



Verksamhetsberättelse 20170701-20180630

Styrelsens sammansättning

Ordförande Jenny Lundberg

Kassör Anna Högberg

Ledamot (barn) Anna Cårebo

Ledamot (trupp) Anna Söderlund

Ledamot (motion) Pia Brovold

Suppleant (barn) Mia Åslander

Suppleant (trupp) Camilla Lindström

Adjungerad Miriam Ekholm

Styrelse

Styrelsen har under året genomfört 6 styrelsemöten, samt några gruppsamtal via Skype. Därutöver har det skett en omfattande kommunikation via mail och telefon.

Ledare

Föreningens totala antal ledare och assistenter har ökat, framför allt inom parkour, barn- och trupp gymnastiken. Vi hade vid vårterminens slut totalt 109 ledare och assistenter, att jämföras mot förra årets 98. Detta är förstås glädjande och bådär gott inför framtiden. Vi har haft ledarträffar inom varje segment där vi diskuterat upplägg, framtid och hur vi bedriver våra träningar på bästa sätt.

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. Föreningen har ett generöst förhållningssätt till utbildning och uppmanar alla ledare till vidareutveckling. Vissa av dessa utbildningar har skett med bidrag från Idrottslyftet.

Ekonomi

Föreningens ekonomi är fortsatt god. Styrelse och ledare avsätter tid på budgetarbete och medvetande om kostnader, vilket medför att vi får en trovärdig budget att jobba med.

Idrottslyftet

Vi har under verksamhetsåret erhållit totalt 85000:- kronor från Idrottslyftet. En stöttning som vi är otroligt tacksamma för.

TRUPPGYMNASTIK

Antal gymnaster och trupper

Antalet truppgymnaster ökar i den takt vi har möjlighet att ta emot fler och starta nya grupper. Idag har vi 300 pojkar och flickor som tränar och tävlar i truppgymnastik. Vi har flertalet samträningar och kontinuerligt utbyte mellan ledare. Söndagsträningarna i If-hallen är en logistisk utmaning då både resurser och redskap skall fördelas till alla tränande trupper i ett rullande schema.

Brist på utrustning i kommunen

Våra mest avancerade trupper har haft extraträningar hos andra föreningar som har hoppgrup och annan gymnastikutrustning. Detta har skett i en nybyggd hall i Sigtuna-Märsta. En besvärande men nödvändig merkostnad för föreningen då gymnasterna i annat fall stannar i utvecklingen.

Vår ambition för nästa verksamhetsår

- Utbilda så många ledare som möjligt för att kunna ta emot och vidareutveckla truppgymnastiken.
- Vi vill gärna arrangera Waxholms Skärgårdscuper i år igen och hoppas kunna få ihop tillräckligt med ideella krafter för att genomföra detta.
- Då alla trupper deltar på tävlingar förväntas WGF kunna bistå med domare, vilket vi saknar. Vi har ambitionen att uppmuntra ledare och föräldrar att utbilda sig till domare/tyckare under året.

Ledarträffar och vidareutveckling

Vår ledarkår har vuxit och förändrats och vi kan glädjande konstatera att många ungdomar vill bli ledare i föreningen. Vi ger företräde till de som själva är aktiva i föreningen men välkomnar även ledaraspiranter som kommer från andra föreningar. Vid höstens större sammankomst delade vi ledarna i två grupper för att hinna gå igenom såväl praktiska saker som långsiktiga strategier och aktiviteter. Vi tog upp tråden från förra årets konferens då vi utgick från Svenska Gymnastikförbundets uppförandekod och nyckelfaktorer. Vår ambition var att hinna prata med så många som möjligt om ledarskap i vår förening och hur vi agerar i olika situationer.

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.

Ny anställning

Under hela 2017 har föreningen haft två personer heltidsanställda. Under vårterminen 2018 har vi haft endast en heltidsanställd vilket medförde kraftig belastning och vi kan konstatera

att det finns stort behov av att vara två. Styrelsen fattade ett beslut att anställa ytterligare en person på heltid. Förutsättning för anställning är att tjänsten kan fördelas mellan operativa och administrativa uppgifter.

