



Verksamhetsberättelse för Gripsholmsgymnasterna 1 juli 2024 - 30 juni 2025

Gripsholmsgymnasterna bildades i september 2003 i Mariefred, med syftet att bedriva barn- och trupp-gymnastik för barn och ungdomar.

Föreningen är medlem i Svenska Gymnastikförbundet och Svenska Riksidrottsförbundet.

Vårt verksamhetsår i korthet

Under året har föreningen haft 7 aktiva grupper varav 4 i trupp gymnastik och 3 i barn gymnastik. Antalet aktiva har ökat under året som har gått. Fördelningen av aktiva mellan barn och trupp gymnastik har varit 43 % kontra 57 %. Totalt har 456 antal träningar genomförts där 79 % var trupp gymnastik.

	Antal aktiva		Antal träningar	
	HT24	VT25	HT24	VT25
Trupp gymnastik	63	82	157	201
Lejon	16	15	65	60
Tigrar	0	16	0	56
Svanar	24	29	49	55
Leoparder	7	0	19	0
Rådjur	16	22	24	30
Barn gymnastik	47	61	42	56
Myror	13	23	15	19
Ugglor	18	20	15	20
Grodor	16	18	12	17
Totalt	110	143	199	257

Efter gypakalaset i september kunde vi starta en ny barngrupp – Grodor. Andra ändringar under höstterminen var att gruppen Leoparder slogs ihop med gruppen Svanar för att få en hållbar ledarsituation. Vid årsskiftet gjordes en omfördelning mellan grupperna för att i större utsträckning ha barn i samma ålder i samma grupp. Detta påverkade grupperna Svanar, Rådjur och Myror. Gruppen Tigrar startades med de äldsta gymnasterna från Svanarna.

Med fler gymnaster i föreningen har vi också behövt rekrytera fler ledare vilket vi har lyckats med.

	Antal ledare	
	HT24	VT25
	22	30
Vuxna ledare	9	14
Ungdomsledare (15-18 år)	3	3
Mniledare (<15 år)	10	13

Träningen har bedrivits i Mariefredsskolans stora idrottshall samt gymnastikhallen Larslunda i Strängnäs. Träningstiderna i Mariefred kunde behållas från föregående verksamhetsår, däremot halverades våra tider i Larslunda på grund av fler föreningar i kommunen. Detta har gjort att

våra äldre grupper har fått lägga en del träningstider i Mariefred. För att skapa bättre förutsättningar för de grupperna köptes en ny trampett in med hjälp av bidrag från Svenska gymnastikförbundet.

Händelser under året

Gympakalas

Under året har föreningen haft två Gympakalas. Det första hölls den 22 oktober 2024 och det andra hölls den 1 juni 2025. Bägge evenen fungerade som ett inspirations- och rekryterings-event för att synliggöra föreningens verksamhet. Det var god uppslutning vid båda tillfällena och det bjöds bland annat på uppvisningar, ballonger, sockervadd och fika. Tack vare sponsorer kunde vi också dela ut gympapåsar med föreningens logga till nya och gamla gymnaster. Vi hade två härliga dagar i hallen med mycket energi och rörelseglädje. Efter Gympakalasen har vi fått mycket positiv feedback från föräldrar till både gamla och nya medlemmar.

De som anmälde sig till träning under höstens kalas, erbjöds gratis träning under höstterminen 2024. På sommarkalaset fick nya gymnaster erbjudande om reducerad avgift för höstterminen 2025. Dessa erbjudande har gett ett tydligt uppsving på antalet gymnaster i föreningen.

Planeringen av vårens kalas leddes av en projektgrupp på fyra personer som ansvarade för marknadsföring, inköp och övriga förberedelser. Ledarna organiserade uppvisningar med trupparna, medan våra ungdomsledare (miniledare) visade upp och instruerade i gymnastikövningar.

Inför kalaset i juni anordnades det en bakdag inför kalaset där våra äldsta gymnaster samlades för att baka. Det blev ett tillfälle för att skapa sammanhållning i föreningen och blev en rolig dag.

Juluppvisning

Den 19 december bjöd Rådjuren in föräldrarna för juluppvisning och avslutning i Mariefredsskolans hall. Den 20 december var det i stället Svanar och Lejon som körde en uppvisning i Larslunda.

Samträningar och genrep

I början av maj hade Lejonen ett genrep inför Riksfyran tillsammans med juniortruppen från Strängnäs.

Tävlingar

Föreningens trupper har under året deltagit på nivåerna 9, 8, 7, 5 och 4 med goda resultat.

