

Östersundsgymnasterna



Verksamhetsberättelse

2017



Styrelsen för Östersundsgymnasterna får härmed avge följande verksamhetsberättelse för verksamheten år 2017.

Styrelse:	Ordförande	Bettina Herm
	Sekreterare	Grit Wiegand
	Kassör	Fredrik Eriksson
	Ledamot	Pernilla Åsell
	Ledamot	Tommy Eliasson Winter
	Ledamot	Elisabet Wastesson
	Ledamot	Jonas Wiktorsson
	Suppleant	Josefin Jansson
	Suppleant	Annie Vestermark

Sammanställande valberedning: Magnus Stenwall

Revisorer: Per Lindblad och Pricilla Sundvall

Möten: Förutom årsmötet har 12 st protokollförda styrelsemöten hållits, varifrån en hel arbetsdag. Dessutom har sammanlagt 9 st sektionsledarmöten hållits under 2017. Respektive gymnastikgrupp har hållit ett antal föräldramöten under terminerna.

Antal medlemmar år 2017:	VT 1015 st	HT 915 st
Antal aktiva gymnaster år 2017:	VT 861 st (627; 2016)	HT 752 st (773; 2016)
Antal grupper år 2017:	VT 51 st (39; 2016)	HT 46 st (48; 2016)
andel flickor / pojkar 2017:	VT 65% / 35%	HT 71% / 29%

Representation

Östersundsgymnasterna är medlem i:

- Svenska Gymnastikförbundet
- Svenska Cheerleadingförbundet
- Gymnastikens vänner
- Idrottsforum inom Östersunds kommun
- Föreningsarkivet i Jämtland

Föreningens verksamhet

Föreningen har haft gymnastikgrupper i följande discipliner:

- Barngymnastik
- Träningsgrupper i gymnastik, inklusive parkour och trampolin
- Kvinnlig artistisk gymnastik
- Manlig artistisk gymnastik
- Truppgymnastik
- Rytmask gymnastik
- Cheer



Föreningens organisation

Under VT2017 var Anna och Maria anställda tränare och hade ansvar för både barn och träningsgrupperna. Med detta fanns möjlighet till många barngrupper. Tyvärr valde bägge att avsluta sin anställning hos oss. Inför höstterminen 2017 anställdes Ida Gustavsson. Hon har ansvar över träningssektionen, (gymnastik, trampolin och parkour). Ansvaret för barnsektionen fick sportchefen ta över. Organisationsförändringen och bristen av ledare för barngrupper ledde till mindre antal barn och barngrupper på hösten.

Som administrativ förstärkning till sportchefen anställdes i januari Angelica Flodin som kanslist. Hon har mycket snabbt satt in sig i arbetet och har underlättat mycket för sportchefen, styrelsen och ledarna. I maj slutade Jessica Wallskog Svensk som sportchef på Östersundsgymnasterna och Petra Åsell tillträdde tjänsten.

Föreningen har fortsatt sitt samarbete med NIU-delen på JGY. För att starta upp NIU gymnastik i Östersund jobbade föreningen parallellt med rekryteringen av en tränare. Resultatet blev att Östersundsgymnasterna gemensamt med Jämtlands Gymnasium startar NIU i Kvinnlig Artistisk gymnastik hösten 2018.

Styrelsen har jobbat enligt verksamhetsplaneringen för 2017 och strävar efter långsiktighet i föreningens utveckling.

Föreningens administration

För hemsidan och medlemsadministrationen används systemet sportadmin. Sportadmin erbjuder direktanmälan, närvarorapportering, grupputskick och lagring av dokument. Kanslisten ansvarar för att uppdatera föreningens information på hemsidan. Sektionsledarna ansvarar för uppdatering av informationen på respektive sektionens del av hemsidan.

Vi använder oss fortfarande av intresseanmälan till våra tävlingssektioner då det krävs förkunskaper till dessa grupper.

Vår kanslist Angelika underlättar mycket för föreningen.

Arrangemang

Under två veckor i juni 2017 anordnade föreningen sommarskola inom gymnastik för barn och ungdomar. Under ledning av Angelica Flodin och Ida Gustavsson fick ca 240 barn i ålder 8-13 år träna gymnastik i Arenan. Föreningen ställde upp med 4 ledare som ansvarade för verksamheten och Östersunds kommun med 13 feriepraktikanter som fick utbildning som ledare i gymnastik. Sommarskolan var mycket uppskattat såväl av gymnaster som av sommarpraktikanterna. Extra roligt detta år då även många killar gick sommarskolan.

Föreningen har medverkat i flera evenemang under 2017. Vi har ställt upp med ledare vid Öiks hockeyskola på sommarlovet samt med ledare och ideella krafter på Östersundshems Arenadag.

