

VERKSAMHETSBERÄTTELSE



**HÖLLVIKENS
BOXNINGSKLUBB
2013**

INLEDNING

För ganska exakt ett år sedan satt jag på samma plats som idag och funderade på hur jag skulle uttrycka all den glädje och stolthet som jag kände efter ett makalöst 2012 med Höllvikens BK. Idag är känslan ännu mer överväldigande. För den resa som började då (eller kanske redan 2011), är långt ifrån klar och 2013 har varit ett magiskt år.

De flesta som känner Ken (Kvist) har hört hans lilla mantra om att man ska tillföra värde utan att kräva något tillbaks - ett uttryck som jag tagit till mig och känt igen mig och mina egna värderingar i. Verksamhetsåret 2013 i Höllvikens BK är ett klockrent exempel på hur bra det uttrycket stämmer med verkligheten.

För det är ju så, att utan hjälp utifrån och inifrån så hade inte klubben kunnat utvecklas på det explosionsartade sätt som den gör. Vi har många gånger pratat om att vi är på väg att spränga lokalerna, och tack vare allt gott arbete alla ledare och aktiva i klubben genomfört, är vi nu på väg att spränga oss uppåt en våning mot nya, fräscha lokaler. Vi har byggt ett gediget förtroende och gott rykte hos kommunen, hos Malmö Idrottsakademi, hos Skåneidrotten, inom Svenska Boxningsförbundet och dess Idrottslyftskommitté. Vi får priser och stipendier av Sparbanksstiftelsen, av Lions och av andra kommuner. Vi blir omskrivna i lokaltidningar, i rikstidningar och en av våra profiler har syns tillsammans med våra ungdomar i ett långt inslag i nationell tv.

Det som dessutom är lite speciellt med vår klubb är att vid sidan av den enormt breda basen med alla ungdomar, motionärer och breddverksamhet, lyckas vi hålla en spetsig elitverksamhet vid liv också. Under 2013 tävlade mer än någonsin förut och trots att kostnaderna för tävlingsverksamheten ökade med 40 procent kunde vi redovisa ett tydligt överskott i klubbkassan. Vi är stolta över våra stjärnor. Vi vill ge dem alla chanser att åka ut och tävla mot Sverige-, Europa- och världseliten och de visar gång på gång att de är värda varenda investerad krona.

2013 blir även mitt sista år som ordförande för klubben. Jag är väldigt stolt och tacksam över att få ha vara med på den här resan och jag är alldeles övertygad om att Höllvikens Boxningsklubb under en annan ordförande och en delvis ny styrelse kommer att fortsätta att utvecklas och bli en förebild inom svensk idrott.

Tack för ordet. Box!

Anders Behrmann,
Ordförande



STYRELSEN

Under 2013 har styrelsen haft följande sammansättning:

Ordförande	Anders Behrmann
Sekreterare	Mats Olander
Kassör	Ken Kvist
Ledamot	Joakim Berghult
Ledamot	Joacim Ekstrand
Ledamot	Vakant
Ersättare	Martin Nerheden
Ersättare	Lennart Högborg
Revisor	Lina Skoghagen
Revisor	Tanya Karlsson
Valberedning	Filip Olander
Valberedning	Henrik Waldemarsson

Styrelsen har under året haft fem protokollförda sammanträden och därutöver ett stort antal inofficiella kontakter via telefon, spontana möten och e-post. Styrelsearbetet har varit välorganiserat med tydliga ansvarsområden och genomförts i god demokratisk anda.

ÅRSMÖTET

Avhölls den 30 maj 2013 i klubblokalen. Inga motioner inlämnade.

EKONOMI

Se separat bilaga "Ekonomisk rapport" samt Revisionsberättelsen.

MEDLEMMAR

Vid slutet av 2013 hade klubben 285 medlemmar.

AKTIVA

LEDARE

Följande har haft en ledande roll i någon form i Höllvikens BK under 2013:

- Ken Kvist
- Joakim Berghult
- Mike Thompson
- Jan Rikkonen
- Oscar Emard
- Madelene Ahlgren
- Michelle Nevhage
- Henrik Waldemarsson
- Lennart Högborg
- Emil Härstedt
- Jeanette Anderberg
- Pernilla Persson
- Catharina Rudolph
- Isabelle Ljung

MATCHBOXARE

Följande boxare har representerat Höllvikens BK vid minst ett tillfälle under 2013:

- | | |
|---------------------|----------------|
| ■ Oscar Behrmann | Diplom |
| ■ Alfred Norén | Diplom |
| ■ Diego Banowna | Diplom |
| ■ Linus Andersson | Diplom |
| ■ Albin Ruland | Diplom |
| ■ Hampus Eriksson | Diplom, Ungdom |
| ■ Abdou Gherbi | Ungdom |
| ■ Reza Habibi | Junior |
| ■ Johan Sjövall | Junior |
| ■ Patricia Berghult | Senior |
| ■ Jasmine Nilsson | Senior |
| ■ Lina Skoghagen | Senior |
| ■ Tanya Karlsson | Senior |
| ■ Mustafa El Molla | Senior |
| ■ Tom Ottosson | Senior |
| ■ Christoffer Bark | Senior |



Catharina Rudolph och Isabell Ljung – två av våra nya unga talangfulla ledare.

TÄVLINGAR

Boxare från Höllvikens BK har deltagit i följande tävlingar:

KLUBBTURNERINGAR

11-13 JAN GOLDEN GIRL BOX CUP
Lina Skoghagen (silver), Tanya Karlsson (brons)

26 JAN GALA, HALMSTAD
Lina Skoghagen (guld), Johan Sjövall (guld),
Tom Ottosson (silver), Tanya Karlsson (silver)

1 FEB GALA, SVENDBORG, DANMARK
Mustafa El Molla (guld)

23-24 FEB BK VÄREND
Abdou Gherbi (guld)

16 FEB GALA, DANMARK
Tanya Karlsson (guld)

1-3 MARS GIRLS BOX CUP, HAMBURG
Lina Skoghagen (silver), Tanya Karlsson
(brons), Jasmine Nilsson (brons)

1 JUNI GALA, MAJORNA
Abdou Gherbi (guld), Lina Skoghagen (guld)

14-15 SEP ÖRESUNDSCUPEN
Tanya Karlsson (silver), Hampus Eriksson
(guld)

11-13 OKT HILLERÖD
Christoffer Bark, Hampus Eriksson

10-13 OKT QUEENS CUP, STRALSUND
Patricia Berghult (guld, representerade landsla-
get), Lina Skoghagen, Tanya Karlsson

1-3 NOV SVEN LANGE
Abdou Gherbi vs Andreas Jaeger, Tyskland 3-0
Reza Habibi vs L Brigert, Tyskland TKO

22-24 NOV KING OF THE RING
Abdou Gherbi (guld), Johan Sjövall (silver),
Reza Habibi (silver), Hampus Eriksson (brons)

13-15 DEC GALA, SCHWEIZ
Patricia Berghult, Tanya Karlsson, Jasmine Nils-
son

MÄSTERSKAPSTURNERINGAR

9-10 FEB SYDSVENSKA MÄSTERSKAPEN
Lina Skoghagen (guld), Abdou Gherbi (guld),
Johan Sjövall (silver), Tanya Karlsson (silver),
Albin Ruland (silver), Alfred Norén (silver),
Hampus Eriksson.

23-24 MARS NM
Mustafa El Molla (guld), Tanya Karlsson
(brons)

19-21 APRIL SM
Mustafa El Molla (brons), Tanya Karlsson
(brons), Jasmine Nilsson (silver)

6-8 DEC USM/JSM
Johan Sjövall (brons), Reza Habibi (silver), Ab-
dou Gherbi (silver), Hampus Eriksson

LANDSLAGET

25-27 JAN 4-NATIONERS, NORGE
Mustafa El Molla
vs Niels Holstein, Danmark 27-14
vs Kem Rubin, Norge 20-10

21 NOV TAMMERFORS, FINLAND
Mustafa El Molla
vs Ruben Nazaryan, Belgien 0-3

TÄVLINGAR, forts...

DIPLOM

Precis som tidigare år har Höllvikens BK varit en del av Future Fighter-serien för diplomboxare. Följande deltävlingar var vi representerade:

- 13 januari BK Revansch, Sölvesborg
- 2 mars Staffanstorps
- 13 april Kristianstad
- 20 april Lund
- 21 sep BK Fox, Malmö
- 16 nov Ystad
- 30 nov Höllviken

UTBILDNINGAR

AIBA 1-star

Det internationella boxningsförbundet AIBA har infört en regel om att alla coacher vid internationella tävlingar måste utbildas enligt AIBA:s standard. Därför åkte Joakim Berghult i juni till Stockholm för att genomgå den åtta dagar långa AIBA 1-star-utbildningen, vilket han klarade galant. Vi är väldigt stolta över att vi har en stjärntränare i klubben.

