



Verksamhetsberättelse 2016

Styrelse

Ordförande:

Sofie Fischer

Sekreterare:

Peter Norman

Kassör:

Maria Lustin

Ledamöter:

Susanne Dannstedt

Birgitta Rittner

Sara Rumbutis

Suppleanter:

Erik Lindberg

Jens Ulander

Föräldrarepresentant:

Lizette Wahlberg

Tränarrepresentant:

Jonas Jackson

Gymnastrepresentant:

Marcela Torres

Valberedning:

Marie Wallenberg Olsson

Petri Lehto

Revisorer:

Manne Forsdik



Manne, Sara, Jens, Marcela, Sofie, Susanne, Erik, Peter, Birgitta, Lizette och Maria

Ordföranden har ordet!

All Star har funnits i 3 år och har drygt 600 medlemmar, den offensiva verksamhetsplanen som beslutades på förra årsmötet har genomförts på de allra flesta punkter.

När All Star startade var ett av våra viktigaste mål att kunna erbjuda fler möjligheten till kvalitativ träning, på olika nivåer. Vi har fått många tonåringar att börja med gymnastik, något jag som ordförande är extra stolt över. Ett annat viktigt mål har varit att erbjuda ett tränings- och tävlingsupplägg där det får ta tid att nå toppen för elitsatsande gymnaster. Vår dubbla SM-mästarinna och EM-gymnast Marcela Torres visar att det är möjligt. Gymnasternas bästa går före tidiga resultat, det är en viktig del av den värdegrund vår förening står stadigt på, både nu och i framtiden.

Hallen i Vinsta - kallad House of Stars - är ett spännande samarbetsprojekt med andra föreningar och verksamheter och en satsning för föreningens framtid. Tack vare detta projekt har vi kunnat erbjuda fler träning och bredda verksamheten och har sedan i höstas även Parkour och Tricking. Visionen på lång sikt är en välutrustad AG-hall, men det förutsätter förstås inte bara en framgångsrik och egen verksamhet utan även stöd och bidrag från kommun och andra.

Det är svårt att välja höjdpunkter från verksamhetsåret 2016 - det finns så många - men jag väljer att lyfta fram fyra:

- Det första vår egen tävling All Star Trophy då vår förening hade tävlande på alla steg, allt från de som tävlade för första gången på steg 1, upp till dem som tränat länge och nått steg 10, vi hade tävlande i rikspokalen samt CoP. Det visar att vi verkligen lever upp till att erbjuda kvinnlig AG till alla nivåer
- Det andra ögonblicket blir SM i Halmstad, vi vann alla klasser i KvAG, guld USM, JSM och SM för seniorer, fantastiskt bra.
- Det tredje blir vår sommaravslutning där temat detta OS-år förstås var just OS. Jag var så imponerad av våra tränare som ordnat en så fin uppvisning, som avslutades med att alla tränare och gymnaster på golvet gymnastiserade och dansade till vår egen specialskrivna låt "Kom ut som en stjärna"!
- Det fjärde stora ögonblicket blir Marcela Torres fina prestation då hon som enda svenska kvinnliga gymnast representerade Sverige i EM 2016.

Vi har inte heller saknat utmaningar under detta verksamhetsår. Där har vår starka värdegrund hjälpt oss att navigera rätt – när det nu blivit dags för mig att lämna över ordförandeskapet ser jag det som ett av föreningens viktigaste kapital att vårda.

Ett stort tack till alla ledare, styrelse, föräldrar och medlemmar som gjort stora insatser, alltid med föreningens bästa för ögonen. Ni är föreningens själ och ryggrad och jag hoppas att fler vill bidra med sin tid och engagemang och göra insatser i föreningen. Välkommen att vara delaktig - alla krafter behövs, och det ökar gemenskapen och trivseln i vår fina förening.

Nu är det dags för mig att lämna styrelsen och ordförandeskapet, men jag kommer att fortsätta engagera mig som stödmedlem och hugga in där det behövs. Jag önskar föreningen fortsatt framgång och vill tacka er alla för gott samarbete, mycket gymnastikglädje, energi och framtidstro.

