



Verksamhetsberättelse 20160701-20170630

Styrelsens sammansättning:

Ordförande Jenny Q Lundgren
Kassör Anna Högberg/ Hanna Backström
Ledamot (barn) Anna Cårebo
Ledamot (trupp) Anna Söderlund
Ledamot (motion) Pia Brovold
Suppleant (trupp) Camilla Lindström
Suppleant (barn) Mia Åslander
Suppleant (motion) Eva Crenér
Adjungerad Miriam Ekholm

Styrelse

Vi har under verksamhetsåret haft 8 styrelsemöten och en kommunikation via mail. Hanna Backström tog över kassörskapet vid årsskiftet då Anna Högberg flyttade till Göteborg, men i mitten av juni gick kassörskapet tillbaka till Anna på distans, då Hanna inte kunde fullfölja uppdraget.

TRUPPGYMNASTIK

Årets förening

Av totalt 135 föreningar har Waxholms Gymnastikförening utsetts till årets förening 2016 med motiveringen:

'För sitt brinnande engagemang och utvecklande arbete av gymnastiken i regionen utser härmed Gymnastikförbundet Östs styrelse Waxholms Gymnastikförening till årets förening 2016.'

Föreningen har under verksamhetsåret visat på en imponerande breddning av sin verksamhet och är ett utomordentligt exempel på en förening som implementerar Svensk Gymnastiks Utvecklingsmodell.

Genom nyskapande och inkluderande aktiviteter och verksamhet visar föreningen på en ständig strävan att ge fler möjlighet till rörelse hela livet, både barn och unga såväl som vuxna. I linje med Vision 2020 visar föreningen dessutom på en positiv och glädjande medlemstillväxt.'

Det var under våren som Miriam Ekholm och Anna Söderlund mottog denna utmärkelse i föreningsnamn. Vi i WGF är oerhört stolta och glada. WGFs styrelse vill tacka alla ledare, föräldrar och framförallt alla gymnaster för att ni bidrar till den härliga stämning vi har i föreningen.



Tävlingskommitté & GF Öst

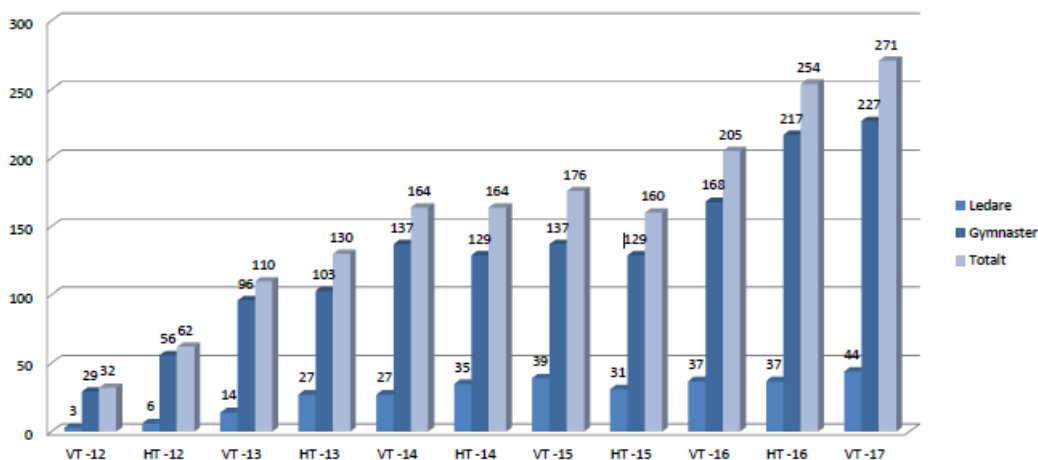
Vi är även glada över att Anna Söderlund har föreslagits och valts in i Gymnastikförbundet Östs styrelse och Miriam Ekholm till GF Östs truppkommitté. Nu kommer vår förening och vårt engagemang inom gymnastiken även synas i större gymnastiksammanhang.

Omstrukturering

Hela gymnastiksverige växer och Gymnastikförbundet har av olika anledningar valt att bygga om Sveriges tävlingssystem vilket i mångt och mycket styr oss föreningar och hur vi behöver bygga upp vår verksamhet.

Även Waxholms Gymnastikförening (WGF) har haft en stadig expansion under de senaste fem åren. Antalet grupper har ökat konstant inom såväl, barn gymnastik och parkour som inom truppgymnastiken. Det är en fortsatt lång kö och stor efterfrågan från barn och ungdomar som vill börja i föreningen. Truppgymnastiken har ökat från VT-12 då vi hade: 3 ledare och 29 gymnaster till idag, VT-17, då vi är: 44 ledare, 227 gymnaster, vilket är totalt 271 personer.

