



TUNIKAN 2025



Sommarcamp 2024

STAY TUNED

OM IK TUN

IK TUN är en idrottsförening som ligger i Enstaberga drygt en mil Söder om Nyköping och som grundades år 1938. Enstaberga IP har länge varit en populär och omtyckt plats att samlas kring. Våra fina gräsplaner som sköts med stor omsorg och med närhet till samhället och skogen så känns Enstaberga IP som ett extra hem för många. Här samlar vi unga som äldre kring olika aktiviteter och sammankomster vid både högtider och vardag. Mottot är att alla är välkomna.

IK TUN värnar om hälsa och gemenskap och är en förening med över 800 medlemmar, varav 350 aktiva och 40 ledare. Med kunniga och hjälpsamma ledare, föräldrar och ideella eldsjälur så hoppas vi kunna förvalta vår förening till framtida generationer.

Följ oss på sociala medier

Facebook: IK Tun

Instagram: IK_Tun



Kontaktuppgifter

IK Tun

Tunavägen 44
611 75 Enstaberga

Anders: 070-371 92 62

anders@iktun.se

Börje: 070-625 70 25

kansli@iktun.se

www.iktun.se

Medlemsavgifter 2025

Familj _____	700:-
Vuxen _____	500:-
Barn- och ungdom _____ (upp till 19 år)	400:-
Pensionär _____	200:-

Ordförande har ordet

Härligt att vara tillbaka efter 8 års frånvaro från klubben som i stort sett var vår familjs andra hem under alla 25 åren vi bodde i Svalsta.

Den välskötta föreningen som jag lämnade 2017 är precis lika välskött idag med både gamla bekanta ansikten men även många nya ledare och ledamöter.

Men 8 år är ändå en ganska lång tid och det har hänt otroligt många intressanta projekt som styrelsen och Ni medlemmar genomfört!

Discgolfbanan och Ute/Inomhus gym kanske är de största förändringarna men anläggningen har även fått ett nytt Speakerhus och både omklädningsrum och köket i klubbstugan har renoverats.

Fotbollsmässigt så ligger Herrlaget kvar på samma nivå som när jag lämnade men här har vi nu kontinuitet från förra säsongen med Daniel C som med stöd av Alex S vill uppåt i seriesystemet. Det är en spännande trupp där många Tun juniorer nu tagit steget upp i Herrlaget.

Damlaget har visat sina kvalitéer genom några år i Div 1 för att sedan vara ett topplag i Div 2 och där tänker vi etablera oss för att ta nästa steg när Hanna L och hennes ledarstab känner sig redo. Även på Damsidan har vi en spännande trupp med en blandning av unga och lite mer rutinerade.

Vi ses på Enstaberga IP!

Bosse Andersson
Ordförande IK TUN

Köp årskort och få fritt inträde till alla seniormatcher under säsongen. Gäller alla hemmamatcher på Enstaberga IP för IK Tun

500kr
Köpes via kansliet

IK TUNs barn- och ungdomssektion

Under vår, sommar och höst sprudlar det av fotbollsglädje nere på Råsbäcken, klubbens tillhåll för alla barn- och ungdomslag. Där hålls det träningar, spelas seriematcher och genomförs sammandrag. Har du någon gång vandrat över fältet en vardagskväll i maj? Om inte så rekommenderar vi att du gör det, och du kommer komma därifrån med ett leende på läpparna. Här samsas de äldsta med de yngsta i en härlig blandning, alla med glädjen till fotboll.

Vårt IK TUN har idag åtta lag på barn- och ungdomssidan där de äldsta är födda 2011 och de yngsta 2019. Våra äldre ungdomar födda 2007-2010 har tagit steget upp till våra seniorlag. Runt dessa åtta lag har vi ca 25 engagerade och utbildade tränare. På följande sidor kommer en liten presentation av varje lag. Kontaktuppgifter till respektive lags tränare återfinns på vår klubbsida på laget.se

En mycket viktig faktor inom idrotten är att ha ett starkt föräldraengagemang runt lagen. Det är nästan uteslutande föräldrar som tar sig an uppgiften att bli tränare i lagen, något som tar både tid och kräver engagemang, men som samtidigt ger så mycket glädje tillbaka. Utöver tränare behövs lagledare, administratörer och att övriga föräldrar hjälper till med tex kiosker, skjuts till bortamatcher, och att vara matchvärdar. Tillsammans får vi föreningslivet att gå runt!

En annan viktig funktion i förenings-Sverige fylls av våra duktiga ungdomsdomare. De flesta av våra domare är ungdomar från vår egen förening och det är ett utmanande men utvecklande uppdrag de tar på sig när de går domarutbildningen och börjar döma. Vi stöttar alltid våra domare och behandlar våra ungdomar med respekt. Dom gör sitt bästa och dom gör det väldigt bra!

För tredje året i rad kommer vi under v 25, i juni, hålla vår "Fotbollscamp" för barn i åldrarna 6-12 år (födda 2013-2019). Här har vi fokus på att ha kul tillsammans och lära oss lite mer om fotboll. Tänk att man dessutom kan få en ny kompis på köpet. Här finns inga krav på att kunna något om fotboll och man behöver inte heller vara medlem i klubben. Ledare för campen är ungdomar från klubben. Vår avslutningsdag brukar vara mycket uppskattad. Då spelas det minicuper, det blir vattenkrig, musik och mycket annat kul uppe på Enstaberga IP. Se gärna vår inbjudan på hemsidan och i Tunikan.



Bild från avslutningen på fotbollscampen 2024

P11-12

Pojkar 11-12 är vårt äldsta pojklag. Det startades för många år sedan och några av killarna har spelat tillsammans sen dess. 2024 var P11 ett eget lag och P12 spelade ihop med P13, men inför denna säsong har P11 och P12 slagits ihop (igen). Laget har även fått in nya spelare från Stigtomta som tyvärr lagt ner sitt P11-12 lag.