All Star Gymnastics – en förening i ständig förändring – nu tar vi nästa steg!
Ordförande Sofie Fischer, för All Star Gymnastics styrelse 2016

Våra tränare

Adina Rumbutis (anställd)

Alma Meta

Anette Jansson

Anna Halén (vik)

Elin Engelhardt Örne

Elin Larsson

Elin Wernberg Engarås (anställd)

Elise Savorina

Ella Lundqvist Bertlin

Ellen Thorfinn

Evelyn Sepp

Felizia Gustavsson

Frida Björs

Hanna Fischer (vik)

Hanna Strand

Hennie Martinsdottir

Holly Wilson

Isak Fritz

Jonas Jackson

Julia Rumbutis

Kim Singmuang

Klara Svensson

Klara Thynne

Linn Larsson

Linn Norman

Malin Andersson (Sundsvall)

Marcela Torres

Marijam Azizuddin

Martina Lous-Christensen

Oksana Lokaichuk (anställd)

Saga Svantesson Hernodh

Sandra Nyman

Sara Rumbutis

Sebastian Tellström

Sergej Rumbutis (anställd)

Sofia Svensson

Stina Rimm (vik)

Tarja Rodmar

Tatjana Bergwall (tidigare anställd)

Thea Fischer

Victoria Genberg

Valentina Corsi

Viktoria Herjeryd

Vitaly Kardasovs (anställd)

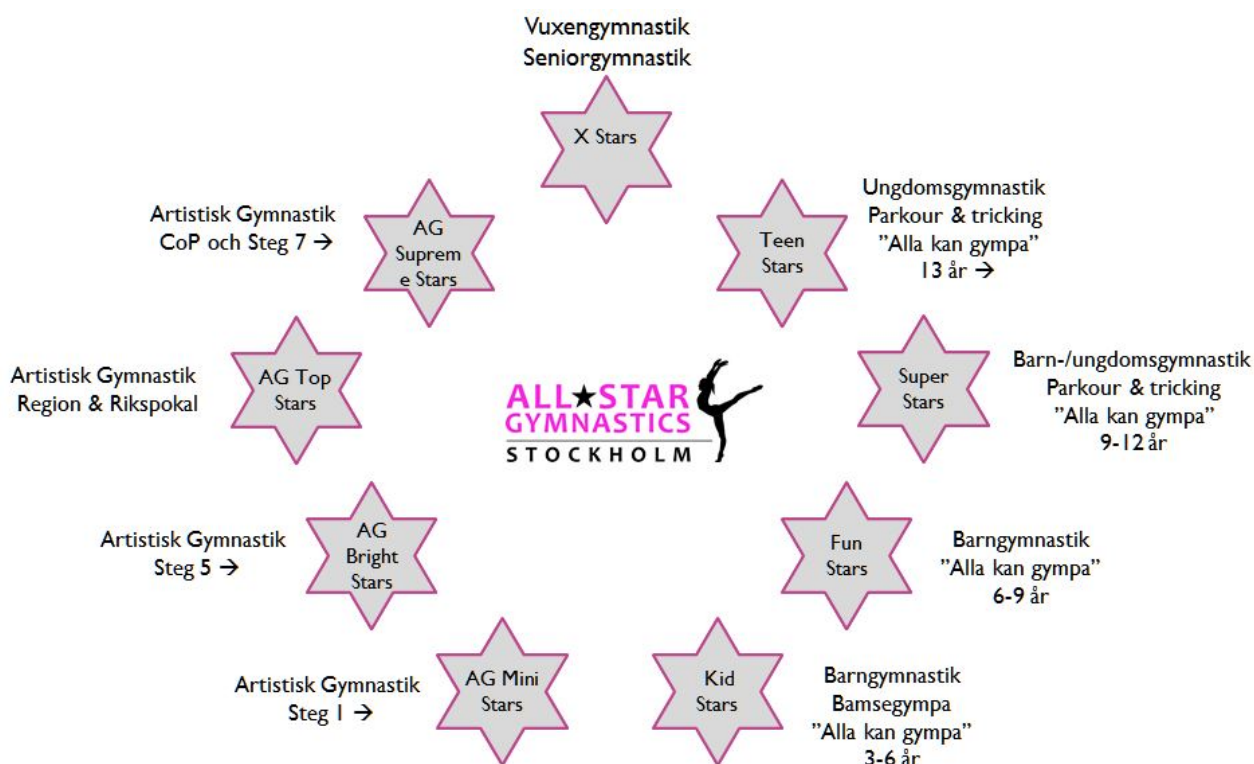


Några av våra ledare vid utbildning med GF Öst

All Stars koncept:

Nedan följer en beskrivning av våra grupper, för varje stjärna/grupp finns det även en mer detaljerad beskrivning. Vi jobbar efter Self Determination Theory som lyfter fram vikten av att tränarna stödjer idrottarna för att öka deras inre motivation och drivkraft.