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. Dom allra yngsta har tävlat på vår egen tävling på hemmaplan, Waxholms skärgårdscuper.

Flera lag från WGF har deltagit på riksmästerskap på olika nivåer ute i landet. Vår äldsta trupp, Indigo, presterade på topp i Riksfyran öppen i Helsingborg och tog sig till final där vi till tillslut landade på en tionde plats. Trupp Sidus tävlade bland annat på Riksfyran yngre och knep för första gången i WGFs historia en riksmedalj då laget, efter en rafflande final, knep silvermedaljen!

Läger

Föreningen har under verksamhetsåret arrangerat 4 läger i egen regi. Höstlovs läger, sportlovs läger, påsklovs läger samt WGF summercamp. Deltagandet är fortfarande stort och intresset för läger i WGFs regi verkar inte minska. Utöver detta har WGFs äldre lag tillsammans varit på läger i Lingvallen i Ängelholm.

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.

Waxholms Skärgårdscuper – en succé!

Förra året arrangerades Waxholms Skärgårdscuper för första gången - en riktig tävling på hemmaplan. 15 lag anmälde sig och tävlingen fick fin respons från de gästande lagen. Den 19-20 maj i år var det dags igen. Då fick Waxholms Gymnastikförening besök från Saltsjöbaden, Nacka, Tumba, Sollentuna, Norrtälje, Sigtuna, Nykvarn, Södertälje, Tyresö, Järfälla och fler föreningar.

Det fanns minst fyra andra tävlingar i Stockholm just denna helg, ändå lyckas Waxholms Gymnastikförening locka till sig 60 lag som väljer att anmäla sig till just den här tävlingen. Vi tror att vi har vunnit på att vara generösa kring vissa regler där det i andra sammanhang är mycket hårt styrt. Det gäller framför allt antal gymnaster per lag, där vi gärna ser att så många som möjligt ska få vara med och tävla, utan att det blir något avdrag för laget. Vi välkomnar helt enkelt fler deltagare per lag och delar upp de tävlande lagen i ett lämpligt antal grupper för att kunna genomföra tävlingen.

I Waxholms Skärgårdscuper deltog runt 1200 gymnaster. Vi är oerhört stolta och tacksamma för all sponsring vi fick och alla funktionärer som ställde upp och gjorde det möjligt för WGF att lyckas med detta enorma arrangemang.

Uppvisning

Då en mycket stor del av föreningens kraft gick åt till Waxholms Skärgårdscuper så valde vi att inte anordna någon uppvisning detta år.

Redskapsinvesteringar

För att kunna bedriva en bra träning för så många gymnaster som möjligt är vi i behov av många redskap. Vi gör kontinuerliga investeringar och har under perioden investerat i:

Trampolin 68 000:-

Kil 16 500:-

Hoppbord, ansatsklossar, ansatsvåd
och landningsmatta 70 500:-

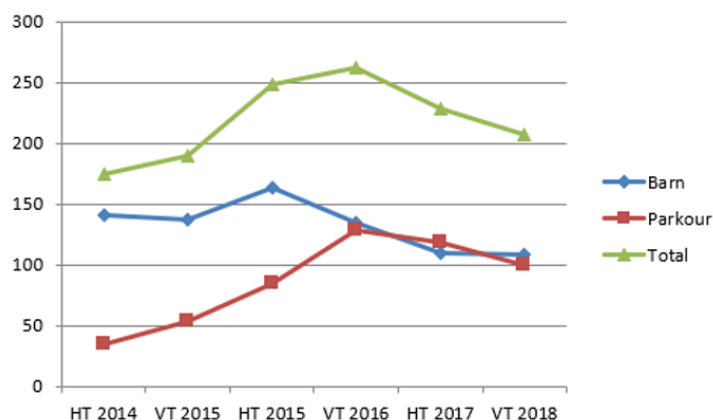
Takhiss äntligen monterad i Sporthallen.

