



Waxholms Gymnastikförening

VERKSAMHETSPLAN HT 2026/VT 2027

BARN- OCH FAMILJEGYMNASTIK

Barnsektionens målsättning är att alla grupper ska vara fulltaliga och att vi alltid ska kunna erbjuda gymnastik från 3 års ålder och uppåt i samtliga hallar där föreningen bedriver verksamhet.

Inför höstterminens start planerar vi att genomföra verksamhetsbesök i barngrupperna. Under besöken går vi tillsammans igenom specifika rutiner för respektive hall samt hur kommunikationen sker inom gruppen och mellan ledare och kansli. Besöken ger kansliet möjlighet att skapa en nära relation till våra ledare och skapar samtidigt trygghet och tydlighet i ledaruppdraget.

Under terminen upprätthåller vi en löpande dialog med ledarna genom gruppchattar, sms och telefonsamtal, utifrån verksamhetens behov.

Under verksamhetsåret prioriteras kontinuerlig uppföljning, kompetensutveckling och ett inkluderande arbetssätt. Genom detta skapar vi förutsättningar för en trygg och kvalitativ verksamhet som når sektionens mål och möter våra medlemmars behov.

STREET GYMNASTICS

Från och med hösten 2026 kommer föreningen att avsluta verksamheten inom Street Gymnastics. Beslutet har fattats utifrån föreningens ambition att samla resurser och kompetens för att skapa långsiktigt hållbara verksamheter med hög kvalitet för våra medlemmar.

Vi är stolta över det arbete som har bedrivits inom Street Gymnastics och över den utveckling som våra gymnaster och ledare har bidragit till under åren. Verksamheten har varit en viktig del av föreningen, och vi vill rikta ett varmt tack till alla aktiva, ledare och familjer som har varit en del av den.



För att säkerställa att våra aktiva kan fortsätta sin gymnastikutveckling kommer samtliga gymnaster att erbjudas plats i andra lämpliga grupper inom föreningen, utifrån ålder, erfarenhet och intresse.

Vårt mål är att skapa en trygg, tydlig och smidig övergång för alla berörda. Samtidigt vill vi erbjuda inspirerande och utvecklande träningsmöjligheter inom föreningens övriga verksamhetsområden.

Genom förändringen stärker vi föreningens förutsättningar att möta våra medlemmars behov och att utveckla verksamheten på ett långsiktigt och hållbart sätt.

NPF-GRUPPEN

Vår målsättning är att fortsätta utveckla och bedriva vår NPF-verksamhet i Vaxholm. Ambitionen att på sikt kunna erbjuda fler grupper med ett mindre åldersspann kvarstår, men under den närmaste tiden kommer fokus framför allt att ligga på att stärka ledargruppen.

Utöver arbetet med att utveckla träningsupplägg och gruppsammansättning behöver vi fortsätta rekrytera fler engagerade och kunniga ledare. Att säkerställa en tillräcklig ledarresurs är i dagsläget vår största utmaning.

Under vårterminen har vi fått stöd från Lions Club Vaxholm för att fortsatt utveckla vår NPF-verksamhet. Bidraget kommer bland annat att användas till nya redskap, utbildningsinsatser samt mötesplatser och erfarenhetsutbyte med andra föreningar som bedriver NPF-verksamhet.

TRUPPGYMNASTIK

Vi går nu in på vårt fjärde år med möjlighet att träna i Österåkers multiarena. Under verksamhetsåret kommer vi att kunna erbjuda fler grupper inom våra olika verksamhetsnivåer – träning, förberedelser och tävling – möjlighet till kontinuerlig träning i multihallen.

Under hösten planerar vi att genomföra en ledarträff för våra truppgymnastik ledare. Träffen kommer bland annat att innehålla information från kansliet, skadehantering med fokus på tejpning och lindning samt akut omhändertagande vid skador. Syftet är att ge våra ledare ökad kunskap, konkreta verktyg och trygghet i sitt ledaruppdrag.