När Råsbäcken är tillgängligt i vår kommer laget att träna tre gånger i veckan. Planen är att spela två serier, en i Sörmland och en i Östergötland, samt att delta i flera cuper. P11-12 är ett glatt, hårt arbetande gäng som har roligt ihop. En av lagets största utmaningar i år är att fortsätta bygga en stark lagkänsla. Det bästa med det här gänget är den hjälp och support som spelarna erbjuder varandra. Alla strävar efter att både hjälpa sina lagkamrater och samtidigt utvecklas individuellt, vilket skapar en fantastisk dynamik.



-Vi levererar betongen!



**ENSTABERGA
CEMENTGJUTERI AB**

”Se det som gjutet”

Tel: 0155-57 840 www.enstabergacement.se

F11-13

Klubbens äldsta flicklag har funnits sedan sommaren 2020. Laget fokuserar lika mycket på att ha roligt som att spela fotboll, och tjejerna är väldigt bra på båda delarna. Under säsongen 2024 startade laget ett unikt samarbete med Runtuna IKs flicklag 2012-2013 så tillsammans har de blivit fler - ännu fler kompisar. De spelade då 7 mot 7 och hade lag i två serier, vilket gav mycket speltid. Laget kallar sig för RIKoTUN.

Inför säsongen 2025 fortsätter dessa båda klubbar att samarbeta och det unika RIKoTUN fortsätter att utvecklas tillsammans. Laget kommer att spela i 9 mot 9-serie och tillsammans jobbar de på mot nya höjder! I augusti åker tjejerna på sin första gemensamma cup i Kolmården, något ledarna tror blir säsongens höjdpunkt. I denna satsning blir vi gärna fler, så tveka inte att höra av er till oss. För, hos oss är alla välkomna!



Midsommar

En lång tradition som fortsätter!
Varmt välkommen att fira midsommar med oss. Med dans och sång runt midsommarstången, lotterier, bollkastning, fiskedamm och ponnyridning med mera. Så ser vi fram emot ytterligare en härlig dag tillsammans. Kiosk och kaffeservering finns öppet som vanligt.
Dagen startar 14:00 den 21 Juni



P13-14

P13-14 är nästa lag i turordningen på pojksidan. Det består främst av pojkar födda 2014 men här finns också ett antal duktiga P13-spelare. Laget kommer spela serie i 7 mot 7 och träna tillsammans två dagar i veckan.

Den här säsongen blir lagets andra med 7 mot 7 och de beskriver att deras största utmaning handlar om att hela laget ska lita på varandras förmågor och använda varandra på plan. Killarna har roligt tillsammans och flera har den senaste tiden gjort stora framsteg med stärkt självförtroende som effekt. Grabbarna gillar soliga kvällar på Råsbäcken, men en hel hög vill gärna träna även vid regn och mygg. Inför ny säsong kommer laget fokusera mycket på att ha roligt, arbeta med spelförståelse, passningsspel samt att förstå de olika roller man går in och ur på plan. Ledarna hälsar att de ser fram emot en rolig och utvecklande säsong med ett glatt och duktigt gäng!



Boule

Det finns 9st banor att hyra på Enstaberga IP. Vid frågor kontakta kansliet.



F14-15

Flickor 14-15 har precis till denna säsong startat ett samarbete med Runtuna IK, likt det äldre flicklaget. Laget ska tillsammans spela serie i 7 mot 7 för första gången. Det nya samarbetet innebär en spännande utmaning att få ihop tjejerna från olika klubbar till en härlig grupp som hjälper och stöttar varandra. Det är självklart också en utmaning med en större plan med större ytor att spela på och lära sig en massa nytt. Roligast under 2025 ska bli att se fortsatt utveckling hos tjejerna, både som spelare och människor.

På träning är tjejernas favorit att köra kvadraten och skottövningar medan tränarna gillar teknik- och passningsövningar. Det bästa vädret för att spela fotboll i är 15-20 grader och lite mulet. Då är det lagom varmt och ingen sol som stör i ögonen. Det här laget beskrivet med tre ord blir - glada, roliga och med kämpaglöd!



Hyra av klubbstuga eller möbler

Ska du ha kalas eller någon annan tillställning är du välkommen att hyra vår klubbstuga. Här finns en öppenlokal med tillgång till kök med diskmaskin och toaletter. I köket finns en ganska stor uppsättning av tallrikar, skålar, bestick och glas. I lokalen finns också bord och stolar att möblera med.

Det finns även möjlighet att hyra stol och bord av oss.

Klubbhus – icke medlem 1000 kr/per dag, medlem 500 kr/ per dag.

Uthyrning stol- 5 kr/ st, bord 10kr/st

Kontakta kansliet för mer information.

P15

Pojkar 15 består idag av 20 grabbar, tre tränare och flera aktiva föräldrar. Deras ledord i laget är: "Så länge som möjligt, så bra som möjligt" och "trygghet och tydlighet". Under försäsongen har laget testat något nytt, fysträning med stans brottarklubb BK Atlas. I sommar kommer laget träna fotboll två dagar i veckan på Råsbäcken och laget ska i år göra sin första säsong i 7 mot 7.

P15 provade på 7 mot 7 i höstas då de spelade Kustcupen i Oxelösund, med lyckat resultat. Cupen och det egna sammandraget på Råsbäcken var förra årets absoluta höjdpunkter. Säsongen 2025 ser de fram emot att utvecklas i den nya spelformen med större plan samt de nya spelarpositionerna. "I P15 visar vi med tydlighet att ett fysiskt spel kan gå hand i hand med teknik, finess och framförallt respekt. Killarnas största styrka är att dom väldigt sällan är nöjda utan vill ständigt bli bättre. Samtidigt har vi visat att vårt lag är lätt att hitta en plats i och vi tar väl hand om nya spelare som vill utvecklas i IK Tun. Alla spelare ska känna sig trygga och välkomna i P15."