Datum	Tävling	Trupp
19-20 okt 2024	Nacka höstcup	Lejon på nivå 5, Svanar på nivå 7
24 nov 2024	Huddinge Adventstruppcup	Lejon nivå 5
30 mars 2025	Westra Aros cupen	Lejon nivå 5
12-13 april 2025	Alice-cupen i Nykvarn	Lejon på nivå 5, Svanar på nivå 8 och 9
11 maj 2025	Vikingacupen	Tigrar på nivå 7
17 maj 2025	Riks4 Vendelsö	Lejon på nivå 4
25 maj 2025	Regions4 Norrköping	Lejon på nivå 4
15 juni 2025	Kommunmästerkap, Strängnäs	Lejon, Tigrar och Svanar

Ledarkommitténs arbete

Ledarkommittén har under året haft som uppgift att stötta föreningens verksamhet på flera olika sätt. Kommittén har bland annat samordnat uppvisningar, vilket har gett både gymnaster och ledare möjlighet att visa upp vad som tränats under terminen och samtidigt stärkt gemenskapen i föreningen. Kommittén planerade också uppstartsläget i början av vårterminen, ett viktigt inslag som bidrar till både utveckling och sammanhållning mellan grupperna.

En annan del av kommitténs arbete har varit att se över och samordna redskapsfördelningen i de olika hallarna. Det har underlättat planeringen och gjort det smidigare när flera grupper delar på hallarna.

Kommittén jobbar ständigt mot att framför allt ledare ska kunna ha en trygg punkt att vända sig till vid frågor. Erfarenheter och kunskaper behöver delas mellan ledarna och ett sätt att göra det på är bland annat genom föreningens ledar-Instagram, där vi lyft fram inspiration och goda exempel från verksamheten. På sikt vill vi att det ska bli som en slags bank med stationer som ledare kan hämta idéer från och återvända till när de behöver inspiration.

Dessutom har kommittén sett över föreningens kollektion av träningskläder. Efter en noggrann genomgång las ett förslag på att byta leverantör till JBG Sport, med förhoppningen att det ska ge oss både bättre kvalitet till ett lägre pris och en enhetligare profil framåt.

Styrelsens arbete

Styrelsen bestod av följande personer efter årsmötet den 21 oktober 2024

Josefin Telborn	Ordförande
Jenni Wallin	Kassör
Paula Eriksson	Sekreterare
Johanna Boqvist	Ordinarie ledamot
Pernilla Åkerlind	Ordinarie ledamot
Peter Tjerneng	Ordinarie ledamot

Peter har valt att lämna styrelsen under verksamhetsåret på grund av tidsbrist.

Under året har styrelsen hållit 10 st protokollförda styrelsemöten. Det har varit en blandning av både fysiska och digitala möten.

I april fick vi möjlighet att delta på en subventionerad planeringskonferens anordnad av RF Sisu och Gymnastikförbundet Mellansvenska. Styrelsen fick ta del av information från organisationerna och vi fick bra hjälp från RF Sisus representant, Helena Lindstedt, i vårt arbete. Styrelsen fokuserade på att

- Färdigställa föreningens riktlinjer och att publicera dem
- Sätta en plan för marknadsföring, sponsring och bidrag
- Arbeta vidare med årshjul och rollfördelning inom styrelsen
- Planera terminsavslutning

Konkreta resultat blev att stödkassan startades, att vi nu har en policy för sociala medier inom föreningen och att datumet för vårens gympakalas sattes.

Särskilda uppdrag

Josefin och Paula har ansvarat för att svara på föreningsmejlen och intaget av nya gymnaster till föreningen. De har också ansvarat för administration i SportAdmin och aviseringar inför höst- och vårtermin. Pernilla och Jenni har engagerat sig för att söka bidrag och sponsorer till föreningen, särskilt inför vårens Gympakalas. Jenni har varit föreningens kassör och ansvarar för bokföring, betalning av fakturor och utbetalning av arvoden.

Sofia Bredenberg har under året utvecklat en grafisk identitet för föreningens sociala medier, vilket har bidragit till en mer enhetlig kommunikation. Hon har också ökat närvaron på föreningens digitala plattformar, vilket har gjort föreningen mer synlig, stärkt kontakten med medlemmar och intresserade samt lyft föreningens profil utåt.

Linda Sköld har varit ansvarig för att leda ledarkommittens arbete och Ebba Siurua har varit ansvarig för föreningssortimentet hos Prima Salto och JBG

Ekonomi

Vi stänger året med minus 44 409 kr, det är på grund av minskade intäkter då vi har färre gymnaster och många tog del av erbjudandet att träna gratis under en termin.

Personalkostnaderna är höga då vi har satsat på utbildning av våra tränare.

Övriga kostnader avser ett större inköp av trampett till hallen i Mariefred samt att systemet SportAdmin nu har använts under ett helt år för föreningsadministration och webbplats vilket medförde en högre kostnad än tidigare verksamhetsår.

Övrigt

Under januari 2025 utsattes systemet SportAdmin för en hackerattack där personuppgifter läckte. SportAdmin stängdes ner så fort de hade blivit medvetna om attacken och drabbade föreningar fick information om hur situationen skulle hanteras. Händelsen polisanmälades också. Styrelsen följde de råd och rekommendationer som skickades ut för att upprätta anmälan till IMY och meddela föreningens medlemmar.

Ort och datum

Josefin Telborn
Ordförande