From i år 2016 erbjuder vi även Parkour och Tricking i vår verksamhet.



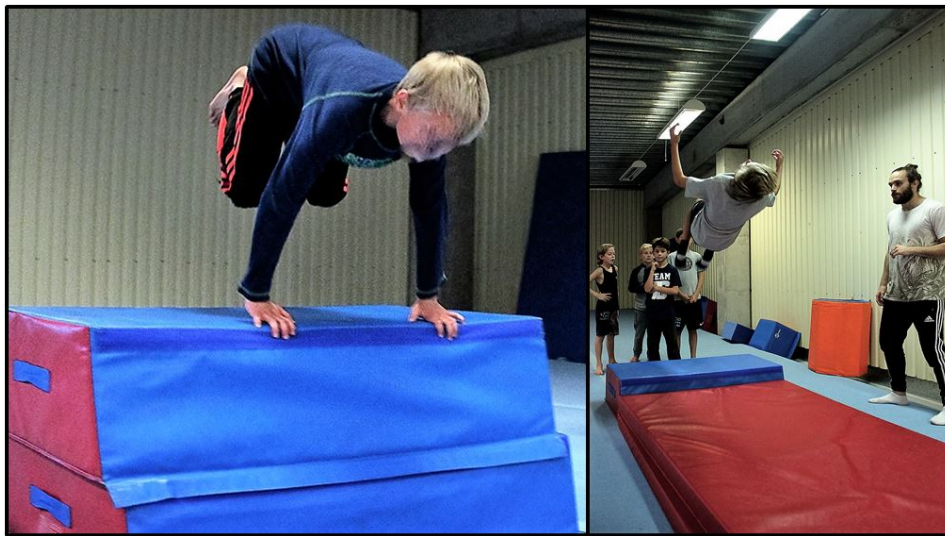
Beskrivning av våra grupper

Kid Stars, barn 3-6 år

Vi har haft många barngrupper igång under året, de flesta enligt konceptet Bamsegympa, bl a i Södra Ängby Skola, Gärdeshallen och Eiraskolan under våren. Under hösten utökades även till House of Stars i Vinsta samt Gröndalsskolan. Barnen har tränat en timma per vecka och avslutade hösten med en fin juluppvisning inför fullsatta läktare.

Fun Stars, barn 6-9 år

Här är träningen inriktad mot redskap där man får prova på övningar och redskap som ingår i Svenska Stegserierna och där lek och rörelseglädje är i fokus. Grupper har pågått bl a i Södra Ängby Skola, Gärdeshallen, Lilla Adolf Fredrik, Eiraskolan och Campus Manilla Eiraskolan under våren. Under hösten utökades även till House of Stars i Vinsta samt Gröndalsskolan. Dessa grupper har kört från en timma per vecka till 1,5 h. Många flickor har deltagit vid våra hemmatävlingar under året.



Super Stars, barn 9-12 år

Det är fortsatt stort intresse för denna grupp, vilket är glädjande då det är i dessa åldrar som de flesta idrotter (även gymnastik) ser stora tapp bland medlemmarna. Sex grupper under våren och sju under hösten har tränat 1-3 pass i veckan i Södra Ängby, Alvik, Eiraskolan och Campus Manilla.

Vi är glada att även några grabbar är med i dessa träningsgrupper. Liksom i Fun Stars har flera flickor från dessa grupper även deltagit vid våra tävlingar under året med framgång. De deltog också vid juluppvisningen. Nytt för i år är även att vi erbjuder Parkour och Tricking.

Teen Stars, 13 år och äldre

Vår populära satsning som blivit lite av ett signum för föreningen.

