

Verksamhetsberättelse 2018

Föreningen Nättraby Allmänna Idrottssällskap redovisar följande verksamhetsberättelse för 2018

Styrelsens sammansättning har varit enligt nedan:

Ordförande:	Hanna Frisesdal
Vice ordförande	Emma Persson
Sekreterare:	Linda Nilsson
Kassör:	Anna Lindkvist
Övriga Ledamöter:	Sebastian Andersson Carolina Åslund

Verksamhet

Kärnverksamheten i föreningen är familjegymnastik, barngymnastik, trupp gymnastik och parkour.

Antalet aktiva medlemmar vid årsskiftet var drygt 360 st. och antal ledare 31 st.

Under verksamhetsåret har föreningen arbetat med att driva föreningen framåt och försöka få alla ledare och medlemmar att känna sig välkomna i NAIS.

Vi arbetar med att barn och ungdomar ska få en aktiv fritid med lek- och rörelseträning. Vi erbjuder ungdomar i våra truppgrupper utvecklande träning som inriktar sig på trupp-tävlingar på olika nivåer.

Den populära parkour-verksamheten i klubben växer år från år. Under året har vi gjort förändringar i våra parkourgrupper, så nu är alla grupper kunskapsbaserade istället för åldersbaserade.

Föreningen har även barnverksamhet med familj- och barngymnastik.

Vi har under verksamhetsåret gjort följande:

- Styrelsen har haft 11 protokollförda styrelsemöten
- Vi har haft två ledarmöten i samband med uppstart av terminerna. Det hölls även ett informationsmöte för truppleadare i Rosenholm i mitten av vårterminen och det anordnades ett separat ledarmöte för parkourledarna under våren.
- Vi har haft två ledaravslutningar i samband med terminsavslutning. På våren kombinerade vi avslutningen med utbildning, 5-kamp och avslutade med middag på restaurang Parken. Innan jul samlades alla ledare i Folkets hus i Nättraby. Där hade vi frågesport, musik-quiz och avslutade med att äta grillplanka.
- Styrelsen har deltagit på tre hallrådsmöten. Detta är ett gemensamt möte där frågor rörande Rosenholms gymnastikhall diskuteras tillsammans med Karlskrona gymnastikförening och Rödebygymnasterna.
- Fem klubbmedlemmar deltog på Parkour Autum Jam i Lingvallen den 27-28 oktober.
- Vi har anordnat två populära dagläger i Gymnastikens hus i Växjö. Ett på våren, den 17 mars och ett på hösten den 3 november.
- Sommaren 2019 anordnas Gymnaestradan i Dornbirn, Österrike. Vi har fyra gymnaster från NAS som är anmälda.
- Terminsavslutning VT för grupperna i Rosenholm hölls på Tallholmens badplats.
- Julavslutning med uppvisning för föräldrar anordnades i Nättraby gymnastiksal. Där fick alla barngrupper möjlighet att visa upp vad de lärt sig under terminen. Vi hade även försäljning av lotter, t-shirts och vattenflaskor.
- Styrelsen har tagit fram en kollektion med klubbkläder med hjälp av Prima Salto. Alla medlemmar kan nu köpa dessa via hemsidan: Styrelsen har tagit fram en kollektion med klubbkläder med hjälp av Prima Salto. Alla medlemmar kan nu köpa dessa via hemsidan: <https://primasalto.se/mitt-foreningssortiment/nattraby-ais>

- För att få extra tillskott i klubbkassan har vi sålt kläder från Newbody. NAIS deltog också på julmarknaden i Nättraby. Vi sålde julgrupper, väggdekorationer, bordsgranar och tallris.
- Styrelsen uppdaterar kontinuerligt hemsidan med all information till sina medlemmar <http://nais.nu>
- Under året har styrelsen arbetat kring frågan om utdrag från belastningsregistret gällande ledare. Arbetet kommer att fortgå under 2019.
- I och med införandet av GDPR så har vi sett över vårt medlemsregister i Sportadmin, rensat ut gamla medlemmar och sett över behörigheten och åtkomsten i applikationen. Vi har även tagit fram policydokument när det gäller hantering av personuppgifter i klubben.

Utbildning

- GDPR utbildning
- Domarutbildning i Växjö
- NAIS var värd till utbildningen Trampett 1 som hålls i Nättrabyskolans gymnastiksal 29-30 september.

