



Södertälje Judoklubb

Verksamhetsberättelse 2023



Innehåll

Sid 2	Ordförandes funderingar PR & Info Sponsorer
Sid 3	Telge hjärta Sommar Lokalen Ekonomi
Sid 4	Träningsgrupper
Sid 5	Tävlingar
Sid 6	Tävlingar
Sid 7	Sommarläger och Besök
Sid 8	Hedersmedlemmar och Styrelsen 2023



Ordförandes funderingar

Året 2023 har varit ett väldigt ansträngt år men även ett händelserikt år för klubben. Även fast vi varit medvetna hela året om sökandet efter en ny lokal till klubben, har jag märkt att en positiv utveckling tagit plats då vi nu har två svenska mästare i klubben och en nordisk medaljör. En eloge till allihop som fortsätter utvecklas inom sporten fast förändringar runt omkring har tagit plats.

Vi inledde 2024 med att flytta in till nya lokalen, det är absolut svårt att flytta då vi är vana vid den gamla, men det är uppfriskande med en ny start där det finns potential till positiv utveckling. Jag är så tacksam över all hjälp från medlemmar och föräldrar som har ställt upp för våra barn och klubben, men även att få se det goda samarbetet värmer.

Med det nya året och den nya lokalen har jag viljan att bevara alla medlemmar där vi kan jobba upp oss så vi kan växa. Det är en utmaning som vi kommer ta oss an men jag har goda förhoppningar.

Jag vill framförallt tacka alla våra tränare och hjälptränare som lägger ned väldigt mycket tid på klubben, de förtroendevalda och alla andra som på olika sätt bidrar till klubbens verksamhet.

Min önskan för detta år och kommande är att behålla den här gemenskapen där alla kan luta sig mot varandra, där det ska vara exalterande att komma till träningen, där viljan av att utvecklas ska växa, men även att det ska vara kul att träna. Vi välkomnar alltid fler som på olika sätt vill göra en insats.

Ordförande & Coach
Vlado Paradzik

PR & Info

Huvudsaklig marknadsföring sker via hemsidan, Facebook och Instagram. Där har styrelse, medlemmar och föräldrar fått löpande information om det de aktiviteter som sker i klubben.

Sponsorer 2023

Vi vill rikta ett stort tack till våra sponsorer som under året har bidragit till att få vår ideella verksamhet att gå runt.



Telge hjärta Sommar

Via vår sponsor och samarbetspartner Telge tog vi åter igen emot barn under en sommarvecka för att få testa på judo. Det är en sommarlovssatsning för barn och ungdomar 6-16 år som bor i Södertälje kommun. Samtidigt som de yngre fick ha roligt så fick fyra av klubbens ungdomar vara tränare för de olika grupperna. Ungdomarna utbildades som hjälptränare och är numera licensierade hjälptränare.

Under vecka 26 (26-30 juni) har ett antal skollediga elever fått prova på att träna Judo hos klubben. De har lärt sin fallteknik, kastteknik, golvkamp och fasthållningar varje dag under veckan med hjälp av våra tränare som gjort sitt bästa för att hinna lära dem så mycket som möjligt.

Ett stort tack till tränarna som ställt upp och bidragit till en bra vecka:

- Florin-Cristian Gheorghe, 1 Kyu
- Kerellos Moussa, 2 Kyu
- Laura Zecevic, 4 Kyu
- Rasmus Bärsund, 3 Kyu
- Sören Söderqvist, 1 Dan

"Det jag tyckte om mest med att vara hjälptränare under sommarskojen var att se hur barnen utvecklades så mycket under en sådan kort tid, jag skulle definitivt vara med igen." - Florin, tränare och hjälptränare för Södertälje Judoklubb

Lokalen

Under året har det varit mycket fokus på lokalsituationen, som i vår verksamhetsplan varit ett av fokusområdena för 2023.