Fyra grupper har varit igång under våren och fem under hösten. Träningarna har genomförts i Södra Ängby, Alvik och Åkeshov. Flickorna har erbjudits redskapsträning blandat med styrketräning och smidighet och några tjejer tränade upp emot sex timmar per vecka. Intresset för att tävla är fortsatt högt och då inte enbart i styrka utan även på Svenska Stegserierna där vi lyckats få fler arrangörer att erbjuda en separat Teenklass.

AG Mini Stars, steg 1-5

Mini Stars är tävlingsinriktade grupper där vi idag har tre grupper en som tävlar på steg 1-2, en som tävlar på steg 2-3 och en som tävlar på steg 3-5. Träningarna genomförs i House of Stars, Alviksskolan, Södra Ängby och Åkeshov. Flickorna tränar två till fem dagar per vecka beroende på hur mycket tid vi kan erbjuda men framförallt hur mycket tid man själv väljer att träna.



AG Bright Stars, steg 5-8

Flickorna tränar 16 - 20 timmar i veckan uppdelat på 4-5 dagar. Några av tjejerna i gruppen tävlar på riksnivå och vårt träningsupplägg anpassas så att de som önskar ges möjligheten att kombinera sin gymnastikträning med andra idrotter t ex dans, friidrott och simhopp. Träningarna genomfördes i huvudsak i Åkeshov.



AG Top Stars, modifierad COP

Detta gäng med flickor har sin huvudsakliga inriktning mot de Svenska Pokalenserierna. Flera av gruppens flickor hjälper föreningen med viktiga ledarinsatser: tränare för våra barn- och ungdomsgrupper, läger,

domarinsatser eller funktionärer vid hemmatävlingar. Gruppen tränar mestadels av sin träning i Åkeshovshallen.

AG Supreme Stars, Steg 7 och högre

Tjejerna i denna grupp tävlar på steg 7- 10 och COP – internationell nivå och siktar mot eller befinner sig i eliten. Träningsdosen är hög, många tränar 20-24 timmar i veckan och en del morgontränar även några pass i veckan. Flera tjejer i denna grupp ingår i senior och juniorlandslag.

Deltagande i förbundets utvecklingsgrupper och landslag:

TF.grupp:

Freddie, Hanna, Jonna, Leia och Malin har varit med i förbundets TF-satsning och bla varit i Malmö på läger.



Aspiranterna:

Systrarna Rebecca och Veronica Wahlberg har under 2016 varit med i Aspiranterna. Den fina utvecklingen fortsätter och de kommer även 2017 vara med i gruppen och till 2017 har även Freddie, Jonna och Malin kvalat till Aspiranterna efter fin tävling av samtliga i Höstpokalen.

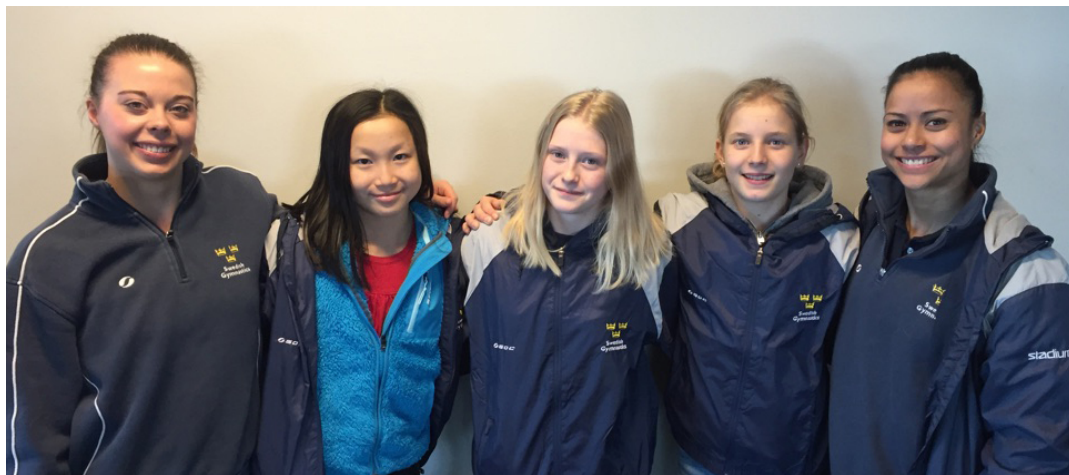


Juniorgruppen:

Cecilia, Kristina, Lova och Sigrid, Cecilia har varit med på i juniorgruppen och Cecilia, Lova och Sigrid har även representerat Sverige vid flera internationella tävlingar.