Utveckling av truppgymnastiken i WGF VT-12 till VT-17



WGF kom till det läget där en ny långsiktig inriktning behövdes tas fram och nya beslut fattas kring hur vi ska organisera oss och bedriva verksamheten framöver. Föreningen kan utvecklas så mycket mer om vi skapar rätt förutsättningar och struktur. Vi vill förstärka tanken på att gymnasterna skall träna på sin egen personliga nivå och få ha sina egna ambitioner och mål med sitt gymnastiserande. Oavsett om målet är för att hålla sig aktiv, för att gymnastik är världens roligaste träningsform eller att bli en SM-gymnast, så ska vi finnas för alla. Vi vill skapa en plattform för att våra gymnaster ska trivas och vilja fortsätta med gympa långt in i tonåren.



Med den tanken vill vi även jobba fram en stark känsla av att alla deltagare är gymnaster i WGF och inte en gymnast i en specifik grupp/trupp. Vi alla ska vara stolta över att vara en del av vår fantastiska förening WGF.

Sedan januari har vi arbetat med den omfattande omorganisering av truppverksamhet som träder i kraft i augusti. Omorganisationen gäller hela WGFs truppverksamhet från 6 år och uppåt.

I samband med detta anordnades under maj ett obligatoriskt ledarmöte med alla truppleddare inom WGF där även representant från Gymnastik Förbundet deltog och redovisade hur de tänker och de förändringar som kommer ske inom förbundet. Den 3 maj och 10 maj anordnades även två obligatoriska föräldramöten där alla föräldrar med gymnaster i WGFs truppsektion bjöds in. Under mötet presenterades den nya strukturen och de frågor som dök upp besvarades. Under juni var arbetet med de nya grupperna färdigt och presenterades för de aktiva och alla föräldrar.

Ledarträffar och vidareutveckling

Den 28 januari anordnades en ledarträff på Vaxholms hotell. Träffen var mycket uppskattad och givande. Syftet med ledarträffen var att skapa en gemensam syn på ledarskap i vår förening. Utgångspunkt från gymnastikförbundets uppförandekod och även WGF:s värdeord: Roligt, tryggt och utvecklande. Målet för dagen var att det ska vara enkelt, roligt och utvecklande att vara ledare i Vaxholms gymnastikförening, oavsett ålder, bakgrund, nivå eller erfarenhet.

Under dagen delades alla ledare in i grupper och olika ämnen diskuterades och hur vi som förening driver sakerna framåt. Bland annat diskuterades gymnasternas utveckling, trygghet, vårt ansvar som ledare, allas lika värde och säkerhet.

Vi diskuterade också vad vi som förening gör om 5 år och vad jag som ledare vill hjälpa till med i förening, exempelvis planering KM, uppvisning, läger, söka bidrag och sponsorer, anordna ledarkonferenser och event mm.

Intern och extern utbildning

Vaxholms Gymnastikförening erbjuder alla ledare med gruppansvar utbildning. Under året har alla som vill fått gå någon form av utbildning via Svenska Gymnastikförbundet eller i egen regi. Vi har också som ambition att rotera och utbyta erfarenheter på hemmaplan, för att ge varandra inspiration och kompetensöverföring. Föreningen har ett generöst förhållningssätt till utbildning och uppmanar alla ledare till vidareutveckling.



Stöd av projektanställning

Under året har vi startat ett projekt som heter "WGF bygger för framtiden". Emmelie Jansson ingår i projektet och har anställts i 6 månader. Emmelie kommer tillsammans med Miriam Ekholm att arbeta med följande:

- Anordna vårt första Klubbmästerskap
- Bygga upp en föreningsstruktur
- Skapa manualer och handledning för arrangemang
- Föreslå nya träningsformer
- Arbeta med ledarskap och föreningsmiljö

Tävlingsresultat

Alla WGF:s trupp gymnaster har tävlat och vi har haft stora framgångar under gångna verksamhetsåret. De yngsta tävlar i olika föreningstävlingar i Stockholmsregionen med omnejd och de äldsta möter motstånd på riksnivå. Vi har vid flera tillfällen i år tävlat i mixklass, där vi har pojkar och flickor i samma lag.

I oktober åkte fyra lag från WGF till Visby för att delta i Visbycuperna.

Sammantaget med tränare, gymnaster, föräldrar och syskon var vi ca 100 personer som åkte över till Gotland. Utöver fina resultat för lagen fick vi även en härlig helg i Visby och en upplevelse som vi länge kommer att minnas.