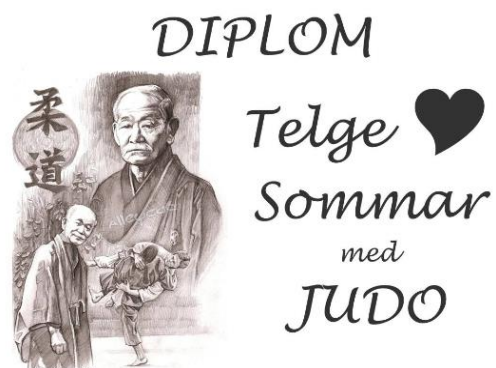
I maj blev vårt hyreskontrakt för Grän sbovägen 4B uppsagt av hyresvärden. Detta till följd av att lokalen ska rivas och istället planeras ett höglager att byggas där istället.

Under större delen av året har det förts dialog med kommunen, samtidigt som vi letat andra alternativ både privat och via hyresvärden. Under denna period fick vi möjlighet att göra kortare förlängningar av hyreskontraktet tills vi hade en ny lokal.

2024-01-27 flyttade vi sedan till vår nya lokal hos PML i Hamn/Södra, på Sydhamnsvägen 44A, 151 38 Södertälje.

Ekonomi

Detaljer om klubbens ekonomi presenteras separat på Årsmötet.



Träningsgrupperna

Under 2023 har träningarna fortsatt som föregående år, alltså samtliga vardagar samt på söndagar.

Grupperna är fördelade utifrån ålder samt indelat på nybörjare, fortsättning och avancerad.

Positivt var att nybörjargruppen på tisdagar och torsdagar växt och därmed delats upp till två olika grupper.

Judolek ålder 4-7 år

Här lär vi de riktigt unga med målsättningen att träna barnen i olika lekfulla former och förbereda dem för ett framtida idrottsutövande. Enkla lekar med gymnastiska inlägg samt koordination och balans tillsammans med en förälder eller vuxen.

Gruppen nybörjare 7-9 år

I denna grupp tränar vi de unga i grundläggande judotekniker, gymnastik och fallteknik. Målsättning är att de ska klara halvgult bälte efter minst 25 timmars träning och helgult bälte efter ytterligare 25 timmars träning.

Gruppen nybörjare 9-13 år

Samma mål som förra gruppen men äldre deltagare.

Gruppen avancerad ungdom till 14 år

Gruppen är öppen för de som klarat minst gult bälte, är över 10 år samt tränat över minst 50 timmar.

De ska klara nästa bälte efter ytterligare 1 års träning. Endast helfärgade bälten i den här gruppen.

Gruppen Avancerade från 14 år & vuxna nybörjare

Ungdomar i den här gruppen har möjlighet till ledarutbildning, domare samt tävlingstekniker. För de som vill tävla erbjuds en rad tävlingar där klubbens tävlingscoacher följer med och hjälper till. De har goda möjligheter att gradera sig till högre bälten samt så småningom även mästarbältet (Svart bälte, 1 Dan) som görs av Judoförbundets graderingskommission.

Tävlingar

Under 2023 har vi haft aktiva på ett antal olika tävlingar under året. Under SM lyckades klubben väl och tog hem 2 st SM-guld och 4 st brons. På Nordiska Mästerskapen (NM) fick Luka med sig en bronsmedalj.

Resultat från några av årets tävlingar följer nedan.

Södra Judo Open 1:

Saykhan Abdulajev, 1:a plats.
Kerellos Moussa, 4:e plats.

Svenska Mästerskapen (SM):

Christian Lemon, M34/-81 kg, 3:e plats
Dragan Laban, Herrar Veteran +100 kg, 3:e plats
Laura Schneider, DU21/-52 kg, 3:e plats
Laura Schneider, FU18 / -48 kg, 1:a plats och **Svensk mästarinna!**
Minna Holz, DU21/-70 kg, 7:e plats
Minna Holz, FU18/-70 kg, 3:e plats
Luka Zivanovic, HU21/-66 kg, 1:a plats och **Svensk mästare!**
Florin Gheorghe, PU18/-66 kg, 13:e plats
Kerellos Moussa, PU18/-60 kg, 13:e plats

Södra Judo Open 2:

Alexander Soma, PU15/-55 kg, 7:e plats.



