



Verksamhetsberättelse 2022

Karlstads Gymnastikförenings 100:e årsmöte 23 mars 2023

FÖREDRAGNINGSLISTA

Mötet öppnas

1. Fastställande av rösträtt vid årsmötet
2. Val av ordförande och sekreterare för årsmötet
3. Val av protokolljusterare och rösträknare.
4. Fråga om kallelse till årsmötet behörigen skett
5. Fastställande av föredragslistan
6. Föredragning av verksamhets- och förvaltningsberättelse
7. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets-/räkenskapsåret.
8. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.
9. Fastställande av medlemsavgifter.
10. Behandling av styrelsens förslag och i rätt tid inkomna motioner.
11. Fastställande av budget och verksamhetsplan för kommande verksamhetsår.
12. Val
 - * ordförande för nästa verksamhetsår
 - * 3 styrelseledamöter på 2 år
 - * 1 styrelsesuppleant på 1 år
 - * 2 revisorer och en suppleant på 1 år
 - * 3 ledamöter i valberedningen varav en ordförande
 - * ombud till regionsmötet
 - * materialförvaltare
13. Övriga frågor.

Verksamhetsberättelse

För Karlstads Gymnastikförenings verksamhetsår 2022-01-01 – 2022-12-31 får styrelsen avgiva följande berättelse:

STYRELSEN

Ordförande	Bettina Arnott Danielsson
Vice ordförande	Caroline Bengtsson
Kassör	Margareta Larsson Fagergren
Sekreterare	Karin Andersson
Övriga ledamöter	Joline Röös
Suppleant	Camilla Brattström adjungerad
Revisorer	Anders Naeslund Monica Asplund
Revisor Suppleant	Evert Andersson
Valberedning	
Ombud till regionsmötet	Styrelsen utser ombud
Materialförvaltare	Kansliet

STATISTIK FÖR ÅRET

Samtliga medlemmar 846 st

Antal Kvinnor 675 st

Antal Män 171 st

Kön	Kvinnor					Män				
Åldersintervall	0-6	7-12	13-20	21-40	40-	0-6	7-12	13-20	21-40	40-
Aktiva medlemmar	150	248	78	137	62	83	35	5	30	18

Varav ledare/styrelse	Kvinnor				Män			
Åldersintervall	0-20	21-40	40-60	61-	0-20	21-40	40-60	61-
Ledare	39	60	22	4	1	4	5	0
Styrelse	0	6	1	1	0	0	0	0

EKONOMI

Beträffande föreningens ekonomi hänvisas till revisorernas berättelse.

SAMMANTRÄDEN

Styrelsen har under året haft 13 stycken sammanträden vilka finns protokollförda.

UTBILDNING 2022

<u>Månad</u>	<u>Kurs</u>	<u>Antal</u>
	Intro Svensk Gymnastik	25st
	Åldersanpassad träning	12st
	Styrka, rörlighet och fysiologi	9st
	Biomekanik	1st
	Idrottsnutrition och Återhämtning	1st
	Planering och periodisering	1st
	Hjälpledare Svensk Gymnastik	6st
	Trampolin som hjälpredskap	7st
	Bamsegymnastik Grund	2st
	Gymnastikens Baskurs – Träning och tävling	10st
	Gymnastikens Ledarskap	4st
	Truppgymnastik A	7st
	Truppgymnastik Redskap B	11st
	Truppgymnastik Redskap C	1st
	Truppgymnastik Domare steg 1	4st
	Seniorinspiration	1st
	Aerogym	2st

INFO FRÅN SEKTIONERNA

BARNSEKTIONEN

Året 2022 har varit ett stabilt år. Efter pandemin så har nu saker och ting återgått mer till hur det var tidigare. Träningarna har varit igång som vanligt. I nuläget har vi 10 grupper och runt omkring 45 aktiva ledare och tränare.

Under året har vi haft 4 stycken prova på pass. Vi har även haft passningsteknik en gång per termin för våra ledare.

Det är även full gång med planering inför 100 årsjubileet 2023. Det kommer hända flera roliga aktiviteter för gymnasterna inom föreningen som bland annat Jumpyard.

Barnsektionsansvarig

Joline Lövgren Röös

UNGDOMS- OCH TRUPPSEKTIONEN

Under 2022 har vi äntligen kunnat bedriva våra träningar som vanligt igen efter en period av pandemi. Tävlingar har varit på plats igen, med många fina prestationer från samtliga av våra grupper som deltagit.

Under våren hade vi äntligen vår årliga Vårkavalkad på Fröding arena igen efter ett par års uppehåll. Vi har också haft fem trupper som tillsammans varit på läger i Katrineholm.

Under sommaren stod sedan den nya grophallen på Fredricelundsskolan äntligen färdig. Ett stort lyft för alla våra trupper. Vi deltog bland annat i den officiella invigningen med kommun och tidning. Samt anordnade sommarläger.

Under hösten deltog våra äldsta gymnaster på älvstädningen som anordnas av Städa Sverige varje år. Vi arrangerade vårt årliga klubbmästerskap Galaxmästerskapen för andra gången. Våra gymnaster i

Mars slogs ihop med Jupiter, detta pga. ledarbrist och att få ett fulltaligt lag, de fann varandra snabbt och är redan ett fint sammansvetsat gäng.