Fem av WGFs tävlingstrupper tävlade 12-13/12 i Trollbäcken Christmas cup. Alla våra lag presterade på topp och fick riktigt fina placeringar där resultatet blev flera medaljer. Föreningen har även varit i väg på Riksmästerskap i Falun (RM 2) där laget tog sig till final och till slut hamnade på en fin 5:e plats. Andra tävlingar som WGF deltagit i är bland annat Vikingacupen, Trollbäcken, Hubbes och Halmstad RM 1.

Läger

Föreningen har genomfört fem läger under året. Träningsläger i Italien för RM-truppen. WGF Summer Camp junior (för de yngre gymnasterna) och Summercamp Maxi (för de äldre gymnasterna), Sport- och påsklovsläger har alla genomförts i Campus Sporthallen. Deltagandet är stort och vi hoppas kunna fortsätta och utveckla lägerverksamheten framöver.

Därutöver har ett antal dag- och helgläger för vissa trupper anordnats av truppernas ledare. Läger ger gymnasterna möjlighet att träffa och samträna med gymnaster i andra grupper, träffa nya och gästande ledare, ha mer tid att träna på övningar och framför allt ha en kul och meningsfull fritid. WGF ser läger som en utmärkt arena för nyblivna ledare och assistenter att få öva sina kunskaper från utbildningar att passa gymnasterna på ett säkert sätt. Det är dessutom ett bra tillfälle för erfarenhetsutbyte av ledarskap och träningsmetoder plus att träffa vänner för livet.

Egen ordnad tävling

I juni anordnande WGF sin första tävling "Waxholms Skärgårdscuperna" i form av ett klubbmästerskap. Där ställdes alla lagen inom WGF mot varandra och det



blev ett mycket lyckat och uppskattat evenemang. Klubbmästerskapet var en del i den förberedelse som vi gör inför vår allra första föreningstävling som vi ska anordna i 4-5 nov 2017. Anmälan är öppen för alla föreningar i Sverige.

Uppvisning

Truppgymnastikens ledare och föräldrar har arrangerat en vår- och en vinteruppvisning. Uppvisningarna har varit välbesökta och innehållit såväl representanter för nybörjargymnastiken till våra mest avancerade tävlingsgymnaster. Även barn- och parkour har deltagit i planering av programmet för att låta så många som möjligt vara med och visa upp sig.

De senaste uppvisningarna har varit så välbesökta att vi de senaste uppvisningarna blivit tvungna att dela upp dem på två föreställningar. Den 27 november anordnade WGF en höstuppvisning som var väldigt lyckad. Den 23 april anordnades våruppvisningen, även den med två lyckade föreställningar med temat "Följ med WGF på en resa jorden runt".

Takhiss

Vi har sökt och fått bidrag från Riksidrottsförbundet för att kunna installera en hiss för tumblinggolvet i Sporthallen. Genom en takhiss kan värdefull träningstid ägnas åt träning istället för fram- och bort plock. Vi får en effektivare träning för fler gymnaster och vi frigör lagerutrymme för annan utrustning vi har behov av. Kommunen har godkänt delfinansiering på halva beloppet. Totalkostnaden ligger budgeterad på 495 000:- . Då detta varit godkänt länge har föreningen haft en förhoppning om att installation skulle ske under 2016, men nu har det dragit ut väldigt på tiden och förhoppningen ligger nu på att det sker under 2017.

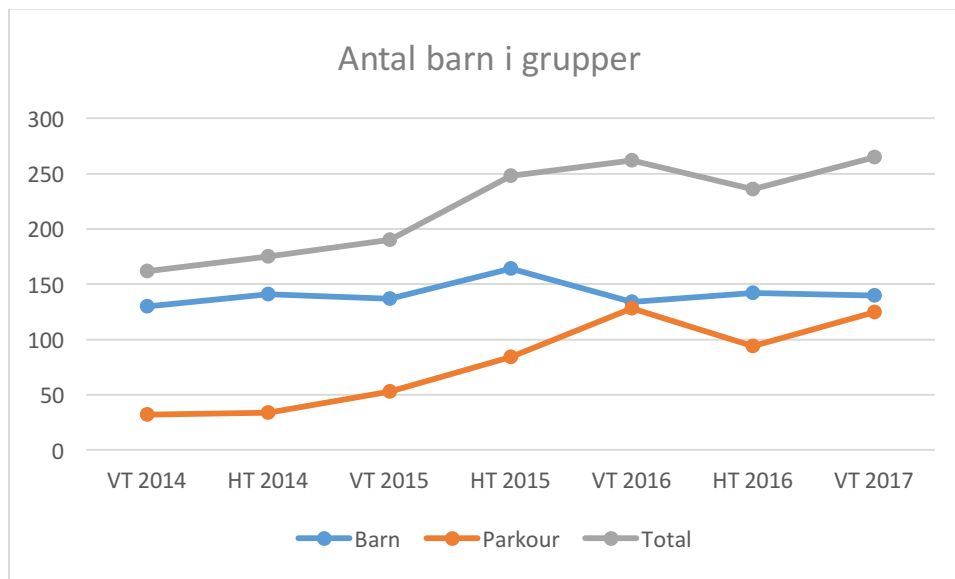
BARNSEKTIONEN – barn- och familjegymnastik samt parkour