Träningskläder

IK Tuns träningskläder finns för utprovning på kansliet.



PF16-17

I detta lag spelar tjejer och killar ihop och alla är födda 2016-2017. Runt laget finns sex stycken glada och engagerade ledare. Laget kommer att köra två träningar i veckan när de får komma ut till gräset på Råsbäcken. Matchspel kommer att spelas i sammandrag i 5 mot 5 för både -16 & -17. Det laget tycker ska bli roligast under 2025 är att komma igång med sammandragen då de får spela match, men sen blir den stora höjdpunkten att avsluta sommaren med en cup för båda årskullarna.

Ett fint minne från förra året var Kustcupen som spelades i höstas. När det är match vill ledarna alltid påminna om vikten av att vi alla respekterar domarens beslut och att det alltid är domarens ord som gäller. Det bästa vädret att spela fotboll i är när det är varmt i luften men blött i gräset. Om laget får välja en favoritövning blir svaret "alla sorters bollstafetter!". När ledarna ska beskriva laget med tre ord blir det - Vilja - Nyfikenhet - Kämpaglöd!



Julmarknad

Lördagen den 29:e November arrangerar IK Tun sin årliga Julmarknad mellan 11:00-13:00. Här erbjuds det försäljning av hembakat bröd, dörkransar, julklappslotteri med mera.

Kaffeservering, glögg och pepparkakor kommer också att finnas.



P18-19

Pojkar 18-19 är föreningens yngsta pojklag och består till sommaren av en trupp på mellan 25-30 barn och fyra tränare. Laget kommer träna på Råsbäcken en vardagskväll i veckan under 2025. Utöver träningar kommer laget att delta i sammandrag i spelformen 3 mot 3. Detta är lagets första säsong med matcher och både ledare och spelare är förväntansfulla och ser fram emot spännande matcher och roliga stunder tillsammans.

Det som ska bli mest kul under 2025 är helt klart att se truppen utvecklas tillsammans. Laget ser också fram emot en lagom varm vår och sommar som innehåller mycket spel på gräs, gärna ifrån slutet av april ända in i oktober. Matcher i all åra men en favorit för ledare i laget är när barnen uttrycker glädje över att klara en övning som dom tidigare haft bekymmer med. Detta gäng är busiga, glada och talangfulla!



SSAB

F18-19

Flickor 18-19 är vårt yngsta flicklag och utgörs av ett stort gäng glada, omtänksamma och kompisvänliga fotbollstjejer som gillar att spela fotboll och ha kul tillsammans! Laget startades upp tillsammans med killarna i samma ålder men då truppen var tillräckligt stor att dela upp blev tjejerna ett eget lag from hösten 2024. De tränar en gång i veckan och i år kommer de för första gången spela sammandrag, 3 mot 3. Just nu övar laget väldigt mycket på passningar, hur man spelar match och hur man är en bra kompis på och utanför planen. Tjejerna är väldigt duktiga på att heja på varandra och frågar alltid om det gick bra vid en krock eller fall. Ledarna säger att "vi känner oss verkligen redo för sammandrag och nya utmaningar."

Ett fint minne från förra säsongen var när de spelade en träningsmatch tillsammans med killarna i 18-19. Det blev en härlig match med fint lagspel, hejramsor och hjälpsamma spelare som var väldigt stolta över att få bära det gröna matchstället för första gången.



Stöd verksamheten genom att bli medlem i IK Tuns Stödförening!

IK Tuns Stödförening är en förening som bedrivs helt fristående från IK Tuns övriga verksamhet och idag har stödföreningen ca 400 medlemmar.

Stödföreningen bidrar med ekonomiska bidrag till olika aktiviteter som IK Tun har hand om. Vill du vara med i IK Tuns Stödförening så måste man erlägga en årsavgift på 100 kr. Alla medlemmar deltar sedan i ett lotteri där man kan vinna tillbaka lite pengar som man satsat.

Vill du vara med och STÖDJA IK Tuns verksamhet så är du välkommen att sätta in 100 kr på Pg.8410391.

(P.s. Glöm inte att skicka med ditt namn och din adress. D.s.)

Vid frågor kontakta kansliet så hjälper dom dig vidare! Till oss är ALLA välkomna!!!

Vi som finns på IP

Anders Johansson

Ålder: 62 år

När började du arbeta för IK

Tun:

2021 började jag och jobbar 75% på kansliet och hjälper till med det mesta runt föreningens verksamhet.

Mensur Harasic

Ålder: 61 år

När började du arbeta för IK

Tun:

2022 började jag och jobbar 50%

Börje Thunholm

Ålder: 78 år

När började du arbeta för IK

Tun:

Började på halvtid 1983 och fick en heltidstjänst 1986. Jobbar som ideell pensionär med gräsklippning, bilbingo och diverse kanslisysslor.



Styrelse 2025

Bosse Andersson
Tomas By
Eva Gustafsson
Lena Karlsson
Per Carlsson
Sofia Berglin
Johanna Carlsson
Pernilla Sager
Kjell Hallkvist
Pasi Rönkkö

Ordförande
Vice ordförande
Sekreterare
Kassör
Ledamot
Ledamot & V.kassör
Suppleant & V.sekr.
Suppleant
Suppleant
Suppleant



Produktion av Tunikan

Idé, foto, texter och layout

Sofia Berglin - Malin Lehnbohm - Lars Jansson (huvuddelen av fotona) - Pierre Wigardt - Tomas By

GLOBAL LEADER IN CONCRETE
ROOF TILE MACHINERY

ABECE
A BETTER COVERAGE™

Arbeta på Nyköpings
roligaste teknikföretag!



Vill du vara med när vi förändrar branschen?

Hos oss får du möjlighet att växa som medarbetare i en innovativ och spännande teknikmiljö, med hela världen som din arbetsplats.