Seniorlandslag:

Marcela och Saga har varit en del av det Svenska landlaget och deltagit vid flera tävlingar. Marcela fick äran att representera Sverige vid VM i Julia har rötter i Georgien och tävlar för Georgiska landslaget



Utmärkelse gymnast

All Star Gymnastics **Marcela Torres** blev inbjuden att vara med vid Stockholms stad firande av svenska mästare under året. **Marcela Torres** blev hyllad för hon vann SM-guld i KvAG 2015. På bilden med Michael Trane, som vann SM-guld i MAG.



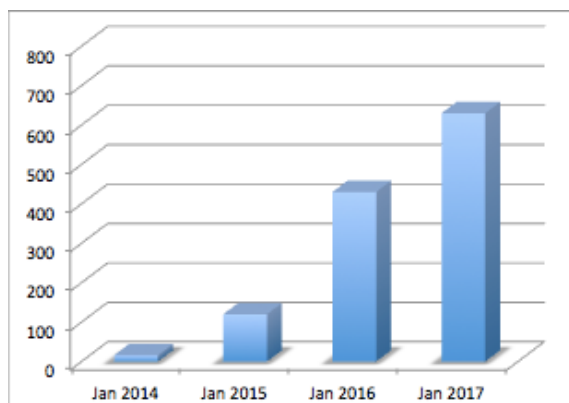
Utmärkelser våra ledare

Två av våra barnledare fick särskilda utmärkelser vid julavslutningen. **Ella Lundqvist Bertlin och Marijam Azizuddin**. Vi valde att premiera dessa två tränare då de ställt upp oerhört för vår förening. De var inte bara de två som redan hade många grupper schemalagda, de var också de två som ställde upp när vikare behövdes under höstterminen 2016. Som tack fick de varsitt armband samt en liten bonus utbetald som tack för hjälpen.

Sandra Nyman och **Anna Halén** fick även ett extra tack då de har ställt upp i grupper vid akuta inhopp vid frånvaro på annan huvudtränare. De var två stycken som vi alltid kunde lita på och som gjort fina inhopp. Utan dem hade vi behövt ställa in och det är det sista vi vill. Sandra och Anna har fått var sitt halsband som tack för deras engagemang.

Antal medlemmar och medlemsutveckling

Föreningen hade 604 medlemmar den 1:a januari 2017



Utveckling av medlemsantalet sedan starten i januari 2014.

House of Stars

Hallen i Vinsta - kallad House of Stars - är ett spännande samarbetsprojekt med andra föreningar och verksamheter och en satsning för föreningens framtid. Tack vara detta projekt har vi kunnat erbjuda fler träning och även breddat verksamheten och har sedan i höstas även Parkour och Tricking. Här finns även föreningens kansli – och inte minst våra viktiga medarbetare, verksamhetschef Elin Wernberg Engarås och barn- och ungdomsansvariga Adina Rumbutis.

Visionen på lång sikt är en välutrustad AG-hall, men det förutsätter förstås inte bara en framgångsrik och bred egen verksamhet utan även stöd och bidrag från kommun och andra. Vi tar ett steg i taget och närmast handlar det om att utveckla verksamheten och finna fler hyresgäster/föreningar som vill samlas under samma tak



Tävlingsresultat

2016 var ett mycket framgångsrikt år för All Star Gymnastics. En av höjdpunkterna var SM i Halmstad i maj då vi vann guld både i USM genom Kristina Åhlin, i JSM genom Cecilia Wrangdahl och i SM för seniorer genom Marcela Torres. Helt fantastiska resultat.



Vid höstens stora rikstävling Svenska cupen som All Star anordnade blev det även dubbelt för All Star Gymnastics i juniorklassen genom guld av Sigrid Risberg och silver av Lova Thingvall.