Sörmlandsträffen och Swedish Open för veteraner (MSWOP):

Dragan Laban M16/+100 kg, 3:e plats

David Ahlqvist HU21/-60 kg, 2:a plats

Kerellos Moussa PU18/-

66 kg, 9:e plats

Florin Gheorghe PU18/-

66 kg, 7:e Plats

Nordic Judo Championships (NM):

Luka Zivanovic, U18/-66 kg, 3:e plats



Lukas tävlingar, hans perspektiv

Under 2023 deltog Luka Zivanovic på ett flertal stora tävlingar som gav goda resultat. De allra bästa resultaten var guld på de svenska mästerskapen som hölls i Stockholm det året. Han var dessutom och tävlade internationellt och han lyckades ta med sig ett brons från de nordiska mästerskapen i Drammen, Norge.

"Jag är väldigt glad över min prestation under året och jag vet att det inte hade gått utan träningen som Vlado tvingat mig igenom."

-Luka, svensk mästare för Södertälje Judoklubb.



Sommarläger

Södertälje Judoklubb's årliga sommarläger tog plats på Brandalssund; ett naturreservat i Södertälje. Klubben tältade, tränade, åt och höll olika lekar tillsammans i det vackra vädret. Alla fick hjälpas åt att sätta upp tälten och mattan, vilket gav många nya erfarenheter till de små.

"Det var kul att vara med och sätta upp mattan och tälten, det var första gången jag tältat. Det bästa med lägret var nog hamburgarna vi fick, jag hoppas att vi gör om lägret här." - Ungdom från Södertälje Judoklubb.



Besök från Serbiens judoklubb

Södertälje Judoklubb fick gäster från Serbien: "Judo klub Dzuns". Dzuns ungdomar fick spendera en vecka som gäster hos Södertälje Judoklubb, där det hölls gemensamma träningar. Gästerna deltog även i en tävling, nämligen Sörmlandsträffen, där de fick imponerande resultat; guld både två i fyra kategorier, både i U18 och U21 bågge två.

"Grabbarna var väldigt imponerande, det var kul att se deras nivå i tävlingen och deras kunskaper på träningarna. Utöver detta var de väldigt trevliga personer som jag ser fram emot att stöta på igen."

- Ungdom från Södertälje Judoklubb.



Hedersmedlemmar

Jan-Olof Gedeberg – fd ordförande
och grundare

Kari Koivisto – fd ordförande och
grundare

Monika Malm(Persson) – fd
ordförande

Sören Söderqvist – fd ordförande

Tomas Rosenqvist – fd kassör

Lars Österlund – fd ordförande

Börje Widmalm – fd kassör

Olle Persson – fd kassör

Kjell Rosenqvist – fd

styrelseledamot

Dag Östlin – fd styrelseledamot

LG Larsson – fd vice ordförande

Tuula Johansson – fd

styrelseledamot

Mattias Rosenqvist – fd vice
ordförande samt Tälje Judoklubbs
första grundare

Rosita Thörner (Bengtsson)

Inger Enberg (Pettersson)

Christer Källgren – fd ordförande

Styrelsen under 2023

Vlado Paradzik (ordförande)

Patrik Hurtig (vice ordförande)

Dragan Laban (kassör)

Jeanette Karoui (sekreterare)

Ilhan Demir (styrelseledamot)

Florin-Cristian Gheorghe
(styrelsesuppleant)

Melanie Appelgren (styrelsesuppleant)

Revisorer:

Mikael Björklund & Christian Lemon

Valberedning:

Åsa Larsson och Dragan Zivanovic