ABECE – en arbetsplats för livet.
Läs mer om hur du kan bli en del av vårt team
på abece.se

Råsbäcksplanerna



Discgolf

21 HÅL med 42 olika Tee.

Banan är nu helt färdigbyggd och har 21 hål med 42 olika tee. Dvs på varje hål finns det 2 olika Tee. En lång med gröna Tee stolpar och en kortare med röda stolpar.

Banan är flitigt använd och parkeringen ofta välfylld. Så roligt att läsa och höra hur omtyckt den är. Den sträcker sig igenom Enstabergaskogen och genom grusgropen i en fantastisk fin miljö.

Vid parkeringen finns det bänkar, bord och en liten grillplats.

Hittills har det hållits flera tävlingar, och fler är på gång under året.

Följ gärna Facebook sidan där du kan läsa mer om tävlingar med mera.

Diskar finns att hyra eller köpa på kansliet vid Enstaberga IP.

Du som medlem spelar gratis annars tar vi ut en greenfee på 40kr/spelare & dag.

På Enstaberga IP finns det även tre hål med multifunktion – Discgolf, parkgolf och fotbollsgolf.



Gravel Pit Discgolfpark - Enstaberga



HARD WORKING RANGER

Din lokala snickare!

070-942 28 00

jocke@hardworkingranger.se

 **hardworkingrangerab**

- Vi skapar innovativa lösningar
för hela din arbetsplats



Vi är din lokala
helhetsleverantör för IT-
tjänster, videokonferens,
digitalisering,
kontorsmaterial och
mycket mer.

Välkomna in till oss på
Gumsbacken!

gibon

Gumsbackevägen 12 Nyköping | Tel: 0155-20 58 00 | Mån-fre: 8-17

Bilbingo



Vår populära bilbingo spelas varje söndag från och med 11 maj. Finns begränsat antal sittplatser inomhus.

Vi spelar 21st söndagar till och med den **28 september**.

Starttiden är **kl. 15.45** med väntbingo.

7, 14, 21 och 28 september börjar vi **kl. 14.45** med väntbingo.

Vi delar ut **10.000 kr** varje söndag på TUN-brickan, jackpott på finalspelet.

Alla brickor kostar 40 kr styck och säljs innan bingon startar.

Endast kontant betalning.
Kioskverksamhet, lotterier m.m.

**Hjärtligt Välkomna! •
IK TUN**

Tunrundan

Denna tradition har funnits i många år och varje gång springer duktiga idrottare och vardagsmotionärer tillsammans. Slingan går i skogen på mjukt underlag med elljusspår och motionärer som hejar på i skogen. Kiosk finns på plats och en fin skänkt prisutdelning brukar avsluta kvällen.

Tunrundan går av stapeln 9 oktober.

Lilla LF-loppet är ca 400m och går runt fotbollsplanen.
(även föräldrar är välkomna att springa med)

Barn/ungdomsloppet är 3km långt och är för barn och ungdom.

Herr/dam-loppet är 5km långt.



Några ord från tränarstaben

Intervju med Daniel Cortes

- **Vi är i skrivande stund en bit in i försäsongen, hur tycker du att ser ut?**

Det finns en del att göra ännu, behöver hitta alla pjäser men sakta men säkert kommer vi hitta det. Jobbar för framtiden.

- **Du har kommit in som ny huvudtränare i Tun. Vad har du att säga om föreningen och vårt fina Enstaberga IP**

Hade inte varit ute i Enstaberga för, det är en fin anläggning. Verkar vara en familjärt förening.

- **Vad tycker du är den viktigaste egenskapen hos en spelare?**

Viktigaste egenskapen i en spelare är att den vill lära sig mer och vågar tro på sig själv och laget.

- **Vad tycker du är den viktigaste egenskapen hos en tränare?**

Viktigaste egenskapen av en tränare är att se

- **Hur ser truppen ut i år, har ni tappat några spelare resp fått in några nyförvärv?**

Truppen ser bra just nu, då vi kommer ha en tajt samarbete med U laget där det finns riktigt bra unga killar som är hungriga på att komma upp. Vi tappade några spelare men har försökt få in lika många.

- **Har ni satt någon målsättning för säsongen?**

Målsättningen för i år är att stanna kvar i div 6 så vi kan förbereda dessa unga grabbar inför 2025 ge dom erfarenheten i år så dom kan kriga för serien året efter.

- **Till sist, om vi kollar in årets motstånd, är det något lag som du redan på förhand vågar tippa som seriesegrare?**

Inför året så har Nyköping BK förstärkt med många duktiga och meriterande spelare så är



Intervju med Hanna Lundmark

1) Vi är i skrivande stund en bit in i försäsongen, hur tycker du att ser ut?

Vi är till stora delar nöjda med hur försäsongen har sett ut. Eftersom vi har haft en tränings-tid på KG C har väder och vind utgjort något av ett problem under den tidiga försäsongen men vi har ändå tränat på. Vi har fått byta ut en del fotbollspass mot fys, vi har kört stenhårt med Jenny Holster på CrossFit Nyköping och haft bra fart på fotbollspassen. Trist att vi fick ett par inställda träningsmatcher här i början, det gör det svårare att känna av formen.

2) Vi ser i år en till stora delar ny och spännande tränarstab. Har ni delat upp er i olika ansvarsområden eller hur har ni gjort?

Ja, vi är många kring de båda lagen i år vilket känns väldigt bra. Några har varit tränare förut och andra är nybörjare i rollen men än så länge känns det som att vi kompletterar varandra bra. Vi tränar ju tillsammans med vårt div 2 och div 3 lag vilket också gör att vi är en stor träningsgrupp, då behövs alla. Vi delar på oss i vissa övningar och där är Ola Carlsson, Johan Nilsson och Bia Andersson ansvariga för div 3-laget. Det kommer även ansvara för laguttagning och matchcoachning där. I div 2-laget är det Hanna Lundqvist och jag som är ytterst ansvariga. Till vår hjälp har vi även Amanda Nordlie och Melinda Hall, två tjejer med stort fotbollskunnande och ledaregenskaper. De är så ofta som möjligt med i träning och kan ge en helt annan bild än vad som går att få från sidan. Sedan är vi också glada för att ha kvar Sabina Robertsson och Robban Lundin som ansvarar för våra målvakter.