Plötsligt händer det som vi väntat på i årtal. Ett takhissat tumblinggolv monterades i nya sporthallen. På så vis kan vi utnyttja träningstiderna betydligt mer effektivt samt att vi får plats med fler redskap i förråden och kan därmed erbjuda plats till ännu fler barn och ungdomar i hallen. Vi är mycket tacksamma för stöd från såväl Vaxholms kommun som från Idrottslyftet.

BARNSEKTIONEN – barn- och familjegymnastik samt parkour

Antal barn, grupper och ledare

VT 2018 hade 108 barn, spritt på 6 grupper, plats i någon barngympagrupp. Motsvarande siffra för parkouren var 99 deltagare i 5 grupper. Barn/parkoursektionens deltagare har minskat något. För barngympan har vi nu en bra fördelning med två grupper per åldersgrupp. Vi arbetar i dagsläget inte på att öka antalet barngrupper. Parkouren arbetar för att nästa år kunna fördela om efter färdighet istället för ålder. På detta sätt hoppas vi kunna bereda plats för ytterligare deltagare.



Fördelningen barngympa/parkour är fortsatt nästan 50-50. Värt att ha i minnet är dock att parkouren täcker fler åldersgrupper (barn födda 2002-2013) än barngymnastiken (2012-2014). Köerna till barn och familjegymnastiken fortsätter vara närmast obefintliga. Parkourköerna fortsätter dock att växa.

Ledare

Barngrupperna hade under vårterminen 20 ledare (snitt 5,4 barn per ledare) och parkourgrupperna hade 26 ledare (snitt 3,8 barn per ledare). Trenden med färre antal barn per ledare har fortsatt för parkouren under de senaste terminerna, för barngymnastiken har den dock bromsat in.

Ledartillgången är fortfarande sektionens enskilt största utmaning.

Vi fortsätter arbeta proaktivt för att hitta fler ledare genom att erbjuda ledarbarn 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 fortsätter sitt arbetssätt med inhyrd huvudtränare som stöttas av föräldraassistenter. Detta har hittills visat sig mycket lyckosamt och kommer framöver innebära att vi kan starta fler parkourgrupper. Parallellt hoppas vi att de äldsta utövarna vidareutvecklas och så småningom kommer vilja gå in som assistenter/ledare så att vi på detta sätt kompletterar med egna nya ledare. Vi har under det gångna året fått in tre juniorledare denna vägen.

Barn- och familjegymnastiken

Under verksamhetsåret 2017–2018 har det hänt väldigt mycket för truppsektionen. Parallellt med detta har barngymnastiken fortsatt i sitt utstakade spår utan stora förändringar. Fokus har varit på de nyframtagna ledarhandböckerna, att sätta dem i verket och styra efter dem. Detta är ett led i att säkerställa kvalitet och en jämn kunskapsnivå inom samtliga grupper.

Inget samlat ledarmöte har hållits under året. I stället var Emmelie under hösten ute i vardera grupp vid ett tillfälle för att möta ledarna i verksamhet och sedan fick samtliga ledarteam personlig feed-back och tips om övningar och lekar med avstamp i handböckerna.

Speciella händelser

Våren 2018 deltog WGF under Strömmingsloppet. Tillsammans med ledare från Vaxholms Innebandyförning ledde vi uppvärmningen för barnloppen. Parkoursektionen var på plats och visade upp sig och bjöd åskådare att vara med och prova på. Uppfattningen bland oss som var med som funktionärer var att detta var uppskattade aktiviteter och att vi gärna vill vara med denna dag nästa gång också. Detta engagemang kostar oss inget, men vi syns och är med och bidrar till att göra Strömmingsloppet till en familjefest i Vaxholm med rörelseglädje i centrum.

Vår ambition för nästa verksamhetsår

Ambitionen för det kommande verksamhetsåret är att varje grupp skall besökas minst två gånger under året 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. Efter några terminer då föreningen satsat på att få igång egna tävlingar kommer det under hösten 2018 hållas uppvisning igen. Där vill vi att barngrupperna skall vara med och få visa upp vad de kan och vara med och se vad äldre barn gör för att förhoppningsvis skapa intresse för att fortsätta utvecklas inom gymnastik och/eller parkour.

