

Sektionen har hållit sex protokollförda möten och två medlemsmöten. Det ekonomiska läget har även detta år varit tillfredställande och givit sektionen möjlighet att delta på önskade tävlingar. Sektionen har deltagit i 16 nationella tävlingar och 3 deltävlingar i *Sommarserien*. Träningarna har i huvudsak bedrivits på måndagar och onsdagar. Sommartid på Götvalen, hösten vid elljusspåret och vintertid i Götlunda skolas gymnastiksal. Fyra träningspass har genomförts i Tybblelundshallen i Örebro, här har ungdomarna haft möjlighet att inomhus kunna träna sina olika grenar fullt ut vilket varit väldigt uppskattat. Sektionen har deltagit vid olika arbetsuppgifter vid Götvalen och innan sommaruppehållet spelade man brännboll och fikade. Vid årsavslutningen i december samlades ungdomarna med sina föräldrar till prisutdelning och fika.

Veteran-SM

Per Holmqvist representerade GIF och placerade sig på 1:a plats i M35 20k gång i Eskilstuna.

Regionmästerskap

Michal Kulik har representerat Västmanlands län i Regionmästerskapen för 13/14 -åringar.

DM-tävlingar

GIF har representerats av Frida Simonsson, Alvina Enström, Freja Mäki, Alva Axelsson och Michal Kulik vid *inomhus-DM södra Svealand*.

Lokala tävlingar

I *Sommarseriens* andra deltävling, som hölls på Götvalen, deltog nio ungdomar från GIF.

14 ungdomar och 2 vuxna tävlade i Götlunda IF:s trekampsmästerskap under hösten.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2024

Götlanda Idrottsförening

GYMNASTIKSEKTIONEN

Sektionens sammansättning

Anneli Eriksson (sektionsansvarig)

Tove Simonsson

Tobias Jansson

Sven-Eric Haglund

Sandra Elgeby

Sandra Sundqvist

Frida Gustavsson

Konditions- & styrketräning (tisdagar & torsdagar)

Badminton (onsdagar)

Badminton (tisdagar)

Barngymnastik (söndagar)

Innebandy (söndagar)

Zumba fitness (tisdagar fr. november)

Badminton har spelats under hela året medan de andra aktiviteterna har haft uppehåll mellan maj och september. Zumba Fitness startade i november och ersatte blandad konditions- och styrketräning.

Blandad styrketräning innebär att de arbetar med olika muskelgrupper på 5 olika stationer. På varje station utförs 4-5 olika övningar i 45 sekunder med 15 sekunders vila/förflyttning. Alla övningar genomförs två gånger vilket blir ca.10 minuter/station och muskelgrupp. Passet börjar med en genomgång av övningarna samt uppvärmning och avslutas med ca. 10 min stretch. Det har varit runt tio personer som alla deltar engagerat och tar i så mycket de kan och det är roligt att se. Det krävs lite tid för att iordningsställa gympasalen och därför har aktiviteten fått utökad tid.

Blandad konditionsträning innebär träning som fokuserar på att förbättra hjärtat och lungornas kapacitet. Genom att göra aktiviteter som ger hög puls, till exempel hoppa hopprep, springa, burpees, squats och springa på tjockmattan. Upplägget är samma som för blandad styrketräning med olika stationer i intervaller. Även detta pass inleds med en genomgång av övningarna och avslutas med stretch. På detta pass har det också varit runt tio personer. Det är ett stort engagemang på passet och det är kul att se att alla kämpar mot sig själva och utmanar sig till att orka mer.

Badminton på onsdagar är för de som vill spela badminton för att det är roligt. Målet med denna aktivitet är att röra på sig samtidigt som de gör något kul. Tisdagar är för de som vill tävla mot varandra då det spelas matcher. På dessa aktiviteter har det varit mellan två och fyra aktiva.

Zumba Fitness beskrivs som "en härlig dansklass där vi till latinska rytmer skakar höfter, rör oss till musiken och får massor med träningsglädje". Aktiviteten drog i gång i november och det var mellan sex och tio personer på passen. Det har varit gratis att prova på aktiviteten fram till årsskiftet och det har tillkommit några nya deltagare. Passen har varit fyllda med skratt och glädje och alla vågar att dansa och vill lära sig.

Barngymnastik är för barn mellan 3 och 5 år och ledaren är Sandra Elgeby. Målet är att barnen ska möjlighet få röra på sig, prova på olika redskap i gympasalen, utveckla sin koordination, leka och att ha kul till musik. En förälder måste vara med under aktiviteten eftersom barnen är så små och de bygger upp en bana tillsammans i början och plockar undan på slutet. Barnen balanserade på bänkar, svingade sig i lianer, gjorde kullerbyttor, klättrade i ribbstolar och lekte. Det har varit mellan åtta och tolv barn som har aktiverat sig till hundra procent.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2024

Götlunda Idrottsförening

Innebandy för vuxna spelas på söndagskvällar och det är Sandra Sundqvist som är ledare. Aktiviteten är beroende av att det är tillräckligt många spelare så den som vill delta meddelar detta till Sandra via Facebook eller sms. Det har varit mellan sex och åtta aktiva på aktiviteten.

Styrelsen

Nina Nääs
Ordförande

Johan Asp
Sekreterare

Anneli Eriksson
Kassör

Jennifer Karning
Ledamot

Hollie Sjöstrand
Ledamot

Solbritt Gustafsson
Ledamot

Emma Sjöstrand
Ledamot

Jonas Gustafsson
Ledamot