

2022-01-01 - 2022-12-31

Verksamhetsberättelse



Verksamhetsberättelse för år 2022

På grund av Covid19 så startade vår verksamhet vecka 7 istället för vecka 3 med full styrka, handsprit, max antal deltagare i spinningslokalen och avstånd så klart.

Långshyttans Gymnastikförening har under 2022 haft årsmöte för verksamhetsåret 2021 + styrelse/ledarmöten samt div. telefon-, sms-, smsgrupp & mailkontakter styrelsen/ledare emellan.

Styrelsen

Styrelsens sammansättning under 2022 har varit enligt nedan:

Ordförande:	Nina Bartholdson
Vice ordförande:	Ari Orjala
Kassör:	Erika Mäg
Sekreterare:	Maria Karlsson
Vice sekreterare:	Charlotte Klaxman
Ledamöter:	Lina Morelius
	Kristina Graf
Suppleanter:	Annette Östman
	Karin Kurvinen
Revisorer:	Pia Eriksson
	Carina Berglund
Valberedning:	Berit Jansson (sammansällande) och
	Irène Hellberg Lindqvist

Ekonomi

Vi återgick i år till vår normala träningsavgift och medlemsavgift. Under vårterminen så hade vi inte "terminskort" för spinningen. Vi sökte och fick 5000kr i bidrag från "Vindbonus" (SR Energy) till ny beachflagga och träningslinnen till våra ledare med vår nya logga.

Försäljning under året

Föreningen har dragit in pengar genom att sälja NewBody under våren och hösten samt Ullmax under hösten. Vi var också med på julmarknaden vid Bengtsgården 27/11 och sålde hembak, bingolotos julkalender samt hade ett lotteri med vinster för barn. Nästa år får vi baka mer med safran och pepparkakssmak för det efterfrågades.

Medlemmar

Medlemsantalet under 2022 var enligt följande:

Termin	Flickor/Kvinnor	Pojkar/Män	Totalt
VT 2022	46	18	64
HT 2022	64	30	94

Våra grupper

Under våren hade vi följande grupper:

Dag	Tid	Plats	Grupp	Ledare
Måndagar	18:30 – 19:30	B-hallen	Lätt-medel gympa	Barbro
	18:30 – 19:30	Utomhus	Skogslufs	Erika
Tisdagar	18:00 – 19:00	Spinningslokalen	Spinning 45 min	Berit J
Onsdagar	18:15 – 19:00	Spinningslokalen	Spinning 45 min	Lotta/Marie
	19:15 – 20:30	Spinningslokalen	Yin yoga start v.10	Lotta
Torsdagar	18:00 – 19:00	B-hallen	Mix-pass	Nina & Maria
Söndagar	15:00 – 16:00	A-hallen	Spring & Bus	Jonna & Maggan
Söndagar	17:00 – 18:15	Spinningslokalen/LAK	Cirkelgym	Frida
	18:30 – 19:30	Spinningslokalen	Spinning 60 min	Ari

Under hösten hade vi dessa grupper:

Dag	Tid	Plats	Grupp	Ledare
Måndagar	17:30 – 18:30	B-hall	Gympa utan hopp	Barbro
	18:30 – 19:30	Spinningslokalen	Spinning	Erika
Tisdagar	17:30 – 18:30	Utomhus	Löpning start v33	Lina
	18:00 – 19:00	Spinningslokalen	Spinning	Berit
Onsdagar	17:30 – 18:30	B-hall	Stationsträning	Hans & Maria
	17:45 – 18:30	Spinningslokalen	Spinning m styrka	Lotta/Marie
	19:00 – 20:15	B-hall	Yin Yoga	Lotta
Torsdagar	18:30 – 19:30	Spinningslokalen	Spinning	Ari
Fredagar	17:00 – 18:00	Utomhus	Skogslufs	Erika
Söndagar	10:00 – 11:00	A-hall	Spring & Bus 0-6 år	Jonna & Maggan
	17:00 – 18:15	Spinningslokalen/LAK	Cirkelgym	Frida
	18:30 – 19:15	Spinningslokalen	Spinning, nybörjare	Ari

Yoga, cirkelgym och spinningpass har bokats via vår internetbokning <http://boka-pass.se/langshyttansgt>. Under hösten körde vi 2 dansmix-pass med Erica Thunström.