Det är vidare vår avsikt att följa upp den enkät vi gjorde våren 2017 med en ny för att följa hur nöjda våra deltagare är samt att försöka fördjupa samarbetet med Strömmingsloppet.

Slutligen kommer arbetet med att hitta en ny ansvarig för barnsektionen som kan ersätta Anna Cårebo på allvar att ta fart.

Parkour

Speciella händelser

Den 3 februari fick vi besök av Ahmed Al-Breih, ansvarig för Parkoursektionen på Svenska Gymnastikförbundet. Med sig hade han två gäster från FIG (Internationella Gymnastikförbundet) Florian Busi som är projektledare i FIG och Charles Perriere som är en av parkourens grundare. Målet med besöket var att utvärdera hur parkour inkluderas i svenska gymnastikföreningar.

Ett utdrag ur mailkommunikation med Ahmed efter besöket:

Ni ledare i Waxholm GF gav oss ett fantastiskt välkomnande och visade en verksamhet som ingen av oss kommer att glömma. Charles uttryckte efter besöket (parkourens grundare): "Ledarna i den klubben (WGF) lär ut den genuina parkouren. De har förstått att parkour handlar om lekfullhet, utmaning och att låta individen överkomma hindren på sitt sätt. Jag ser mer parkour här (i Vaxholm) än i hos de renodlade parkourföreningarna som vi har besökt. Jag känner en trygghet genom denna verksamhet, att parkouren kommer klara sig fint i gymnastikens föreningar.... "

SPRING JAM 2018

Den 26 maj 2018 arrangerade vi SPRING JAM i Vaxholm, föreningens andra dagläger för parkourutövare. JAM:et riktar sig till barn och vuxna i alla åldrar. Vi bjöd in både medlemmar och intresserade utanför föreningen. Vi hade 50 deltagare i ett åldersspann mellan 5 och 44 år, ett väldigt lyckat event som vi har ambition att upprepa.

Vår ambition för nästa verksamhetsår

Inom Parkoursektionen har ledarfrågan under en längre tid varit ett problematiskt område, nu har vi funnit lösningen och verksamheten drivs långsiktigt och hållbart. Ambitionen är att fortsätta hålla samma höga nivå och till HT-18 utöka med ytterligare 3 grupper och erbjuda parkourutövande för totalt 140 barn.

Vårt mål är att träningen alltid ska vara lustfylld, inspirerande och utvecklade för varje barn!

TRÄNINGSKOMPANIET (TK)

Antal deltagare, klasser och ledare

Under verksamhetsåret har deltagarantalet ökat en del sen förra året. Vi har nu ca 165 betalande medlemmar. Varje pass har haft en kärntrupp som kommit regelbundet och det har kommit till nya medlemmar.

Vi har fått till ett schema som vi själva bedömer som mångsidigt och välanpassat i fördelning över dagar, tider och fördelning mellan Vaxholm och Resarö. Schemat har omfattat 15 pass per vecka. Dessa varierar i längd från 30 minuter (FortGjort, ligger alltid två på raken så att de kan kombineras) till 75 minuter. Den klass som samlat flest deltagare är cirkelträningen på Campus. Campussalen är ett nytt tillskott som välkomnas även av TK:s deltagare för sin generösa yta att träna på.

Varje termin följer ungefärligt skolterminerna. Vårterminen slutar sista maj. Under juni har vi sedan erbjudit gratis sommarträning ute på Eriksö. Vi har hållit tre klasser i veckan. Vi gör detta gratis som marknadsföring för TK, för att fortsätta att verka för rörelse genom hela livet och som en goodwill till våra medlemmar. Uppslutningen har varit varierade från fem personer och uppåt.

Vi har varit 17 aktiva ledare och 8 assistenter som genomfört pass varje vecka. Alla hjälps åt att vikariera vid sjukdom. Antalet inställda klasser är extremt få, inte ens en handfull på hela året. Vi har haft 3 ledarträffar under året.