Vi ska absolut inte glömma Lena och Börje. Ingenting skulle vara möjligt utan dem!

3) Vad tycker du är den viktigaste egenskapen hos en spelare?

Svår fråga. När man ska bygga ett lag är det ju viktigt att ha spelare med olika egenskaper och spetskvaliteter. Jag tror dock att det är svårt att ta sig någonvart utan vinnarskalle och lite jäklar anamma. Att inte vika ner sig när det blir

Några ord från tränarstaben

tufft, det är något som jag sätter värde på.

4) Vad tycker du är den viktigaste egenskapen hos en tränare?

Känsla. Att vet vem som behöver en extra push när och på vilket sätt. Att kunna se och utveckla individen men samtidigt bygga ett lag som drar åt samma håll och som ger allt för varandra. Det tror jag börjar hos tränaren och dennes känsla för laget. Det är långt mycket mer utmanande än jag hade kunnat tro.

5) Hur ser truppen ut i år, har ni tappat några spelare resp fått in några nyförvärv?

Vi tappade ett par spelare under förra säsongen där bland annat Wilma Grenryd försvann till Linköping för plugg. Vanessa Fleetwood har flyttat till Stockholm men vi har fortfarande kontakt och hoppas på att få se henne i någon form av träning framöver. Cornelia Skuthälla Hirvelä gjorde klart med IFK Norrköping tidigt 2024. Dessutom har ju Sabina Robertsson valt att ta ett steg tillbaka från målvaktandet men finns kvar som tränare.

På nyförvärvssidan har vi Emmie Österlund, Tilda Karlsson och Ida Landin som har förstärkt truppen. Vi för även diskussion med en målvakt från Stjärnhov/Södertälje.

6) Har ni satt någon målsättning för säsongen?

Vi har inte diskuterat någon målsättning för lagen än.

7) Till sist, om vi kollar in årets motstånd, är det något lag som du redan på förhand vågar tippa som seriesegrare?

Det är en spännande serie och jag tror att det kan bli precis lika jämt som förra året. Måste jag tippa så tror jag att Stuvsta IF blir farliga i år.



Värdegrund

Gemenskap och Glädje

Vi kan, vi vill - tillsammans!

Alla medlemmar får uppleva vår kamratskap och glädje och skolas in i föreningens anda. Alla kan hitta sin plats och bidra utifrån sina intressen och kompetenser. Det innebär att vi alla ska jobba för att skapa gemenskap där människor känner sig välkomna och delaktiga. Det skall vara roligt att deltaga och bidra till verksamheten.

Du kanske är duktig på att organisera cuper, är en hejare på att sälja korb eller kan tvätta lagets matchtröjor varje söndag. Oavsett vilken insats du kan tänka dig att bidra med så finns en plats för dig i föreningen.

Engagemang

Det skall belönas att vara engagerad i föreningen och bidra till klubbens utveckling. Föreningen skall ta hand om medlemmarna så att alla känner föreningens klubbkänsla.

Respekt – Fair Play

Vi inom föreningen skall alltid respektera varandra i det vi gör och i vårt sätt att representera vår förening. Som ledare i föreningen så är du en representant mot folk /lag vi möter. Vi i föreningen tror på Fair Play inom alla grenar.

Utveckling

Vi utgår från vad varje individ vill och kan. Som ledare så utgår vi alltid från varje spelares kunskaper och behov och utifrån det utvecklar vi varje person. Vi har en utbildningspolicy för ledare så att de ständigt kan utvecklas i takt med laget.

Kommunikation

Föreningen har en öppen kommunikation både inom som utom föreningen. Där alla medlemmar känner till verksamheten och vi tillsammans formar vår förening.

Alla ges möjlighet att bidra med sina idéer och förslag där årsmötet är det tillfälle på året där varje medlem använder sin rösträtt.

Påhlsons Daylight

BE YOUR BRAND



Vi erbjuder:

- **Yrkeskläder**
- **Profilkläder**
- **Give aways**
- **Mäss & Eventmaterial**
- **Företagsgåvor**
- **Skylt & Bildekor**
- **Webshopslösningar**

Oscarsbergsvägen 7 Nyköping | info@pahlsons.com | 0155-375 90

FRI ENTRÉ

11:00 Ungdomsmatcher och
zon-sammandrag

15:00 Div 6 Herrar
IK Tun - Sjösa IF

Grillade hamburgare, kiosk och olika aktiviteter kommer att
finnas under dagen.

Ta med din kompis, granne, släkting!



*Med reservation för ändringar



Heja föreningslivet!

Vill du vara kund i en bank som bryr sig om bygden? Då har du hittat rätt!

Välkommen till Sörmlands Sparbank!

De senaste 10 åren har vi gett tillbaka över **85 miljoner kronor** till olika projekt.

Dessutom sponsrar vi över 100 föreningar.

Tillsammans med våra kunder gör vi Sörmland ännu bättre.

Bli kund, du också! Vi ses på banken!

Sörmlands Sparbank 

Kom närmare digital harmoni

IT OCH DIGITALISERINGSTJÄNSTER FÖR FÖRETAG

Med närhet till våra kunder erbjuder vi på Nordlo rätt IT-stöd för verksamheten, och tar ett helhetsansvar för våra kunders IT och digitalisering.