Föreningen har arrangerat Iskristallen i Kv AG under VT2017 och Norrlandsmästerskapen i Kv AG under HT2017. Utöver detta har sektionen arrangerat några klubbträningar.

Under vårterminen 2017 arrangerade föreningen tävlingen Truppcupen för andra året i rad. Tävlingsarna skedde i A-hallen i Östersund Arena och blev väldigt lyckade med ca 450 gymnaster.

Under höstlovet arrangerades höstlovsgymnastik där samlagd 81 barn och ungdomar fick träna gymnastik, trampolin eller cheer.



Utbildning

Utbildningar är ett mycket prioriterad område för föreningen och innebär såväl ledarutbildning, domarutbildning och administrativ utbildning för styrelseledamot samt kanslist och sportchef. För en bättre överblick se tabellen nedan.

Sammanställning utbildningar 2017	Antal personer
Alla kan gympa (funktionshinder)	0
Säkerhetsutbildning, Arena	27
Hjälpledarutbildning	24
Baskurs	18
Gympakidz Action	5
Basic - RG	3
Basic - Trupp	4
Basic - Kv AG	6
Basic - Ma AG	0
Steg 1 - Kv AG	2
Steg 2 - Kv AG	0
Steg 3 - Kv AG	3
Steg 1 - Trampolin	4
Steg 2 - Trampolin	0
Steg 1 - Tumbling	12
Steg 2 - Tumbling	5
Steg 3 - Tumbling	2
Steg 1 - Trampett	5
Steg 2 - Trampett	3
Steg 1 - Fristående	1
Teori steg 1	1
Teori steg 2	0
Steg 1 Kv Ag domare	17
Steg 2 Kv Ag domare	8
Steg 3 - Kv AG domare	1
Regiondomare - manlig AG	7
Arbetsdagarkonferens för anställda inom idrotten	2 personer
Avtalsinformation	1 person
Föreringsutveckling	2 personer
Strategi 2025	5 personer



Profilkläder

Vi har ett avtal med Stadium gällande overaller, thighs/hotpants/shorts, t-shirts/linnen samt väskor/ryggsäckar. Samarbetet har förbättrats betydligt. Under 2017 har vi hållit två föreningskvällar på Stadium där Angelica och Petra medverkat. Vi har tagit fram gympapåse och två olika mössor (vitt & svart) som vi sålt i föreningen. Vi har även tagit fram en del nya kläder så som, manlig AG linne, Långärmad bomullströja efter önskemål från medlemmarna.

Tävlingsdräkter ansvarar respektive sektion för själva. Här finns ett samarbete med bl a Gympasport, där vi även har en föreningsdräkt.



De enskilda sektionernas verksamhetsberättelse:

Barngymnastik

På vårterminen 2017 var Anna och Maria ledare till de flesta barngrupperna. Tyvärr slutade de som anställda ledare hos oss vilket innebar att vi på hösten hade några barngrupper mindre, vi hade tyvärr inga ledare till en grupp i Ängsmon och en grupp på Östbergsskolan.

Under våren stödde Anna och Maria oss att introducera nya ledare, många av de gick vår egen hjälpledarutbildning och en del även baskursen och fortsatte sedan på hösten som ledare och hjälpledare i barngrupperna. Inför 2018, hoppas vi kunna ha fler grupper igen.

Alla våra barn- och Bamsegrupper tränar idag i skolor och sporthallar ute i barnens närområden. Vi har Bamsegymnastik (3-5 år) i Valla. Barngymnastikgrupper (4-6 år) finns idag i Östersunds sporthall och på Körfältet.

Under hösten 2017 höll Barnsektionen tillsammans med några andra sektioner i en "prova på-dag" i arenan på den så kallade Arenadagen (arrangerad av vår sponsor Östersundshem), då barn och ungdomar kom och provade på gymnastik i arenan.

Träningsgymnastik

Hösten 2017 anställdes Ida som ledare för träningssektionen, hon ersatte Anna och Maria. Några hjälpledare tog efter lyckad basutbildning på sig uppdraget som huvudledare, vilket har fungerat väldigt bra. Nya hjälpledare kom in i grupperna. Vi har fokuserat på att få in ungdomar som redan tränar hos oss som hjälpledare i förhoppningen att de stannar kvar längre och uppskattar att få utvecklas som ledare.

Vi har träningsgrupper i idrottshallar på skolor (Österberg, Körfältet och Sporthallen), de barnen är 6-8 år och tränar 1 timme i veckan. I dessa grupper är huvudledarna nya och det har fungerat bra. De saknar lite inspiration och skulle gärna vilja utbilda sig mer.

