



Truppföräldrar är viktiga!

För att allt ska fungera bra runt omkring truppgymnastiken behöver en trupp 1–2 truppföräldrar som "håller ihop" truppens aktiviteter utanför gymnastikgolvet (sociala aktiviteter med gymnasterna, runt-omkring-tävling, klubbgemensamma truppaktiviteter och truppkasseaktiviteter såsom t ex caféförsäljning), varje trupp bör även ha en truppkassör (i alla fall från Ungdomsnivå och uppåt) – det kan vara ytterligare en förälder eller någon av truppföräldrarna.

Föräldrastödet är enormt värdefullt för helheten för våra gymnaster och en förutsättning för att våra ledare ska känna motivation att lägga ideell tid på den omfattande träningsplaneringen som krävs för att våra gymnaster ska utvecklas både fysiskt och mentalt. En planering som tar mycket tid utanför det vi ser på golvet vid varje träningstillfälle.

Här kan vi föräldrar stötta ledarna samtidigt som vi kan bidra med en föräldratrygghet för våra gymnaster både på träning och inför tävling. Ett gott samarbete mellan ledare-föräldrar-gymnaster gör oss till goda förebilder för klubbens värdegrund. I allt vi gör inom SMGK vill vi att man stämmer av mot värdeorden: **Helhet, Uppmuntran, Utveckling och Gemenskap.**

Som truppförälder är man kontaktperson för truppen och Truppkassören har hand om truppkassan. I sin roll entusiasmerar man övriga föräldrar för bra sammanhållning och fördelar ut centralt tilldelade truppuppgifter i lagom stora portioner till övriga föräldrar.

Att vara truppförälder betyder inte att man är den som praktiskt ska göra allting omkring gymnasterna. Rollen innebär att du har helhetsperspektivet och är informationskanalen mellan ledare-föräldrar-gymnaster. Du har också mandat att delegera arbetsuppgifter vidare till andra föräldrar.

Alla föräldrar kring en trupp förväntas ta ansvar för ett par arbetsuppgifter per termin. Ett krav för att en gymnast får gå vidare från breddgymnastik till truppgymnastik är bland annat att föräldrarna kan ställa upp på att genomföra tilldelade uppgifter.

Det blir det roligare och enklare att vara engagerade tillsammans.



Du behöver göra en anmälan för att få access till truppens mailuppgifter – fyll i formuläret <https://www.smgk.se/form/?ID=158096>

Ange vilken trupp som avses i "övriga kommentarer"

Som förälder till en gymnast i trupp förväntas du bidra med följande:

- delta i övergripande truppgemensamma aktiviteter (ex gala och klubb tävlingar som funktionär)
- delta i den egna truppens gemensamma insamlingar för läger eller sociala aktiviteter (ex värd för Utbildningar, försäljning av produkter)
- ta upp frågeställningar som rör träning och tävling direkt med huvudledare
- vara goda förebilder för våra gymnaster i både samarbete och kommunikation
- känna till och efterleva vår gemensamma SMGK-värdegrund

GEMENSKAP | UPPMUNTRAN | UTVECKLING | HELHET

Truppkassa

För alla våra trupper erbjuder vi ett öronmärkt konto med tillhörande Swishnummer för att kunna samla in pengar för läger och/eller löpande omkostnader som truppmys och liknande. **Handelsbanken sponsrar alla konton** med den fasta avgiften för Swish (29kr/mån och konto) samt transaktionsavgiften (2kr/betalning).

En truppkassa är en gemensam kassa för truppen och kan inte delas/gymnast vid eventuellt byte av grupp eller att man slutar (såvida inte särskilda omständigheter förekommer). För våra yngre trupper rekommenderas därför att man säkerställa att man använder upp truppkassan under pågående termin eller om man väljer att göra något med truppen i slutet av terminen. För våra högre satsande trupper kan de behöva spara pengar över en längre tid för att samla ihop till ev läger och tävlingsevent. Detta behöver då meddelas

Adventsutmaningen

De senaste åren har vi haft en intern truppklubbtävling för alla våra trupper i december.



Truppföräldrarna har ett stort ansvar under Adventsutmaningen. De ser till att entré och café bemannas, att det går att sälja begagnade träningskläder och att profilartiklar finns att köpa. Som tack får de medverkande trupperna vara med och dela på en del av intäkterna. Planeringen börjar ca en månad innan tävlingen. Det är viktigt att delta på planeringsmötena för att kunna vara med och påverka.

Kansliet sköter inbjudan till samtliga gymnaster. Den som är tävlingsansvarig sköter domartillsättning.

Gala

Den aktiva säsongen avslutas med en stor Gala, för samtliga gymnaster i föreningen. Denna Gala hålls en helg i slutet på april/början på maj.

Truppföräldrarna har ett stort ansvar under Galan. De ser till att entré och café bemannas, att lotterier finns och att det går att sälja begagnade träningskläder och att profilartiklar finns att köpa. Som tack får de medverkande trupperna vara med och dela på en del av intäkterna. Planeringen börjar ca en månad innan Galan. Det är viktigt att delta på planeringsmötena för att kunna vara med och påverka.

Kansliet sköter inbjudan till samtliga gymnaster.

Gropstädning:

Städning av gropdelen ska hanteras av trupperna och truppföräldrarna säkerställer att städningen blir av.

Se schema för vilken månad som gäller för vilken trupp via hemsidan – för föräldrar – gropstädning.

Bilder sitter uppe i gropdelen så att ni ser alla redskaps placeringar.

Uppgift:

Hela gropan skall dammsugas (töm hela gropan på redskap)

Tumblinggolvet skall dammsugas

Mattavåder skall dammsugas

Kardborreband ska rensas från hår och klädfibrer



Nagelborstar/ "räfsor" finns för att rensa kardborrebanden - gaffel fungerar också bra.

En vanlig dammsugare samt en borstvalsdammsugare finns i vår SMGK förråd.

Städningen tar mellan 1,5-2tim. beroende på hur många som ställer upp (tiden är beräknad på att hela truppens föräldrar och gymnaster hjälps åt).

Truppen kan själv bestämma om de önskar att föräldrar OCH gymnaster städar eller om det bara är föräldrar -rekommendation är att engagera gymnaster och föräldrar. Kontakta kansliet för att boka in tid och dag för gropstädning

Tips!

passa på att ha lite trupp mys en söndag med truppen och städa och fika/ät/mys tillsammans.

Städningen skall äga rum under månadens senare del (15:e och senare) för att undvika att städningarna kommer "på" varandra.

Kommunevent

Varje år blir vi inbjudna av Kommunen, RF eller Destination Sigtuna att vara en del av olika event. Det är ett supertrevligt att medverka vid event men också ett tillfälle att marknadsföra oss på.

Vi erbjuder även besökarna att prova på lite olika övningar och vid vissa tillfällen kan vi ta in trupper gör en kort uppvisning på ex luftgolvet.

Tävlingar

Under 2021 började vi med tävlingskonceptet SMGK Cupen för de gymnaster som tävlar på nivå 6,7,8 och 9.

Caféet håller naturligtvis öppet och eventuellt grill beroende på tävling och väderförutsättningar.

Vanligen ansvarar våra äldsta trupper för att Caféet och entrén bemannas. Övriga föräldrar kan behöva hjälpa till som redskapsbärare, i sekretariatet, mm.



För mera info och tips besök vår hemsida www.smgk.se
<https://www.smgk.se/sida/?ID=150549>