**Kom närmare digital harmoni
med Nordlo.**

NORDLO

Nordlo i Nyköping
Bagaregatan 2, Tel. 0155-29 37 00
nykoping@nordlo.com

CRAFT

TEAMWEAR

For world
champions and
everyday heroes

Arenagruppen

Vår Arenagrupp har två olika ansvarsområden:

Fastighet – Huvudbyggnad, garagelänga/gym, lottstånd, dansbana, fastigheter Råsbäcken, pumphus, speakerbås och belysning elljusspår.

Mark – Fotbollsplaner, elljusspår, discgolfbanan, utegym, boulebanor, parkering och maskinpark.

Det som ligger som önskemål enligt plan de närmast åren är:

- Renovera kansli och festlokal.
- Maskinramp till gräsklipparna.
- Flytta elstängsel på Råsbäcken
- Skärmtak bakom nya garaget
- Fortsatt avverkning bakom läktaren.
- Renovera omklädningsrum 5 och 6. Alternativt undersöka möjligheten att bygga 2 nya omklädningsrum.
- Bodar/omklädningsrum Råsbäcken, vi kommer att projektera och söka bidrag för detta.
- Ledningsritning el och vatten/avlopp skall beställas.
- Fortsatt arbete med att byta armaturer på elljusspåret.
- Dränering runt kanslibyggnaden.
- Belysning gräsplaner.
- Undersöka möjligheten att bygga ut samlingslokalen mot boulebanorna.
- Undersöka möjligheten att anlägga en konstgräsplan.

Vad som kommer att göras och när det kommer att göras beror på ekonomi, ideella insatser samt diverse ekonomiska bidrag.



Spelprogram Hemmamatcher

Herrar Division 6 Sydvästra Södermanland

26 April	IK Tun - Katrineholms SK FK U - KI 16:00
9 Maj	IK Tun - Råby Rönö IF - KI 19:00
23 Maj	IK Tun - Vingåkers IF - KI 19:00
6 Juni	IK Tun - FC Nyköping - KI 18:00
19 Juni	IK Tun - Nyköping U/Runtuna IK - KI 19:00
4 Juli	IK Tun - Katrineholms AIK - KI 19:00

15 Aug	IK Tun - Malmköpings IF - KI 18:45
30 Aug	IK Tun - Sjösa IF - KI 15:00
13 Sep	IK Tun - Ericssbergs Golf - KI 15:00
27 Sep	IK Tun - Gnesta FF - KI 15:00
12 Okt	IK Tun - Banadir IK - KI 13:00

Herrar Division 7 Sydöstra Södermanland

20 April	IK Tun - Oxelösunds IK U - KL 15:00
4 Maj	IK Tun - Nävekvärns Golf - KI 17:00
16 Maj	IK Tun - Östertälje FC - KI 19:00
30 Maj	IK Tun - Stigtomta IF U - KI 19:00
13 Juni	IK Tun - Gnesta FF U - KI 19:00
18 Juni	IK Tun - Stjärnhovs IK - KI 19:30

8 Aug	IK Tun - Telge Allstars FC - KI 19:00
24 Aug	IK Tun - Vrena IF - KI 11:00
6 Sep	IK Tun - Västerlångs IF - KI 16:00
20 Sep	IK Tun - Telge Atletico FC - KI 16:00
12 Okt	IK Tun - Pershagens SK - KI ?

Damer Division 2 Östra Svealand

26 April	IK Tun - Telge United - KI 12:00
10 Maj	IK Tun - Huddinge IF - KI 12:00
17 Maj	IK Tun - Hanvikens SK - KI 12:00
28 Maj	IK Tun - Saltsjö-Boo IF - KI 19:30
31 Maj	IK Tun - Mälarh.-Hägersten FF - KI 12:00
23 Juni	IK Tun - Stureby FF - KI 19:30

13 Aug	IK Tun - Stuvsta IF - KI 19:00
16 Aug	IK Tun - Värmdö IF - KI 12:00
6 Sep	IK Tun - IK Viljan Strängnäs Dam - KI 12:00
20 Sep	IK Tun - Rågsveds IF - KI 12:00
4 Okt	IK Tun - Stallarholmens SK - KI 12:00

Damer Division 3 Södermanland

28 April	IK Tun - New Mill FC - KI 18:45
7 Maj	IK Tun - Skogstorps Golf - KI 19:00
14 Maj	IK Tun - DFK Katrineholm - KI 19:00
2 Juni	IK Tun - Enhörna IF - KI 19:30
16 Juni	IK Tun - IFK Nyköping - KI 19:00

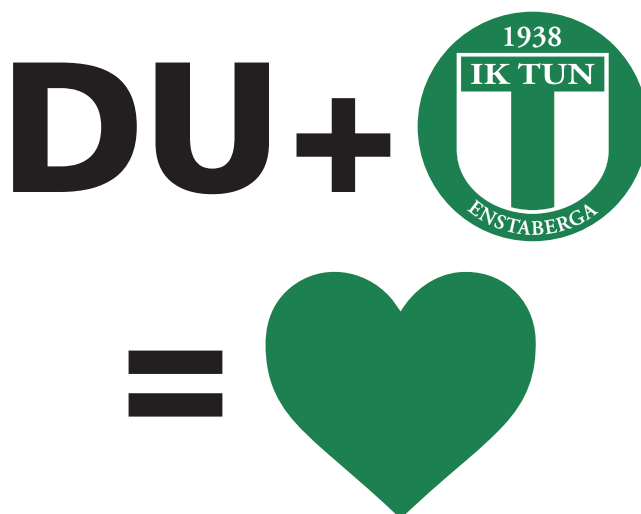
18 Aug	IK Tun - Jäders IF - KI 18:45
31 Aug	IK Tun - Nykvarns SK/Telge United FF - KI 11:00
21 Sep	IK Tun - Södertälje FK - KI 11:00
5 Okt	IK Tun - Hällbybrunns IF - KI 15:00

Reservation för ev. ändringar, för mer info se www.iktun.se

Alla kan göra något - vad skulle du kunna bidra med?

