



WGF - Verksamhetsplan HT 2022/VT 2023

BARN- OCH FAMILJEGYMNASTIK

Ambitionen från förra verksamhetsåret om att varje grupp skall besökas minst två gånger under året har pågått under våren 2022 där ledarteamen skall kunna ställa frågor och få tips om alternativa övningar och lekar kommer att kvarstå. Det finns planer på att skapa färdiga planeringar som ledarna kan utgå ifrån. Detta blir också ett sätt att säkerställa kvalitet inom verksamheten.

Vi arbetar på att öka antalet barngrupper i Åkersberga samt att få fler tränare till befintliga och nya grupper.

Träningsgrupp för barn med NPF- Diagnos

Till hösten startar vi äntligen upp en träningsgrupp för barn med en NPF Diagnos!
Denna träningsgrupp är anpassad för barn med Neuropsykiatriska funktionsnedsättning, såsom ADHD/ADD, Autism/Aspergers och Tourettes
Det kommer vara fokus på glädje och rörelse med lättförståeliga lekar och övningar med ett anpassat tempo. Stort fokus kommer att ligga på att skapa trygghet i gruppen.

PARKOUR

Ambitionen för parkourverksamheten är att fortsätta erbjuda utmanande och säker träning för våra aktiva. Vi har stärkt upp verksamheten i Åkersberga med en ledarassistent per träningsgrupp för att kunna hålla samma höga nivå för de två fulla grupperna på totalt 34 barn. Nytt för i år är att Parkouren kommer att vara en del av juluppvisningen i december.

TRUPPGYMNASTIK

Den stora nyheten för våra truppgymnaster är att vi från hösten 2022 kommer kunna träna i den nya hallen i Österåker, Multiarenan. Där kommer alla våra äldre lag att få träna 1-2 gånger i veckan. Våra yngre trupplag kommer även de att få åka och testa på hallen på minst ett pass under höstterminen. Hallen vi tränar i där är specialutrustad för gymnastik och vi är övertygande om att alla gymnaster kommer utvecklas på alla nivåer i den nya hallen.

Under hösten planerar vi även en internutbildning för alla ledare där tanken är att ge dem nya verktyg, inspiration och trygghet inför kommande år. Vi hoppas även det kan motivera till att fortsätta vidareutbilda sig.

Då våra trupper ska delta på tävlingar förväntas WGF kunna bistå med domare, vilket vi har fortsatt ambitionen att uppmuntra ledare och föräldrar att utbilda sig till domare/tyckare.

Vi kommer fortsatt lägga fokus på styrketräning för våra gymnaster i förebyggande syfte att minska skador. Styrketräningen är även varit viktig för rehabilitering för redan skadade gymnaster för att de ska kunna återgå till den vanliga träningen i sin trupp.



I maj 2023 planerar vi att återuppta Waxholms Skärgårdscuper (WSC) – en tävling som tidigare varit väldigt framgångsrik för oss. Då vi fortsatt ej får arrangera den tävlingen på Campus i Vaxholm har vi planerat att hålla tävlingen i den nya Multiarenan i Österåker. Redan i september 2022 kommer vi starta upp planeringen för detta och hoppas på stort föräldraengagemang för detta.

CHEERLEADING

Till hösten har vi som mål att starta två Cheerleading lag. Ett träningslag för aktiva födda 2013-2015 och ett tävlingsförberedande lag för aktiva födda 2009-2012.

TRÄNINGSKOMPANIET

Vårt mål är att få tillbaka samma medlemsnivå som innan pandemin genom att erbjuda ett brett utbud veckans alla dagar.

Vi har en ambition att genomföra minst ett konvent per år för att marknadsföra oss och skapa ett event som våra konkurrenter inte erbjuder

Kalendarium

Oktober -höstlov för samtliga 31 oktober - 6 november

Höstlovsläger trupp 31 oktober – 2 november

December- Terminsslut