Vi fortsätter även att erbjuda interna utbildningar inom teknik, passning samt tävling och bedömning, områden som efterfrågas av våra ledare.

I oktober 2026 planerar vi att återigen arrangera Skärgårdscupen i Österåkers multiarena. Det är vår egen tävling, som genomförs under två dagar och samlar lag från olika delar av Sverige.

I maj 2027 planerar vi att arrangera vår årliga våruppvisning i Österåkers multiarena. Våruppvisningen är ett uppskattat tillfälle där alla våra grupper får möjlighet att visa upp sin verksamhet under en gemensam dag.

Fokusområden inom trupp-sektionen

Inom truppsektionen kommer vi att fortsätta arbeta med bland annat följande frågor:

- **Träningssektionen:** Hur kan vi fortsätta stötta ledarna i arbetet med terminsplanering och målsättning?
- **Förberedande trupper:** Hur kan vi skapa en bra övergång mellan tränings- och förberedande grupper? Hur kan vi på bästa sätt ta emot och introducera nya medlemmar som vill börja med truppgymnastik?
- **Tävlingssektionen:** Hur kan vi fortsätta utveckla vår förenings- och gruppstruktur för att skapa långsiktigt hållbara verksamheter och ge fler gymnaster möjlighet att vara aktiva hos oss under längre tid?

Utvärderingsfrågor

- Har de satsningar vi genomfört för att behålla våra äldre gymnaster varit framgångsrika och haft önskad effekt?
- Vad kan vi göra och påverka för att skapa förutsättningar för fler träningstider i Österåkers multiarena?

SENIORVERKSAMHET

Senior 65+-sektionens mål är att bidra till en stärkt folkhälsa och skapa möjligheter till fysisk aktivitet och social gemenskap för seniorer i Vaxholm.

Under kommande verksamhetsår kommer Senior 65+ att erbjuda fyra träningspass per vecka: tre cirkelfyspass som fördelas mellan Campus, Vaxö skola och Resarö skola samt ett pass med förenklad cirkelträning (lättympa).



Utvecklingsgruppen kommer fortsatt att arbeta med att följa upp och utveckla de befintliga träningspassen för att säkerställa att de är attraktiva, varierade och anpassade efter deltagarnas behov.

Målet är att tillsammans med våra seniorer våga testa nya träningsformer, skapa social gemenskap och utveckla aktiviteter utifrån efterfrågan och intresse. Under höstterminen planerar vi därför att erbjuda en särskild aktivitet varje månad, utöver de ordinarie veckovisa träningspassen.

Exempel på aktiviteter är:

- **Gymnastik med redskap**
- **Dansworkshop med tema Zumba**
- **Föreläsning om hälsa och levnadsvanor i samarbete med RF-SISU**
- **Julavslutning med fokus på gemenskap och social samvaro**

TRÄNINGSKOMPANIET

Träningskompaniet (TK) är fortsatt en del av Waxholms Gymnastikförening (WGF). Senior 65+ och Träningskompaniet fortsätter att utveckla och driva sina verksamheter som separata sektioner inom föreningen.

UTBILDNINGAR

Ledarutbildning

Vi fortsätter att utbilda våra ledare genom Gymnastikförbundet utifrån verksamhetens behov och föreningens ekonomiska förutsättningar.

Under vårterminen 2027 kommer vi, om tillräckligt stort intresse, att erbjuda våra ledare möjlighet att genomföra utbildningen Truppgymnastik A med WGF som värd förening.

Internutbildningar

Vi fortsätter att genomföra interna utbildningar för våra ledare en gång per termin. Innehållet anpassas efter verksamhetens behov och de områden där ledarna efterfrågar ytterligare kunskap och stöd.