Under året har:

- 4 ledare gått basutbildning
- 5 ledare gått tumbling steg 1
- 7 ledare har gått trampett steg 1
- 2 ledare har gått Bamsegymna grundutbildning
- 1 ledare har gått matta och airtrack
- 1 ledare har gått hopp och volt
- 1 ledare har gått trupp basic
- 1 ledare har gått teori steg 1

Gymnastikgrupper

Nais bedriver verksamhet I familjegymnastik, barngymnastik, trupp-gymnastik och parkour. Vi har under hösten även kunnat erbjuda våra medlemmar ett kombinerat dans- och styrkepass.

I all gymnastisk träning tankar vi på att få med alla de grundläggande övningarna: åla, krypa, gå, springa, stödja, hoppa, hänga, klättra, kasta och rulla, sedan anpassas övningarna med svårighetsgrad som passer respective grupp.

Vi har två olika grupper I familjegymnastiken som är åldersindelade. Den ena riktar sig till barn mellan 2 och 4 år och den andra 4-6 år. Träningen består av en uppvärmning, en redskapsbana och en lek som avslutning. Föräldrarna är med sina barn under hela träningen.

Vi har två olika grupper I barngymnastiken som är åldersindelade. Den ena riktar sig till barn mellan 5 och 7 år och den andra 7 till 9 år. Träningen är lekfull och här introduceras inslag av de gymnastiska övningarna som t ex kullerbytta, handstående, hjulning på matta och ljus- samt X-hopp på trampett..

Vi har fem olika truppgrupper som är kunskapsbaserade. Dessa grupper har sin träning I Rosenholms gymnastikhall. Grupperna har medlemmar från 9 år och uppåt. Här varierar svårighetsgraden med allt från kullerbytta till dubbla volter med skruv. Några av grupperna har även deltagit I tävlingar under året.

Vi har fem olika parkourgrupper som är kunskapsbaserade. Förändringen till kunskapsbaserade grupper istället för åldersindelade har gjorts under året. Förändringen bygger på tanken att kunna möta barnen där de befinner sig i sin utveckling. Träningen bedrivs både I Nättrabyskolans gymnastiksal och I Rosenholms gymnastikhall.

Alla trupp-gymnaster har erbjudits extra träning med ett dans- och styrkepass I Nättrabyskolans gymnastiksal. Där har fokus varit på koordination i olika dansövningar och styrka. Styrka är viktigt för alla gymnaster, dels för att förebygga skador men även för att kunna utföra övningar inom gymnastiken.

Tävlingar

NAIS har under året deltagit på två tävlingar. Den 6 maj tävlade Gul/Aprikos i Växjö och kom på en 2:a plats. Den 2 december deltog ett lag från barngrupperna på Sydostmästerskapen i Holmsjö.

Material

Vi har ett abonnemang på Gymnastiklexikon

Vi har köpt in en ny sladdvinda och pump till airtracken i Nättraby

Vi har köpt in ledartröjor från Prima Salto till samtliga ledare

Ekonomi

Vårt ekonomiska resultat är bättre än budgeterat. Anledningen till detta är att vi köpt in mindre material än beräknat samt har minskat kostnad för lokalhyra. Vi har varit kostnadsmedvetna när vi har haft ledarträffar. Vi har överskridit budgeten gällande ledarutbildningar, vilket vi ser positivt på, då vi har fler behöriga ledare.

Sammanfattning

Sammanfattningsvis kan man säga att gymnastiken i Nättraby fyller en viktig funktion. Årets satsningar på ledare och utveckling av föreningen har slagit väl ut. Ett kvitto på detta är att vi har barn i alla åldrar både inom kommunen och utanför som söker sig till vår förening.

Vårt mål är att behålla engagemanget hos alla som är involverade i NAIS, samtidigt som vi gemensamt arbetar för en sund inställning till gymnastik och där rörelseglädje är ett av ledorden.

Lyckas vi med detta är vi övertygade om att 2019 blir ytterligare ett lyckat år för NAIS.

Styrelsen Nättraby Allmänna Idrottssällskap, NAIS

Hanna Frisesdal (Ordf) Emma Persson (V. ordf)

Anna Lindqvist (Kassör) Linda Nilsson (Skr)

Sebastian Andersson (Ledamot) Carolina Åslund (Ledamot)