En idrottsklubb som vår skulle inte aldrig fungera utan ideella krafter som stöttar upp och bidrar med sin egen tid och engagemang. Har du möjlighet att hjälpa vår fina förening på något sätt? Skriva frågor till vår tipspromenad, stå i kiosken eller entrén vid våra hemmamatcher, sälja bingospel vid bilbingon, baka kakor till vår fikaförsäljning eller klippa sly runt vårt elljusspår, är bara några exempel på uppgifter som behöver göras. Uppgifterna är många och vi är tacksamma för det som just du kan bidra med.

Kontakta gärna Anders på 070-3719262



Arbetsgrupper

Sportgruppen

Bosse Andersson
ordforande@iktun.se
072-350 93 00

Ungdomssektionen

Anders Johansson
anders@iktun.se
070-371 92 62

Arena/Fastighet

Per Carlsson
carlsson.per.54@gmail.com
076-318 04 33

Arena/Mark

Kjell Hallkvist
kjell.hallkvist@outlook.com
076-309 50 17

Marknadsgruppen

Tomas By
tomas@bufab.nu
070-363 75 90

Arrangemang

Lena Karlsson
lena@enstabergacement.se
070-297 19 70

Kansli

Anders Johansson
anders@iktun.se
070-371 92 62

Börje Thunholm

kansli@iktun.se
070-625 70 25

Fotbollscamp

Välkommen till årets fotbollscamp!

Här har vi fokus på att ha kul och lära oss mera om fotboll.

Var: Enstaberga IP / Råsbäcksplanerna

Vem: Pojkar och flickor 6-12 år (födda 2013-2019). Inga förkunskaper krävs.

När: v 25, måndag till torsdag 16-19 juni kl 10.00-15.00

Kostnad: 600 kr

Vad ingår: lunch, mellanmål, t-shirt och en egen boll

Sista anmälningsdag 31 maj till anders@iktun.se.



Bingolotto



Stöd IK Tun genom att köpa Bingolotterna av oss.

Det finns flera alternativ att välja mellan:

Köp lotten på ÖB

Köp lotten av oss på ÖB. Vi finns på plats:

Fredagar
10.00 - 14.00

Lördagar
10.00 - 14.00

Köp lotten digitalt

Du kan även köpa Bingolotterna digitalt via dator, surfplatta eller mobil. Detta gör du på:

bingolotto.se

Prenumerera på lotter

Det enklaste är att prenumerera på lotter, gå in på: bingolotto.se/pre-numeration och logga in på mina sidor och välj IK Tun.

Automatisk vinstbevakning & vinstpåminnelse! BingoLotto håller koll på när du vinner och påminner dig om det i ditt nästa lottutskick. Allt du behöver göra är att spara dina lotter – då riskerar du aldrig att gå miste om en vinst!

Inne- & Utegym

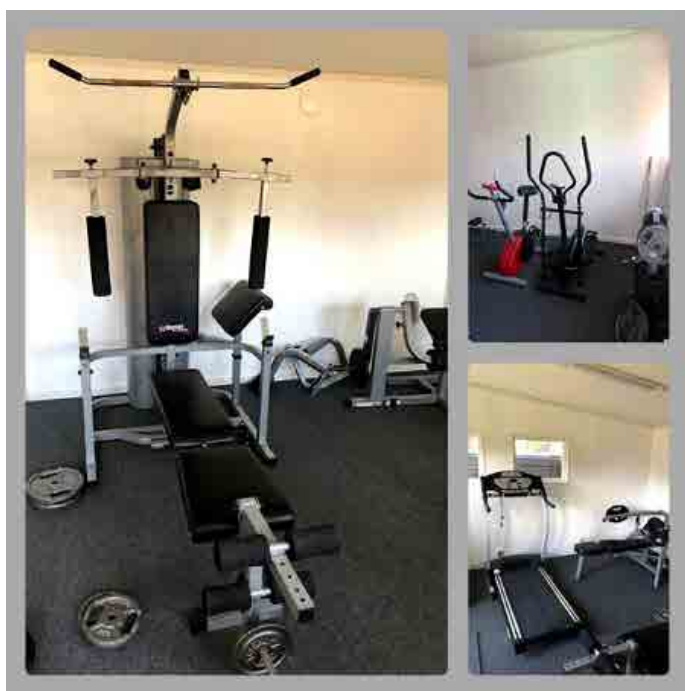
På Enstaberga IP hittar du både ett ute och inne gym. Där finns redskap för hela kroppen. Utomhus finns det sex gymmaskiner varav en med multifunktion. Gymmet har även belysning kvällstid. Gymmet är till för alla, gammal som ung och även med funktionshinder eftersom man kan rulla in en rullstol i maskinerna och sitta o göra övningarna.

Innegymmet har ett litet mindre utbud med maskiner men det räcker ändå för att hålla igång hela kroppen. Alla som är medlemmar i IK TUN tränar gratis.

Viktigt att veta är att ungdomar mellan 12-16 år tränar endast i vuxens sällskap och barn under 12 år får ej träna i gymmet.

Tänk på att vara noga med hygien och sprita av alla maskiner innan och efter ditt pass. Ytdesinfektion och papper finns på plats i gymmet.

Innegymmet har öppet alla dagar mellan 08.00 – 20.00



Elljusspår



Vi har ett elljusspår som utgår från Enstaberga IP som är 4,8 km långt. På vintern vid bra förhållande så finns det även skidspår.

Det finns även ett uppmärkt spår som är 7,5 km dock utan elljus.

Det finns fortfarande möjlighet att köpa stolpar för 1000kr, kontakta kansliet vid intresse.

Tiderna som spåret är belyst är:
05.00-09.00
15.30-21.30.



MINE AB

Schakt & Spårarbeten

070-424 03 01

Låt inte livet vänta!