Styrketräning

Emil Härstedt, Madelene Ahlgren och Catharina Rudolph har varit på en föreläsning om Rätt styrketräning för barn och ungdom. Joakim Berghult och Ken Kvist besökte Bosön för en utbildning i Explosiv styrka. Tanya Karlsson, Mustafa El Molla och Lina Skoghagen deltog i Malmö Idrottsakademis styrkekonferens.

Psykologi och pedagogik

Patricia Berghult och Tanya Karlsson var hos Skåneidrotten och lyssnade på en föreläsning om psykologi i vardag och mästerskap. Under Future Fighter Boxing Camp hölls föreläsning om boxningens nya tävlingsregler av Fredrik Nordquist och en inspirationsföreläsning av Torkild Skiöld.

Föreningsutveckling

Klubben bjöd in styrelsen och alla ledare till en halvdag med ämnet Idrotten vill.

Diplomdomare

Tanya Karlsson, Lina Skoghagen, Patricia Berghult, Johan Sjövall och Jasmine Nilsson har genomgått diplomdomarutbildningen.



Hela FFBC-gänget.

LÄGER OCH ÖVRIGA AKTIVITETER

Future Fighter Boxing Camp

För fjärde året på raken arrangerade Höllvikens BK ett stort läger med FBU-gården som bas. Antalet deltagare har växt för varje år och 2013 var vi cirka hundra personer, inklusive ledare.



Team Rio

Patricia Berghult har fortsatt vara en del av Svenska Boxningsförbundets satsning Team Rio. Inriktningen för 2013 har varit *"Extra fokus på mästerskapsrutin och erfarenhet av formtoppning till mästerskap på EM & VM och i vissa fall JEM och JVM. De aktiva i Team Rio ska ha ett självständigt tänkande kring boxning och träning. På ledarsidan ska ett mer utvecklat och situationsanpassat ledarskap användas"*.

MATCHBOXARE

Matchboxarna har schemalagd träning fem dagar i veckan (må, ti, on, to & lö) och dessutom tränar flera av dem extra på vardagsmorgnarna. Det är ur denna grupp vi hämtar våra mest uppmärksammade framgångar. Under 2013 har Joakim Berghult tagit en stor del av ansvaret för utvecklingen av matchboxarna och klubben har prioriterat hans utveckling som ledare.

MOTIONSGRUPPER

Mixed

Fyra kvällar i veckan erbjuder Höllvikens BK motionsträning för alla åldrar. Det som förr om åren kallades "oldboys" och "oldgirls" har vuxit nästan explosionsartat till motionsgrupper med folk i åldrarna 14–67 år. Ken Kvist och Madelene Ahlgren är de ledare som främst håller i motionsgrupperna.

Föräldrar + barn

Varje lördag arrangerar klubben träning på motionsnivå där föräldrar och barn får träna tillsammans på lika villkor. Barnen har varit i åldrar tre till sexton år gamla och på helt olika nivåer fysiskt och tekniskt.

Tonårstjejer

Tidiga måndagskvällar är vikta åt tjejer i tonåren som under vår duktiga tränare Catharina Rudolph och Isabelle Ljung får bra, fysisk träning utan störande konkurrens från äldre och/eller killar. Gruppen har dessutom blivit så populär att den utökats till ytterligare ett pass i veckan på torsdagar.

KNATTAR/MINIKNATTAR

Träningsgrupperna med våra allra minsta aktiva fortsätter att gå bra. Ken Kvist har fortsatt vara ledare för knatte/diplom-träningarna so utökat till fyra dagar i veckan, samt miniknattegruppen för de allra yngsta som tränar en gång per vecka. Mike Thompson och ett par föräldrar har varit mycket behjälpliga i att leda dessa grupper.

DOMARE

Bristen på kvalificerade domare i landet är fortsatt stor, och det gäller även i Skåne. I Höllviken har det under 2013 bara funnits en aktiv domare – Mats Olander:

Januari:	Gala i Halmstad
Februari:	Sydsvenskan mästerskapen i Malmö Värend Box Open
Mars:	Själlandsmästerskapen, Korsör, Danmark Godkänt förbundsdomartest Diplomtävling, Sölvesborg
April:	Gala i Ljungby Diplomtävling i Kristianstad
Maj:	Vald till ordförande i Sydsvenska Boxningsförbundet
September:	Öresundscupen i Malmö
Oktober:	Diplomtävling i Halmstad
November:	Breddestaevne i Slagelse, Danmark King of the Ring
December:	Diplomtävling i Höllviken USM/JSM i Tidaholm Tävling i Schweiz



Mats Olander.