Skadehantering

En gång per termin planeras utbildning inom skadehantering för våra ledare i samarbete med RF-SISU. Syftet är att stärka ledarnas kunskap och trygghet i att förebygga, hantera och agera vid skador i samband med träning och verksamhet.

PROJEKT

Rydbo360

Projekt Rydbo360 är ett samarbete som Waxholms GF gör tillsammans med lokala entreprenörer som bygger nya fina hallar lokalt i Rydbo i Österåkers kommun. Gymnastikhallen kommer att stå färdig för användning hösten 2028 och då kommer WGF att vara en partner till entreprenören och vi kommer att ha verksamhet i lokalerna från alla våra sektioner.

Idag bedriver vi verksamhet i Rydbo360 och erbjuder grupper på helgerna. Aerobic gymnastics är den verksamhet som för närvarande ökar mest i barnsektionen och den finns endast i Rydbo.

Under höstterminen 2026 startar WGF flera nya grupper för barn i åldern 3–6 år på söndagar. Coach Vera har ett gott samarbete med Västerås Gymnastikförening, och föreningarna ser möjligheter till en gemensam uppvisning eller nybörjartävling under kommande läsår.

I dagsläget har WGF inga tävlingsgrupper inom aerobic gymnastics. Att starta igång en tävlingsverksamhet inom föreningen kan på sikt skapa ytterligare möjligheter att utveckla verksamheten inom aerobic gymnastics.

Hittills har grupperna haft en stor spridning i ålder. Vi ser ett ökat intresse för verksamheten i området och planerar därför att under höstterminen 2026 skapa mer åldershomogena grupper, i den mån det finns tillräckligt underlag.

Det finns en stor målgrupp att arbeta med inom Rydbo360 upptagningsområde. Vi fortsätter därför att fokusera på marknadsföring, att synas i kommunen och att erbjuda prova-på-aktiviteter för att nå nya medlemmar och skapa intresse för gymnastiken.

Vi har fortsatt dialog med projektansvariga kring den specialbyggda gymnastikhallen, som enligt nuvarande plan ska stå klar 2028. Per Lindqvist, styrelseledamot, har löpande dialog med Rydbo360 kring säkerhetsrutiner och den fortsatta byggprocessen. Under 2027 kommer detaljerade planer att skapas för framtida gymnastikverksamhet.



UNGDOMSKOMMITTÉN

Under verksamhetsåret kommer ungdomskommittén att fortsätta sitt arbete med att stärka ungdomars inflytande och delaktighet i föreningens verksamhet. Kommittén, som nyligen har etablerats, ska fungera som en viktig länk mellan ungdomarna, föreningens kansli och styrelse.

Ungdomskommittén kommer att genomföra regelbundna möten och avstämningar för att diskutera aktuella frågor, samla in synpunkter från ungdomarna och planera framtida aktiviteter. Syftet är att skapa en kontinuerlig dialog och säkerställa att ungdomarnas perspektiv tas tillvara i föreningens utvecklingsarbete.

Kommittén kommer även att ha en nära dialog med kansliet för att identifiera behov och önskemål från våra ungdomar. Genom att lyfta fram deras synpunkter och idéer vill vi skapa bättre förutsättningar för ungdomars engagemang, utveckling och trivsel inom föreningen.

Målet är att ungdomskommittén ska bli en aktiv och naturlig del av föreningens organisation och utveckling samt bidra till en verksamhet där ungdomarnas röster hörs, respekteras och tas tillvara.

KALENDARIUM

Augusti

Ledarträff

Utbildningar inom skadehantering

Internutbildningar

Kanalens dag i Österåker

September

Internutbildningar

Årsmöte

Äldrefestivalen i Vaxholm

Oktober

Skärgårscupen

Höstlovsläger i Vaxholm



November

Värdegrundsarbete i föreningen

December

Januari

Truppgymnastik A

Ledarkonferens

Februari

Sportlovsläger

Mars

April

Påsklovsläger

Maj

Våruppvisning

Juni

Summercamp