Vi levererar din trapphiss inom 1-2 veckor

Vi har Tillfört
Tillgänglighet i hela
Sverige sedan 1976.



Nyköping 0155-20 55 00	Stockholm 08-640 65 60	Göteborg 031-701 02 55	Helsingborg 042-157 075	Skövde 0500-471 270
Jönköping 036-100 970	Örebro 019-100 680	Linköping 013-175 970	Borlänge 0243-833 10	Gävle 026-687 090

info@globustt.se | www.globustt.se

Tipspromenad

Under vår och höst anordnas det tips/bingo promenader. Det är 10 tillfällen under respektive årstid. Promenaden man går är 3,5 km lång och har ett mjukt underlag i skogen.

Kluriga frågor med blandat kompot och en lurig skilje fråga kan vara ett mysigt avslut på helgen. Finns även frågor till alla barn med lite lättare barnanpassade frågor som sedan belönas med en godisbit för dom som vill.



Promenaden är öppen att gå mellan 09:00 – 11:30 med försäljning av fika efteråt.

Vår: Söndagar
9 Mars - 11 Maj
Höst: Söndagar
21 Sept - 23 Nov

Loppis

IK Tun välkomnar säljare och besökare till loppis på "Stora Träffen" i höst.

Datum: 22/9 & 24/11.

Detta är en tradition som fortsätter vår och höst. Marknadsföring av denna loppis sker på sociala medier, affischering, mailutskick samt på olika hemsidor för loppisarrangörer.

Om du har frågor eller vill boka ett bord för loppis kontakta Anders på IK TUN.

Mail: anders@iktun.se

Telefon: 070-371 92 62



Bild från IK Tuns storloppis

Söndag 12 oktober 2025

STOR LOPPIS!

**Folkets Park
Träffen, Nyköping**
Klockan 11-14 (fri entré)

Platsbokning (inkl bord 180 x 75 cm):
Mail: anders@iktun.se eller Tel: 070-371 92 62.
Bokningsbekräftelse erhålls efter bokning.

1 bord 200:- | 2 bord 350:- | 3 bord 450:-

Insläpp för säljare från kl 08.00. Betalning sker till IK Tun:
Swish 123 115 8625 eller BG 5392-8446.

Servering finns: Kaffe, fikabröd, korv, dricka mm.

Arrangör: 

Finns att köpa av våra spelare & på kansliet.

IK Tun Matlotteri 2025



**20%
rabatt**
på hela
à la carte-meny
(1 kupong/köp)

Adress: Pringsgatan 28
Tel: 0735-21 63 03
Öppettider: 21 Mars 2025

MAXI
ICA STORMARKNAD

du får
**50:-
rabatt!**

Vår du beställer för
över 500 kr på ICA MAXI
Stormarknad i Nyköping

Gäller alla ICA MAXI, i vilken av de
följande 3 alternativen som du vill
nyköpa och leverera. För begränsad
tillgänglighet i butikar.

Lämnas i kassan!
PLU 2050

Öppettider: 21 Mars 2025

**TEAM
SPORTIA**
SPORT • JACHT • TRIKES
NYKÖPING 2025-26 SE 28
VEKOR ÅRSTREKOR & SÄ

100:-
rabatt vid köp
för över 500:-

Gäller ej på presentkort
eller annandagss
för kupong/köp.

Öppettider: 21 Mars 2025

LOTTNR: 1099

**IK Tun:s
Matlotteri
våren 2025**

I samarbete med

MAXI
NYKÖPING
ICA STORMARKNAD

Lott nr: 1099

WINSTERN!
FÖR
100.000:-

Vinstplan IK Tun:s Matlotteri 2025

Presentkort på ICA MAXI Stormarknad i Nyköping (gälla 3) i butikar.

Antal vinstar	Pris	Antal
1	1:a pris	20.000:-
1	2:a pris	15.000:-
1	3:e pris	10.000:-
3	4-6 pris	4.000:-
5	7-11 pris	2.000:-
10	12-21 pris	750:-
31	22-52 pris	500:-

**VINN
PRESENTKORT
på ICA MAXI
i Nyköping!**

2.000 vinstar - totalt 52 vinstar 52 st totalt vinstsumma 100.500 kr. Dragnings 16.000 fröndag den
17 April 2025 mellan ICA MAXI i Nyköping för alla lotter som köps till vardags i butikerna.

Lotteriet avslutas: Åter Örebro tel 079-027 44 66. Lotteriet avslutas: Åter Örebro mellan
17-17:00. Tillstånd: 2025-26 SE 28 Vekor Årströkor & SÄ 28 Mars 2025

Dragningsplats: Pringsgatan 28, Nyköping. www.olymp.se/lotteriet. Vinstutbetalning: IK Tun, Pringsgatan 28
2025-26 SE 28 Vekor Årströkor & SÄ 28 Mars 2025



**TEAM
SPORTIA**
SPORT • JACHT • TRIKES
NYKÖPING 2025-26 SE 28
VEKOR ÅRSTREKOR & SÄ

100:-
rabatt vid köp
för över 500:-

Gäller ej på presentkort
eller annandagss
för kupong/köp.

Öppettider: 21 Mars 2025

MAXI
ICA STORMARKNAD

du får
**50:-
rabatt!**

Vår du beställer för
över 500 kr på ICA MAXI
Stormarknad i Nyköping

Gäller alla ICA MAXI, i vilken av de
följande 3 alternativen som du vill
nyköpa och leverera. För begränsad
tillgänglighet i butikar.

Lämnas i kassan!
PLU 2050

Öppettider: 21 Mars 2025

OLIVER TWIST
ENGLISH PUB

**20%
rabatt**
på hela
à la carte-meny
(1 kupong/köp)

Adress: Pringsgatan 28
Tel: 0735-21 63 03
Öppettider: 21 Mars 2025

I samarbete med **MAXI** NYKÖPING ICA STORMARKNAD