HEMSIDA & SOCIALA MEDIER

Klubbens hemsida är ganska sparsmakad med nyheter, men innehåller all viktig information för den som vill ha kontakt med oss eller hitta träningstider och avgifter. Facebook har i stället fungerat som en nyhetskälla där vi försökt uppdatera så fort det händer saker i vardagen på klubben.

UTMÄRKELSER & PRISER

Idrottsstipendium

Patricia Berghult erhöll 10 000 kronor i ett idrottsstipendium från Vellinge Kommun.

Idrottssköld

I samband med studenten under våren fick Tanya Karlsson ta emot Idrottsskölden som årets bästa idrottare på Söderslättsgymnasiet. Även Patricia Berghult fick pris som årets bästa idrottselev på Procivitas idrottsgymnasium i Malmö.

SAMARBETEN

Några av nyckelpersonerna för klubbens framgångar kommer utifrån. Vi har under en längre tid fått hjälp av kiropraktor Per Lidfelt, massör Christer Johansson och kostrådgivaren Lisa Kaptein Kvist. Utan deras fantastiska insatser hade allting blivit mycket svårare för våra aktiva.

Vi har fortsatt söka samarbeten med klubbar runtomkring i regionen och i Danmark. Det har resulterat i ett flertal gemensamma träningsdagar med sparring både i Höllviken, Malmö och Danmark och precis som under förra året har Höllvikenboxare blivit inbjudna att följa med det danska landslaget på internationella turneringar.

Följande skolor och klubbar har tagit del av vår verksamhet, antingen genom att de har besökt oss i klubblokalen eller genom att vi har varit hos dem:

- Malmö Idrottsgymnasium/särskola
- Dave Bandelins tennisskola
- Höllvikens innebandyklubb
- Gårdarikes innebandyklubb
- Christer Johanssons Caveman
- Montessoriskolan i Skanör
- Sandeplanskolan
- Ängdalaskolan
- Stora Hammars skola
- Tångvallaskolan
- Ljungenskolan
- Granviks förskola

IDROTTSLYFTET

Projekt som genomförts 2013 med stöttning av Idrottslyftet:

- Future Fighter Boxing Camp IV
- Boxning för alla (skolprojekt)
- Vidareutbildning av kassör
- Deltagande på förbundets årsmöte och SDF-konferens
- Upprustning av klubblokal (skivstångsutrustning)
- Inlärningsmetodik för skivstångsträning

KLUBBLOKAL OCH ANNAT KUL

2013 fortsatte uppfräschningen av våra lokaler. Under sommaren fick vi nya efterlängtrade duschar och omklädningsrum. Vi har under året fortsatt uppdatera träningsutrustningen med skivstänger, medicinbollar, hantlar, säckar och annat som behövs för att driva både motionsträning och elitträning.

Det stora arbetet under 2013 har ändå varit projekteringen av ombyggnaden av kontor/café och dels det faktum att vi under året fick besked av kommunens tjänstemän att vi kan få tillgång till lokaler på markplan av byggnaden. Den delen av byggnaden har tidigare använts till skolans och fritidsgårdens verksamheter, men under året blev stora ytor lediga. Klubbens styrelse har fattat beslut att söka medel via Idrottslyftet och anläggningsstöd via SISU/Skåneidrotten för att få lokalerna anpassade efter våra behov. I skrivande stund är ännu inget påbörjat eller beslutat, men alla förhandsbesked har varit positiva och projektet rullar på. Förväntningarna från oss i klubben är stora och förhoppningarna om att vi ska kunna utvidga och förbättra vår verksamhet är enorma. Fortsättning följer i denna fråga...

Under året kunde klubben även förvärva en minibuss. Bussen är sponsrad av ett antal samarbetspartners: Vellinge kommun, Fighter, BDS, Magnus Bildemontering och Trelleborgs kiropraktorklinik. Vi är väldigt tacksamma för det stöd vi har fått.

En av årets mest spännande och uppmärksammade händelser var när vår egen Iron Mike Thompson blev profilerad i ett inslag i TV4:s Bingolotto.



Vår nya fina minibuss.



Mike Thompson blir tv-stjärna!

Styrelsen för Höllvikens Boxningsklubb 2013,

Ken Kvist
Kassör

Joakim Berghult
Ledamot