På Arenan finns det grupper med gymnaster mellan 8-10 år och upp till en vuxengrupp. Alla tränar i 1,5 timme i veckan. Dessa grupper har Ida varit huvudledare för. Det medförde ett nytt träningsupplägg som gymnasterna fick vänja sig vid. Ida har under veckorna utvärderat grupperna för att visa deras utvecklingskurva. Det har visat sig att nivåerna i träningsgrupperna behöver ändras eftersom gymnasterna har utvecklats olika snabbt.

Träningsgrupperna medverkade på Prova-På-dagen med Östersundshem på Arenan.

Trampolin

Trampolingrupper finns i åldrarna 8-10 år, 10-12 år och 13-17 år, de tränar på Arenan 1,5 timme i veckan. På höstterminen ändrades gruppindelningen från nivåindelad till åldersindelad vilket innebar ett ändrad träningsupplägg. Efterfrågan är stor och vi jobbar för att erbjuda fler grupper med mindre storlek.

Parkour

Parkourgrupperna finns i åldrarna 10-14 år (två grupper) och 15+ år. De tränar på Arenan 1,5 timme i veckan. Grupperna är fortfarande fulla och det är stor efterfrågan. Just nu ligger träningarna på fredagar och lördagar och ledare, gymnaster och föräldrar önskar att det skulle finnas ett annat alternativ.



Kvinnlig artistisk gymnastik

Under det gångna året har vi haft ca 50 gymnaster i 4 grupper och 25 ledare. Grupperna tränar allt från 1 - 5 ggr i veckan (3,5 h -14 h). Under senhösten 2017 körde vi "prova på Kv AG" vid 2 tillfällen med syfte att starta en AG F i januari 2018.

Vi har haft gymnaster på steg 1-6 Rikspokalen och Regionspokalen och vi var representerade på Riksfinalen steg 5 och 6.

Vi har genomfört klubb tävlingar, inbjudningstävlingar och läger på hemmaplan. I år arrangerade vi även Norrlandsmästerskapet med gymnaster från Gävle i söder till Jockmock i norr. För att genomföra dessa arrangemang krävs ett stort föräldraengagemang. Vi uppmuntrar också föräldrar att arrangera kompiskvällar med den egna gruppen för att träffas utanför hallen. Några av grupperna har haft detta och det är väldigt uppskattat.

Våra gymnaster har också rest och deltagit på tävlingar i Timrå, Birsta, Stockholm.

Flera gymnaster har fått valfria serier och deltagit i Regions- och Rikspokal tävlingar under året. För första gången hade vi gymnaster på Höstpokalen som är en rikstävling på Svenska Rikspokalen serierna. Här kvalificerade sig två gymnaster till den nationella gruppen TF2 2018 (tränar och föreningsutvecklingsgrupp för gymnaster 13 år och äldre och deras tränare)

En tydlig trend är att vi har fler gymnaster som kommer upp på steg 5 och steg 6. Utvecklingen hos gymnasterna går snabbare i takt med att vi kan erbjuda mer, effektivare och högre kvaliteé på träningen.

Vi ledare har gått tränar- och teori utbildningar under 2017. Det har kommit ett nytt bedömningsreglemente och vi har därför haft 2 st omlicensieringstillfällen för steg 1 och steg 2 domare.

Vi har fler tränare med utbildning på de högsta steget. För att utvecklas vidare och möta gymnasternas behov behöver dessa tränare gå andra specialutbildningar så som temakurser eller olika coaching concept kurser vilket medför ökade utbildningskostnader.

Manlig artistisk gymnastik

Träningsåret började med ett träningsläger på Östersund Arena den 29 januari med fyra grupper (AG 1 - måndag, AG 1 - onsdag, AG 2 och AG 3). Med på lägret var 20 gymnaster och 6 ledare. Under eftermiddagen hade vi faddergymnastik då en gymnast från AG 2 fick leda två gymnaster från AG 1 i redskapen bygelhäst, ringar, barr och räck. Det var givande både för de yngre och för de äldre gymnasterna. Samtidigt med lägret pågick Manlig AG Steg 1 där flera av sektionens ledare deltog.

Den 14 maj hade vi vår första tävling och den hade vi tillsammans med Kvinnlig AG i Östersund Arena. Ca 15 gymnaster deltog och vinnare blev Neo Görsten-Andersson.

Under hösten har vi fortsatt med verksamheten i våra fem grupper och vi fortsätter att utbilda gymnaster, ledare, domare och funktionärer. I november utbildade sig 7 ledare och föräldrar till regionsdomare.



Truppgymnastik

Under träningsåret 2017 har grupperna fortsatt på samma stegnivå som året innan. På höstterminen flyttades enskilda gymnaster upp då de utvecklades snabbare än de andra i gruppen. Träningsdagar har varit desamma som tidigare. Antalet gymnaster i grupperna stannade på ungefär samma antal under året.

Ledarna är engagerade och utbildar sig till de nivåer som krävs i sina grupper.