Under 2022 har också 4 nya grupper startats upp: Månen, Tellus, Andromeda och Callisto med gymnaster från 15år och uppåt. Flera av våra ledare har också under året gått trupp A, B & C utbildning samt domarutbildningar för att ge våra gymnaster ännu mer förutsättningar till att utvecklas.

Tävlingar under året:

- 2 grupper på Westra aros cupen (vt), nivå 6 och 5
Vintergatan kammade hem 4 medaljer varav en total seger i sin klass.
- 3 grupper på regionsjuan & regionåttan i Norrköping (vt)
Saturnus tog totalt 3 medaljer varav en total seger i sin klass.
- 2 grupper på Mellansvenska mästerskapen i Örebro (vt), nivå 5 och 6
Vintergatan kammade hem ett brons i fristående.
- Vi hade ett lag på Riksfemman (ht)
Vintergatan deltog på sin andra rikstävling och tog sig denna gång till final
- Vi hade ett lag på Mellansvenska mästerskap i Örebro (ht), nivå 5
Vintergatan tog ett guld & brons, samt en 2a plats totalt. Under tävlingen delades även pris till årets ledare i regionen ut som gick till en av våra ledare.
- 2 grupper deltog regionsjuan i Norrköping (ht)
Vega tog ett brons på Airfloor.
- 3 grupper deltog på regionsjuan & regionåttan (ht) på Hammarö
Samtliga gymnaster fick varsin guldmedalj.
- Vår vuxengrupp Callisto deltog på sin första tävling & kammade hem ett silver & brons.
- 4 grupper deltog på Lussegympan i Kristinehamn (ht)
Jupiter kammade hem ett silver på valfrid.

Vi är så glada att få vara tillbaka på tävlingsgolvet igen!

Till sist ett stort tack och en varm eloge till alla ledare och gymnaster för ert engagemang och hårda arbete.

För Ungdoms- och truppsektionen

Caroline Bengtsson

GRUPPTRÄNING

Sakta men säkert har vi smugit igång verksamheten igen.

Vi har kört pass på Norrstrandsskolan, Idrottshuset, Motionscentralen på Skutberget, Kolvgatan samt Mariebergsskogen.

Vårt utbud har varit Gymmixgympa, Tabata, Cirkelträning, Styrkegympa samt utepass med promenader och styrkestationer.

Under VT 2023 har vi startat upp vattengympan igen.

Vi önskar att vi ska hitta fler ledare under 2023 som vill fortsätta vår fina verksamhet.

För gruppsektionen

Margareta Larsson Fagergren

VERKSAMHETSPLAN

Karlstads Gymnastikförening anno 1923.

Japp, ni läste rätt och ni har nog redan räknat ut att det innebär att vi fyller 100 år i år.

Detta ska vi fira på alla sätt vi kan komma på och vi hoppas att ni alla vill vara med och fira med oss. Året kommer innebära extra mycket föreläsningar, inspirationsdagar för ledare, extra roliga saker för gymnaster, en jubiléumsuppvisning, en ny tävling där vi bjuder in alla Värmländska gymnastikföreningar. Vi kommer ha en ledarmiddag, minidisco, prova-på-dagar, gymmix-prominixer mm.

Parallellt med dessa extra jubiléumsaktiviteter rullar den vanliga verksamheten på med träningar, tävlingar, läger, möten, verksamhetsutveckling mm.

Vi har fortfarande mycket att göra för att få tillbaka den gruppträningsverksamhet som vi förlorade under pandemiåren och vi söker kontinuerligt nya ledare.

Bristen på ledare är övergripande i samtliga sektioner och för att kunna erbjuda den bredd på verksamheten som vi skulle vilja kommer vi fortsatt ha fokus på ledarrekrytering och ledarutveckling.

Förutom ledare behöver vi även fler som vill engagera sig i planeringsgrupper, hjälpa till som funktionärer vid våra arrangemang och alltid, alltid behöver vi fler domare.

SLUTORD

Under 2022 fick vi äntligen flytta in vår truppverksamhet i den nybyggda specialhallen vid Fredricelundsskolan. Att ha så bra tillgång till gropar och trampoliner som komplement till våra vanliga redskap innebär att vi verkligen ser snabbare progress i utvecklingen av våra gymnaster. Att ha tillgång till den här typen av hall innebär också att Gymnastikförbundet kan hålla högre ledarutbildningar i Karlstad vilket vi under hösten haft turen att få prova på både genom att ha varit värd för Trupp A och trupp B.

2022 innebar även att fysiska tävlingar återupptogs och vi har deltagit på ett flertal förenings-, regions- och rikstävlingar under året.

Gruppträningsverksamheten släpar fortfarande efter pandemin och det var under året svårt att få både ledare och deltagare till våra pass. Vi har dock haft ett antal pass igång och målet att få fart på detta viktiga ben i verksamheten är fortsatt prioriterat och kommer fortgå under kommande år.

Styrelsen vill rikta ett varmt tack till alla våra ledare och gymnaster för ännu ett härligt gympaår. Utan er har vi ingen verksamhet och ni ska alla veta hur viktiga ni är, för oss, för era kompisar och för er själva.

Vi vill också passa på att tacka våra hedersledamöter, hedersmedlemmar, föräldrar, funktionärer, anställda, Karlstads Kommun m fl som på olika sätt bidrar till att vår verksamhet kan rulla på.

Karlstad 23 mars 2023.

Bettina Arnott, Caroline Bengtsson, Margareta Larsson Fagergren,
Karin Andersson, Joline Röös och Camilla Brattström