Antal barn, grupper och ledare

VT 2017 hade 140 barn plats i någon barngympagrupp, fördelade på 7 grupper. Motsvarande siffra för parkouren var 125 deltagare i 6 grupper.

Barnsektionens deltagare är fortsatt konstant eftersom vi tar in ungefär lika många nybörjare som vi lämnar i väg stora barn som går in i truppverksamheten. Fördelningen barngympa/parkour är nästan 50-50. Värt att ha i minnet är dock att parkouren täcker fler åldersgrupper (barn födda 2001-2013) än barngymnastiken (2009-2013)

Köerna till barn och familjegymnastiken fortsätter vara närmast obefintliga. Parkour-köerna fortsätter dock att växa.



Ledare

Barngrupperna hade under vårterminen 28 ledare (snitt 5 barn per ledare) och parkourgrupperna hade 23 ledare (snitt 5,4 barn per ledare). Antalet barn per ledare har minskat under de senaste terminerna, mycket tack vare att fler assistenter har tillkommit.

Ledartillgången är fortfarande sektionens enskilt största utmaning.

Vi fortsätter arbeta proaktivt för att hitta fler ledare genom att erbjuda barn till ledare förtur i köer, genom att vara frikostiga med utbildningar, ge ledare gratis tillgång till TKs verksamhet och genom att själva vara ambassadörer och lyfta fram fördelar med att engagera sig i barnens träning.

Parkouren har valt att köpa in tränare från företaget Parkour Academy till de äldre grupperna då kunniga parkourledare är svåra att få tag på till verksamheten.

Barn- och familjegymnastiken

Barnledarna har under de senaste två terminerna haft ett ledarmöte per termin med en informationsdel och en praktisk del. I höstas fick samtliga deltagare prova på barnyoga som inspiration till en alternativ nedvarvning vid slutet av gympatimmen. Och i våras presenterade Mirre grundövningar och nedbrytning av dessa så som de presenteras i de nya ledarhandböcker som tas i bruk under HT 2017.

Speciella händelser

Både barngrupper och parkourgrupper har deltagit i WGFs uppvisningar. Förutom att det är roligt att få visa upp vad vi kan, är det spännande att få stå inför en sådan stor publik. Vi tycker att deltagande i uppvisningarna är viktigt för att både skapa kontaktytor mellan träningsformer och barn i olika åldrar, och för att ge de yngre deltagarna förebilder inom föreningen.