Material och kompetensutveckling

I samband med att även TK flyttade in i Campushallen behövdes en ny musikanläggning inklusive myggmikrofon. Det har vi köpt in tillsammans med truppsektionen. Den fungerar strålande bra! Material i form av mattor, vikter och stepbrädor börjar bli slitna efter många års användande. Vi har under verksamhetsåret kompletterat med nya stänger och vikter i Vaxöskola, samt ersatt enstaka stepbrädor. Samtliga insatser var nödvändiga.

Under hösten var 4 av våra ledare på inspirationsdag med FortGjort i Västerås. Det var härligt att möta andra inom branschen och få ny inspiration av FortGjorts utbildningsteam. Det gav mersmak och födde tankar kring hur vi kan skapa motsvarande inspiration för våra deltagare. Diskussioner har förekommit om vi skulle ha en egen inspirationsdag för deltagare och ledare eller om vi skulle bjuda deltagare att åka med på motsvarande inspiration i FortGjorts regi i höst. Inget har ännu beslutats.

Event

Yoga of Hope

Den 18 november 2017 höll ett stort antal yogastudios över hela världen yogaklasser där deltagaravgiften gick till Barncancerfonden. Initiativtagare till konceptet och eventet var Barncancerfonden, Cuddlings (Shama Persson), Yoga Girl (Rachel Bråthen) och oneOeight.

TK deltog med en 1,5 timmes lång yogaklass som var öppen för allmänheten (inte endast medlemmar). Klassen marknadsfördes under varumärket Yoga of Hope och TKs klass annonserades på tillhörande webbsida och via affischering på Vaxholms informationstavlor. Men kort varsel fick vi ihop ett tiotal deltagare.

Föreläsning med Walkfeeling

För att erbjuda våra medlemmar ytterligare inspiration genomfördes i samarbete med Camilla Svensson från Walkfeeling en föreläsning en kväll i november. Walkfeeling arbetar med rörelsemönster och hur dessa kan anpassas för att påverka vår hälsa. Ett tiotal deltagare deltog i föreläsningen som hölls i matsalen på Söderfjärdsskolan.

Strömmingsloppet

Även i år deltog TK vid Strömmingsloppet som gick av stapeln den 5 maj 2018. Föreningens medlemmar erbjöds start till rabatterat pris. TK stod för uppvärmningen för de vuxna löparna. Vi hade även ett bord under dagen där vi marknadsförde WGF/TK. För att dra uppmärksamhet till vårt informationsbord hade vi tävling i att balansera längst på balansboll. Detta drog uppmärksamhet, främst bland unga, men också en del vuxna. Detta engagemang kostar oss inget, men vi syns och är med och bidrar till att göra Strömmingsloppet till en familjefest i Vaxholm med rörelseglädje i centrum.

Samarbetet med Wellness Gym

Det tidigare samarbetet med Wellness Gym var uppskattat men trappades ned i takt med att Wellness aktivitet trappades ned inför nedläggningen. Det pass vi har haft i gymmet har varit mycket uppskattat och ersättning för detta samarbete är något som efterfrågas av deltagarna. Vi har tittat och tittar löpande på alternativa lösningar, men än har inget konkret materialiserats.

Marknadsföring

Vi har bedömt att bäst genomslagskraft i förhållande till satsade kronor får vi genom att annonsera i tidningen Losten som delas ut gratis i alla hushåll i kommunen. TK annonserar i Losten 2 gånger per termin, ett helt uppslag vid terminsstart och en del av sida under terminens gång. I annonspaketet ingår även en köpt artikel om vår verksamhet. I övrigt syns vi via vår hemsida och på Facebook där vi uppdaterar med nyheter, schemaändringar, nya ledare osv. Vi försöker också att lägga ut vårt schema på gratissidor på Facebook som vänder sig till kommuninvånare. Detta får vi göra som ideellförening, men det tillåts inte våra kollegor i branschen i stan att göra eftersom de drivs som företag.

Investeringar för kommande år

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