Mång medaljer i lagtävlingar

Det är extra roligt i en individuell sport att så många tävlingar ordnar lagtävlingar. Det har gått fantastiskt bra för våra lag under året. Nedan några lagtävlingar under året vi vann var Lag guldet i SM och



Våra barn- och ungdomar har varit med på många stegtävlingar.

Under året har det blivit många stegtävlingar för våra barn och ungdomar.



Deltagande på internationella tävlingar.

All Star har även deltagit på flera internationella tävlingar. Där Marcela b la vann guld i mångkampen i Unni & Harald Trophy



Landslagsverksamhet

Vi har även haft gymnaster som representerat svenska landslaget och det georgiska landslaget.



Roligt att lyfta är lagguldet som de svenska juniorerna vann vid NM i Reykjavik i maj och ett av årets höjdpunkter när vår Marcela Torres gjorde en fin prestation då hon som enda svenska kvinnliga gymnast representerade Sverige i EM 2016.

Arrangemang

Idrottens dag i Hagaparken

Vi fick förtroendet att i år igen tillsammans med Gymnastikförbundet Öst hålla i "prova på gymnastik" på Idrottens dag i Hagaparken. Några av våra tränare fick också träffa prins Daniel.



Tolvanloppet- Prova på Bamsegympa

Under Tolvanloppet i Bromma såg All Star Gymnastics till att de yngsta deltagarna blev ordentligt uppvärmda. Vi anordnade nämligen uppskattad Bamsegympa som lockade många glada barn till rörelse och skratt



Mälarcupen – internationellt arrangemang med andra föreningar

Vi var med i arrangemanget av den internationella gymnastiktävlingen Mälarcupen. Vi ansvarade för bl.a infodisken, domarassistenter, mat och fika.

All Star Trophy

Vi arrangerade All Star Trophy på valborgsmässoafton och vi hade över 150 gymnaster från Kiruna i norr till Tölö i Halland som deltagare. Tävlingen täckte in alla steg 1-10 samt CoP ungdom och CoP senior.



Cuptävling och All Star Cup

I november hade vi fått förtroendet att anordna en tävling för svenska Gymnastikförbundet som omfattade Svenska cupen, Juniorcupen, Ungdomscupen och Rikscupen. Det blev en stor succé med många nöjda deltagare. Ett sådant stort arrangemang behöver många funktionärer och som tur är ställer våra fantastiska föräldrar



All Star Open

I juni och december anordnade vi vår styrke- och smidighetstävling All Star Open. Här kan gymnasterna tävla mot varandra i tolv grenar såsom stillastående längdhopp, spagat, pikerat sittande och lianklättring. Tävlingen lockade inte bara gymnaster utan även atleter från andra sporter. Vi fick se 60 deltagare som kämpade och försökte slå personligt rekord från förra tävlingen.

Våruppvisning med OS-tema

Den 1 maj visade våra gymnaster upp vad de tränat på under våren. Vi fick se gymnaster utklädda till deltagare från många länder och många idrotter var representerade på denna uppvisning som hade OS-tema. Gymnasterna och tränarna hade gjort ett strålande jobb och bjöd på en mycket uppskattad show! Vi hade till och med en fackla som lämnades över från vår allra yngsta gymnast till vår allra mest meriterade Marcela Torres.



Julavslutning

Den 10 december var det dags för gymnasterna att visa upp sig för nära och kära. Den här gången var det vintertema med följd att vi fick se allt från renar till snöflingor göra kullerbyttor och volter. Det är alltid en uppskattad tillställning och man ser att glädjen hos gymnasterna är extra stor under en uppvisning!



Lägerverksamhet

Barnläger i Vinsta

Vi har under året anordnat barnläger, parkourläger samt Teenläger både vid Jullov, sportlov, påsklov, sommarlov och höstlov.



Läger i Fano, Italien sommaren 2016

Under vecka 32 arrangerades ett läger för tjejerna i Supreme, Top och Bright Stars. Med på lägret var tränarna Sigge, Tatjana, Jonas och Sara. Med som lägerföräldrar/resurs följde Jens Ulander och Gunilla Risberg.



