



Verksamhetsplan för Södertälje Judoklubb

Period: 1 januari – 31 december 2026

1. Vision

Att vara en ledande judoklubb i Södertälje, som erbjuder kvalitativ judo för alla åldrar och nivåer, främjar fysisk och mental utveckling, samt skapar en trygg och inkluderande gemenskap.

2. Klubbens värderingar och mål

Värderingar:

- Respekt för alla individer
- Engagemang och vilja att utvecklas
- Samarbete och kamratskap
- Fair play och etiskt agerande

Vision 2026:

Vi strävar mot att Södertälje Judoklubb 2026 ska:

- Vara en välkänd och respekterad klubb i Södertälje
- Ha en bred verksamhet med tränande och tävlande i alla åldrar, både killar och tjejer
- Ha välutbildade tränare
- Anordna egna tävlingar
- Skapa stort engagemang hos medlemmar och föräldrar

Övergripande mål för året:

- **Utveckling av judoträningen:** Höja den tekniska nivån på medlemmarna genom strukturerad träning.
- **Tävlingar och prestation:** Delta i och prestera bra på regionala och nationella tävlingar.
- **Medlemsrekrytering:** Öka antalet medlemmar med 10% genom ökad synlighet och erbjudande av prova-på-pass.
- **Tränarutbildning:** Säkerställa att alla tränare är välutbildade och kontinuerligt utvecklar sina färdigheter.
- **Social gemenskap:** Stärka klubbens gemenskap genom sociala och teambyggande aktiviteter.

3. Målgrupper

- Barn & ungdom fortsättning 7-13 år
 - Fortsättning ungdom fr 14 år & Nybörjare vuxna
 - Ungdom nybörjare 7-9 år
 - Ungdom nybörjare 9-13 år
 - Judolek 4-7 år
 - **Tävlande och elitidrottare:** Fokusera på att utveckla klubbens tävlingsverksamhet.
 - **Föräldrar och anhöriga:** Stärka kommunikationen och engagemanget kring klubben och barnens aktiviteter.
-

4. Aktiviteter och genomförande

Träning och utveckling

- **Träningspass:** Strukturera veckoträningen för olika nivåer: nybörjare, medel och avancerad. Fokus på teknik, styrka, kondition och mental träning.
 - Måndag och onsdag: Barn & ungdom fortsättning 7–13 år, Fortsättning ungdom fr. 14 år & Nybörjare vuxna
 - Tisdag och torsdag: Ungdom nybörjare 7-9 år och ungdom nybörjare 9-13 år
 - Fredag: Fortsättning Ungdom fr 14 år & Nybörjare vuxna.
 - Söndag: Judolek 4-7 år
- **Träningsläger:** Genomföra läger både på lokal nivå (t.ex. klubbens egna läger) och delta i externa läger för att främja teknisk och social utveckling.
 - Sommarläger (juni) – För ungdomar och vuxna.

Tävlingar

- **Interna tävlingar:** Organisera klubbens egna tävlingar för att skapa erfarenhet och en tävlingskultur bland medlemmarna.
 - Exempel: Klubbmästerskap i januari eller juni.
- **Externa tävlingar:** Deltagande i regionala, nationella och internationella tävlingar.
 - Planering av tävlingar: Anmälningar, researrangemang och förberedelse av tävlande.
 - Fokus på förberedelser inför Judo SM, U- och Junior SM, samt lokala och regionala tävlingar.

Medlemsrekrytering

- **Prova-på-dagar:** Arrangera öppna prova-på-pass för att locka nya medlemmar, särskilt för barn och ungdomar.
 - Marknadsföring: Använd sociala medier, lokal annonsering och samarbeten med skolor.
 - Målsättning: Rekrytera 30-40 nya medlemmar under året.
- **Skolsamarbeten:** Besök skolor för att erbjuda judoprogram och prova-på-pass, skapa skolpartnerskap.
 - Målsättning: Etablera partnerskap med minst 3 skolor för att nå ut till nya medlemmar.

Tränarutbildning och utveckling

- **Tränarutbildning:** Säkerställa att alla tränare genomgår relevant utbildning och vidareutbildning inom judo.
 - Planera för deltagande i Svenska Judoförbundets tränarutbildningar.
 - Fokusera på att utveckla tränarteamets kompetens i pedagogik och individuell coaching.

Sociala aktiviteter

- **Klubbgemenskap:** Arrangera sociala aktiviteter för att stärka klubbens sammanhållning och skapa en positiv klubbkultur.
 - Exempel: Julaftonsträning, grillfester, utomhusaktiviteter och gemensamma filmaftnar.
 - **Föräldramöten och engagemang:** Regelbundna föräldramöten för att engagera föräldrar och anhöriga i klubbens aktiviteter.
 - Skapa en klubbkalender där föräldrar kan följa med på tävlingar, läger och andra event.
-

5. Resurser och ekonomi

Budget:

- **Intäkter:** Medlemsavgifter, sponsring, deltagaravgifter för tävlingar och läger, samt eventuella externa bidrag.
- **Kostnader:** hyra av lokaler, lägerarrangemang och utrustning.

Finansiering:

- **Sponsorer:** Aktivt söka sponsorer för att stödja klubbens verksamhet och tävlingsaktiviteter.
- **Bidrag:** Ansöka om stöd och bidrag från Svenska Judoförbundet eller lokala idrottsförbund.

Utrustning:

- Säkerställ att det finns tillräckligt med judogiar, mattor och träningsutrustning.
 - Uppdatera klubbens material vid behov.
-

6. Uppföljning och utvärdering

- **Möten med tränare och styrelse:** Regelbundna avstämningar för att följa upp klubbens mål och aktiviteter.
- **Medlemsenkäter:** Genomföra enkätundersökningar bland medlemmar för att få feedback på klubbens verksamhet.

- **Tävlingsresultat:** Utvärdera klubbens prestationer efter varje tävling och justera träningsupplägg vid behov.
 - **Årsmöte:** Hålla ett årsmöte för att presentera verksamhetsplanen, utvärdera årets resultat och diskutera nya mål för kommande år.
-

7. Ansvariga personer

- **Verksamhetsansvarig:** Vlado Paradzik
- **Tränarteamet:** Christian Lemon, Florin-Cristian Gheorghe, Vlado Paradzik och Christer Källgren.
- **Styrelsen:**

Vlado Paradzik	Ordförande
Hana Davidson Baydono	Ledamot
Sara Ribbing	Ledamot
Patrik Hurtig	Ledamot
Karl Olsson	Ledamot
Florin-Cristian Gheorghe	Suppleant
Luka Zivanovic	Suppleant
Sara Nisavic	Valberedning
Melanie Appelgren	Valberedning
Christian Lemon	Revisor
Peysly Olsson	Revisor

Denna verksamhetsplan kan anpassas och justeras efter klubbens specifika behov och lokala förutsättningar. Den fungerar som en vägledning för klubbens utveckling och kan användas för att prioritera aktiviteter och resurser under året.