

Verksamhetsberättelse för

TÄBY GYMMIX

verksamhetsåret 2022

Styrelsen för Täby Gymmix avger följande berättelse för tiden 1/1 – 31/12 2022

Styrelse	Helena Öberg	ordförande
	Björn Schwartzman	vice ordförande, materialförvaltare
	Lisa Lundmark	kassör
	Inger Rising	sekreterare
	Anna Jigerius	ledamot, gruppträningsansvarig
	Carina Wulfing	ledamot
	Håkan Orvander	ledamot, värdrepresentant
	Gunnar Westling	suppleant
Revisor	Claes Rising	
Revisor suppleant	Kim Jarnald	
Valberedning	Elsie Andersson, ordförande, Dorota Beg och Barbro Ritterfeldt, ledamöter	
Medlemmar	För verksamhetsåret har föreningen under vårterminen haft 88 betalande medlemmar och under hösten 90 betalande medlemmar. Många medlemmar har inte återkommit efter coronarestriktionerna 2020-2022. Barn och ungdomssektionen har under 2022 varit vilande. Föreningen hade vid årsskiftet 11 ledare och 15 värdar. Under året har 2 ledare och 2 värdar tillkommit.	

Styrelsens aktiviteter under året

Årsmötet 2022 genomfördes på Tibblevallen 20 februari med 30 deltagare.

Styrelsen har haft 10 protokollförda styrelsemöten och en planeringskonferens.

Marknadsföring av föreningens aktiviteter har skett genom annonsering i lokalpress fyra gånger. Gamla och nya medlemmar har fått information om pass och aktiviteter via e-post och sms.

Webbsida och Facebooksida har kontinuerligt uppdaterats.

En arbetsgrupp bestående av värdar har adjungerats till styrelsen. Arbetsgruppens uppgifter har främst varit att hålla medlemsregistret uppdaterat samt kontinuerligt kompletterat information i alla passens värdmappar. Arbetsgruppen har även vid olika tillfällen anordnat och stått för mötens förplägnad av kaffe/te och bakverk.

Föreningen har sökt och erhållit statligt återstartsstöd efter coronapandemin. Bidraget avsåg aktiviteter och verksamhet under perioden april-september.

Inför både vår- och höstterminsstarten har styrelsen haft informationsträffar för ledare och värdar. Den 31/8 var det uppstartsmöte i Tibblekyrkans samlingslokal. Träffen inleddes med en lättare måltid, utdelning av scheman, terminsmärken och instruktioner.

Alla som löste terminsavgift fick en multiscarves som gåva från föreningen som år 2021 firade 25år men som då på grund av covidrestriktioner inte kunde ha en jubileumsmedlemsfest .

Den 11/6 medverkade föreningen i Kommunens Seniordag med temat "Hälsa för seniorer". Ledare och värdar representerade föreningen i vår monter som väckte stort intresse. Vi informerade om verksamheten och delade ut provapåbiljetter.

Den 24 september anordnade Gymnastikförbundet Region Öst en inspirationsdag på GIH för samtliga gymmixföreningar inom regionen. Temat var rörelse hela livet.

Under vecka 40 tränade vi extra mycket balans eftersom det var balansvecka.

Den 13 november anordnade föreningen HLR utbildning för ledare, värdar och styrelse, vi hade två utbildningstillfällen under dagen med att 19 ledare, värdar och styrelsemedlemmar deltog.

Terminen avslutades 13/12 i Tibblekyrkans café, med social samvaro med kaffe och lussebulle vi fick dessutom en nyskriven sång till livs, det blev en trevlig avslutning. De övriga passen anordnade avslutning i samband med sista passet på terminen.

Sektionerna

Gruppträning

Barnsektionen i Täby gymmix är alltjämt under 2022 vilande då det inte finns förutsättningar med ledare att återstarta en sådan verksamhet.

Vårterminen för gruppträningssektionen startade vecka 2, vi erbjöd 12 pass i veckan och 88 motionärer deltog.

Under påsklovet, vecka 16 erbjöds 8 pass, tidigare år har det inte varit någon verksamhet. Terminen avslutades 29 april med kaffe och kaka på Tibblevallen.

Träningen fortsatte i maj med två utomhuspass på Tibblevallen, ett inomhuspass i Näsbypark och ett stavgångspass vid Ensta Krog.

I juni och fram till mitten av augusti bedrev vi sommargymna med två morgonpass och ett kvällspass vid Norskogsbadet, ett stavgångspass vid Ensta Krog samt ett kvällspass vid Skarpängsleken.

Även i år var att sommarträningen inte gratis, vårterminens träningskort sträckte sig t.o.m maj, och från juni ingick även sommargymnan i höstterminens avgift.

Vid samtliga pass utom stavgången genomfördes ett lotteri för de på passen deltagande medlemmar.

Höstterminen startade vecka 36 med 14 pass i veckan och 90 motionärer deltog.

Avseende lokaler avslutade föreningen sin verksamhet i Ellagårdsskolan och i Engelska skolan och flyttade verksamheten till Tibblekyrkans motionsrum och till Rösjöskolan.

Slutord

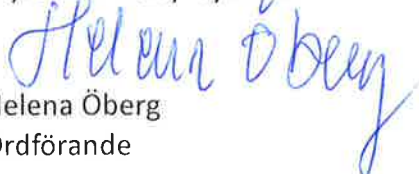
Föreningen har haft ett varierat utbud så att våra medlemmar har haft möjlighet att utöva motion i sann gymmixanda. Vi ser att förutom motion är också den sociala samvaron ett viktigt inslag i vår verksamhet där välutbildade ledare/ instruktörer och värdar lägger stort engagemang för att underlätta, stödja och sprida glädje till medlemmarna.

Föreningen är en undersektion i Region öst i Svenska Gymnastikförbundet och arbetar utefter dess värdegrund.

Styrelsen vill framföra sitt varma tack till alla dem som stöttat oss under 2022.

Täby 29 januari 2023

Styrelsen i Täby Gymmix


Helena Öberg
Ordförande