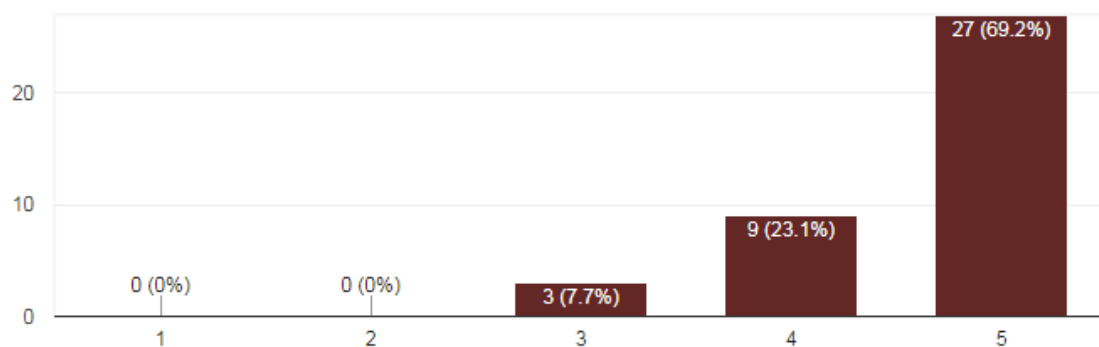


Våren 2016 deltog barnsektionen i Strömmingsloppet i slutet av april. Då ledde ledare från sektionen uppvärmning för barnlöparna, parkourledare fanns på plats för dem som ville prova på parkour och en barngrupp startade gemensamt i Lilla Strömmingsloppet – klädda i WGF-tröjor. Våren 2017 var vi med igen och ledde uppvärmningen för barnlöparna, men valde i år att hitta på aktiviteter för barn som befann sig på Lägret. Uppfattningen bland oss som funktionärer var att detta var uppskattade aktiviteter och att vi gärna vill vara med på detta event nästa år också. Årets engagemang kostade oss inget, men vi syntes och var med och bidrog till att göra Strömmingsloppet till en familjefest i Vaxholm med rörelseglädje i centrum.

I slutet av vårterminen skickade barnsektionen ut en enkät till samtliga barns föräldrar inom familje- och barngymnastiken. Enkäten mailades till 165 barn. Svar kom in från 39 personer (24%). Resultatet skall tolkas med försiktighet, men vi fick in synpunkter som är värda att ha i åtanke när vi planerar kommande terminer. Vi fick också viss återkoppling på individnivå för ledare samt ett embryo till ”score card” att jämföra mellan terminer.

Skulle du rekommendera dina vänner att placera sina barn i barngymnastik med WGF?

39 responses



Vår ambition för nästa verksamhetsår

Ambitionen för det kommande verksamhetsåret är att implementera och vidareutveckla nya ledarhandböcker anpassade per åldersgrupp inom barn- och familjegymnastiken. Detta är ett led i att säkerställa kvalitet och en jämn kunskapsnivå inom samtliga grupper.

För att stötta och viderautveckla våra ledare kommer barnansvarig och projektanställd att besöka varje barn-grupp och delta i träningar. Målet är att varje grupp skall besökas minst två gånger under höst-terminen och att ledarteamen skall kunna ställa frågor och få tips om alternativa övningar och lekar. Detta blir också ett sätt att säkerställa kvalitet inom verksamheten.



Det är vidare vår avsikt att följa upp ovannämnda enkät i slutet av varje termin samt att fortsätta och om möjligt fördjupa samarbetet med Strömmingsloppet.

TRÄNINGSKOMPANIET

Ledare

Vi har haft 16 ledare och 7 assistenter som genomfört pass varje vecka. Alla hjälps åt att vikariera om det blir sjukdom.

Vi har haft 2 ledarträffar under året.

Antal deltagare

Under verksamhetsåret har deltagarantalet ökat en del sen förra året. Vi har nu ca 270 betalande medlemmar. Varje pass har haft en kärntrupp som kommit regelbundet och det har kommit till nya medlemmar. Vi har haft ca 15-16 pass per vecka och det som samlat mest deltagare är cirkelträningen på Campus. Campussalen är ett nytt tillskott som välkomnas även av TK:s deltagare för sin generösa yta att träna på.

Kompetensutveckling och material

Alla våra ledare har gått basutbildningen, så i år har vi hållit igen på extra utbildningar och även inköp av material. Detta för att komma ikapp med ekonomin. Vi satsade på en ny musikanläggning till Campus, som vi har tillsammans med truppen. Den fungerar strålande bra!

Event

Vi har varit delaktiga i Strömmingsloppet den 6 maj 2017 där TK stod för uppvärmningen för de vuxna löparna. Vi hade även ett bord under dagen där vi marknadsförde WGF. Barnen fick göra en liten rörlighetsövning på tid som skrevs upp och pris delades ut. Mycket uppskattat! En miniparkour-bana sattes upp och provades av en del barn.

Wellness

Vi har fortfarande tillgång till träning i lokalen i Vaxholm på lördagmorgnarna, men vi har avslutat möjligheten att köpa kombokortet. Det fungerade inte tillfredställande så vi har valt att avstå inför kommande verksamhetsår 2017-18.

Marknadsföring

Vi annonserar i Lotsen 3 gånger per termin och finns på Facebook och på vår hemsida där vi uppdaterar med nyheter och schemaändringar, nya ledare osv. Några av ledarna har gått ut med en enkät till sin grupp för att fånga upp medlemmarnas behov och synpunkter.

Investeringar för kommande år

För att TK ska fortsätta hålla hög kvalitet på våra pass behöver vi inför 2018 att höja terminsavgiften. Våra material börjar bli väldigt slitna, vilket vi måste åtgärda. Utbildningar är också något som vi legat lågt med då ekonomin inte tillåtit det i år men kommer ingå i kommande investeringar framöver.