Lägret gick av stapeln i orten Fano i mellersta Italien vid adriatiska kusten strax norr om Ancona. Under lägret fanns tid både för träning och gemensamma aktiviteter och mycket Italiensk Gelato. Hotellet var beläget mitt på stranden och varje morgon, innan frukost, genomfördes löprunda alternativt promenad på stranden (ja, undertecknad var med varje dag). Efter frukost var det avfärd mot träningshallen för ett förmiddagsspass. Hallen var relativt trång men funktionell och många gymnaster lärde sig nya övningar. Eftermiddagarna ägnades åt strandliv samt gemensamma tävlingar som tjejerna förtjänstfullt hittade på. En sak vi alla lärde oss var italienarnas kärlek till maten och både lunch och middag bestod av fyra rundor mat, sallad, anti-pasto, huvudrätt och dessert. En utflykt till San Marion alternativt ett vattenland hanns också med under veckan.

Känslan var att lägret blev lyckat och det var kul att vara med och lära känna alla lite mer hälsar lägerförälder Jens Ulander.

Läger Åland sommaren 2016

I augusti åkte MiniStars till Åland för att komma i form efter sommaren och ha roligt tillsammans. De tränade två pass per dag men hann även med minigolf, bad och födelsedagsfirande med tårta! Två medföljande föräldrar ordnade med det praktiska såsom skjuts till och från hallen men framförallt med god mat till hungriga gymnaster!



Jullovläger med ryska landslagstränare

I mellandagarna arrangerade vi träningsläger för våra äldre tävlingsgymnaster och några gymnaster från Hammarbygymnasterna i Åkeshovshallen. Vi hade besök av landslagstränare från Ryssland; Olga Bulgakova och Gennadi Elfimov. De ansvarade för träningsinnehållet och hade hjälp av våra egna tränare som även fick agera tolkar. Detta var mycket uppskattat av deltagarna och vi hoppas kunna göra om det fler gånger.

Europeiska Gymnastikförbundets 10-dagars läger

All Star tränare Adina och gymnast Leia deltog i Europeiska Gymnastikförbundets 10-dagarsläger för lovande tränare och gymnaster. Lögret hölls i Tirrenia i Italien.

Utbildningar och representation

Nedan några utbildningar som våra ledare gått. Vi har även deltagit på SvGF två pass per dag men hann även med minigolf, bad och födelsedagsfirande

AG Basic

- Ella Bertlin
- Marijam Azizuddin

KvAG Steg !

- Elin Wernberg Engarås
- Martina Lous-Christensen
- Evelyn Sepp
- Elin Örne
- Linn Norman

Vi har även utbildat flera nya domare som är mycket viktiga för att våra gymnaster ska kunna tävla.

Styrelsen har även varit representerade vid flera tillfällen bl a vid GF Östs årsmöte, regionens ordförandeträffar samt SvGF:s Gymnastikforum.

Styrelsemöten och föräldramöten

Styrelsen har under året haft ungefär ett protokollfört möte per månad med undantag av juli månad. I juni hade styrelsen en heldag för att diskutera långsiktiga frågor.

Vi har även haft flera föräldramöten för att berätta om och diskutera hur vi kan vidareutveckla vår förening tillsammans



Samarbeten

Vi har under året haft samträningar och genomfört läger med Motus Salto, och Hammarbygymnasterna. i Vårt samarbete med Sundsvallsgymnasterna har fortsatt och Kristina Åhlin tränar regelbundet med oss för att gymnast och hemmatränare ska få hjälp med sin fortsatta utveckling.

Idrottslyftet – Bromma nätverk skolsamarbete

Under året har vi fortsatt vårt arbete i Bromma nätverks samarbete inom Idrottslyftet där vi erbjuder ledarledda träningar med skolklasser. Många nya skolor har knutit kontakt med oss och det har varit väldigt uppskattat.

All Stars egen låt – kom ut som en stjärna

Vi har även släppt en egen skiva "Kom ut som en stjärna" inspelad med hjälp av gymnaster i förening och idolcoachen Susanne Bertlin och hennes företag We R Singers.



Sponsor

Gympa Sport Sweden är ytterligare en klädsponsor som får våra gymnaster och ledare att se fina ut på tränings- och tävlingsgolvet. Vi har fortsatt vara sponsrade av 2XU

Bertlin Agency är en ny sponsor för året.

Tillfälliga sponsorer som vi arbetat med vid bl.a tävlingsarrangemang är Improviate, MatHem.se och Vera Sport.