Alla våra truppgupper deltog under Truppcupen och gjorde fina insatser. Vi uppnådde därmed vårt mål att alla Östersundsgymnasternas trupplag deltog i tävlingen. Det var även första tävlingen för vårt yngsta lag RT Mini.

Tre av fem trupplag åkte till Gävle och deltog i Gävleborgsjakten och Uppsvenska Mästerskapen i december. Det var ett stort lyft för dessa grupper som fick åka iväg tillsammans och heja på varandra. Målet är att under 2018 tävla minst en gång per termin, både på hemmaplan och bortaplan.

Under sommaren hade vi ett läger tillsammans med ledare från Hammarbygymnasterna och gymnaster från olika föreningar. RT2 och RM1 deltog under lägret och vi planerar samma upplägg under sommaren 2018.

RT2 har haft läger med övernattnings och teambuilding i Lit.

RT1 har anordnat dagläger för gruppen.

Rytmask Gymnastik

Under VT17 hade RG gruppen 3 st fortsättningsgrupper från HT2016, RG1, RG2 och RG3 med totalt 30 gymnaster. Vi var åtta ledare under vårterminen.

RG1 och RG2 tränade 1 gång i veckan och RG3 tränade 2 gånger i veckan. Under vårterminen 2017 såg vi ett behov av att utöka träningen för vissa gymnaster och göra om lite i grupperna inför höstterminen. Inför höstterminens start fick samtliga gymnaster i RG2 möjlighet att flytta till RG3, gymnasterna i RG1 fick möjlighet att flytta till RG2 och vi startade upp en ny grupp, RGF/1.

I februari fick vi besök från Örnsköldsvik. Deras tränare Jennifer Pettersson samt landslagsgymnasten Alma Wikström körde ett träningspass med våra tjejer i RG3. Detta var mycket utvecklande och uppskattat både för våra gymnaster och ledare.

Några av gymnasterna i RG3 körde en uppvisning i samband med tävlingen Iskristallen som föreningen arrangerade i april.

21/5 arrangerade sektionen en uppvisning för samtliga RG-grupper där föräldrar, syskon mfl bjöds in för att se vad vi jobbat med under terminen.

Två ledare gick baskursen i maj 2017, tre ledare gick utbildningen RG-basic. Detta innebär att föreningen nu har fem licensierade ledare för RG-träning vilket är mycket positivt!

I augusti arrangerade sektionen ett "RG-prova på"-pass där alla som var intresserade av RG kunde delta.

Sektionen arrangerade under novemberlovet (2-5/11) ett RG breddlager på uppdrag av svenska gymnastikförbundet. På lägret deltog Östersundsgymnasterna samt Örnsköldsviks gymnastikförening. Ca 25 gymnaster från båda föreningarna deltog. Lägret bidrog till att gymnaster från de olika föreningarna lärde känna varandra, att lära sig nya övningar, ett utbyte mellan ledarna.



Sektionen kvinnlig AG arrangerade Norrlandscupen 18/11 och några av tjejerna i RG3 körde två uppvisningsprogram i samband med prisutdelningen både på förmiddagen och eftermiddagen.

Vi avslutade terminen med en uppvisning för hela sektionen den 17 december. Samtliga grupper deltog med olika program med handredskap. Som sista punkt körde alla sektionens gymnaster en balett till musik. Våldigt uppskattat av våra minsta att stå på golvet tillsammans med de stora tjejerna.

Cheerleading

Under 2017 tränade 27 barn i två grupper med totalt 4 ledare. Tävlingslaget deltog i endast en tävling under 2017, Jamfest Nordic i Nyköping i maj.

Tyvärr saknar sektionen en sektionsledare för tillfället vilket försvårar samordningen för deltagandet i läger och tävlingar.

Sabina och Susanne representerade föreningen under VM i Orlando, Florida, USA i april och tävlade i Team Sweden Coed, det svenska mixade landslaget i cheerleading.

Vi hade uppvisning och prova-på-aktivitet i samband med Arenadagen som Östersundshem anordnade. Dessutom erbjöd vi cheerleading på höstlovsgymnastik.

Övrigt

Vi tackar kommunens medarbetare för att de hjälpt oss få tider i våra träningshallar samt skött hallarna. Vi tackar våra sponsorer som hjälpt oss det gångna året. Slutligen vill vi ge ett stort tack till alla som hjälpt oss under året, ett särskilt stort tack till föräldrar som hjälper oss att hålla verksamheten igång.

För Östersundsgymnasterna mars 2018

Bettina Herm
Ordförande

Grit Wiegand
Sekreterare

Fredrik Eriksson
Kassör

Pernilla Åsell
Ledamot

Tommy Eliasson Winter
Ledamot

Elisabet Wastesson
Ledamot

Jonas Wiktorsson
Ledamot