Händelser under året

Årsmötet

Årsmötet gick av stapeln fredag den 29 april. Med sedvanliga korta förhandlingar, god mat och roliga lekar. 😊

Järvsö

Redan till Järvsö blev antingen av!! 😊 Som vi längtat! Ledare och styrelsemedlemmar åkte iväg lördag den 14 maj och kom åter dagen efter med mer energi och engagemang för föreningens framtid! Stor del av tiden gick åt till att kartlägga verksamheten efter pandemin och ta fram idéer för hur vi ska jobba vidare för att vår fina förening ska kunna leva vidare. Focus var – Hur lockar vi tillbaka våra medlemmar efter pandemin, hur får vi nya och hur vi klarar utmaningen att konkurrera med bl.a nätbaserad träning. Under vårt möte i Järvsö så kom det även fram att vår logga inte riktigt representerar den verksamhet som vår förening bedriver idag – ett förslag på en ny logga kom under sommaren och från höstterminen har den nya loggan använts överallt.

Familjedag på cykel

Söndag den 4 september kl. 10-12 så arrangerade vi familjedag på cykel, tyvärr så var det också andra event som hände denna dag så endast några få cyklister tog sig tid att cykla i det vackra vädret och äta en god korv m bröd efteråt. Vi hade dagen till ära också gjort en liten cykelbana på skolgården som uppskattades. 😊

Aktivitet vid Ica Mathyttan

Vi stod utanför Ica med information om vår förening och en gissningstävling, hur många pärlor är det i flaskan och närmast blev Lars-Erik Söderberg som vann en dubbeltriss.

Höstens utmaning

Under hösten fick våra deltagare utmaningen att få ihop 10 pass mellan v 40 & 48 med möjligheten att vinna lite fina priser. Man kunde lämna in flera talonger.

Vindbonus

Vi ansökte om bidrag och fick 5000kr från "Vindbonus" (SR Energy) till ny beachflagga och nya träningslinnen till våra ledare med den nya loggan. Tina och Nina närvarade vid middagen på Långshyttans Brukshotell och fick ta emot ett diplom samt berätta om vad vi ska använda pengarna till.

Mörkerspår

Lördag den 12 november kl. 16:45 arrangerade Jonna och Maggan mörkerspår med oss andra som hantlangare. Flertalet barn med föräldrar kom med nyfikna blickar för att ge sig ut i höstmörkret med ficklampor för att ta sig runt banan med hjälp av de uppsatta reflexerna.

Mustaschkampen 2022

Lördag den 12 november kl. 9 -12 hade vi en spinningmara till förmån för Prostatacancerförbundet. Vi fick in: 1900kr

Uppväkning
Annette Östman och Berit Jansson fyllde 70 år under hösten och uppvaktades med blommor och sång när vi hade styrelse och ledarmöte den 12 november.

Julavslutning
Spring & Bus hade sin avslutning och våra vuxengrupper i sporthallen hade enskilda avslutningar med varm glögg och pepparkakor.

LGF på nätet
Vår hemsida, facebook-sida och instagramkonto har uppdaterats fortlöpande under året med bilder och information från vår verksamhet.

I årets julkalender så fick alla ledare och styrelsemedlemmar presentera sig och svara på 3 frågor: vilken roll du har i föreningen samt vad du tycker är det bästa med julen och vilken träning/rörelse/aktivitet som är din favorit.

Hemsida: <http://www.laget.se/langshyttansgf>

E-mail: langshyttansgf@hotmail.com

Facebook: www.facebook.com/langshyttansgf

Instagram: www.instagram.com/langshyttansgf

Youtube-kanal: https://www.youtube.com/channel/UCv1D48Fq4od4_N2G9x7DRQQ

Övrigt

Under våren hade vi ett fysiskt möte med Hedemora kommun gällande tider i Långshyttans Sporthall hösten 2022 och våren 2023.

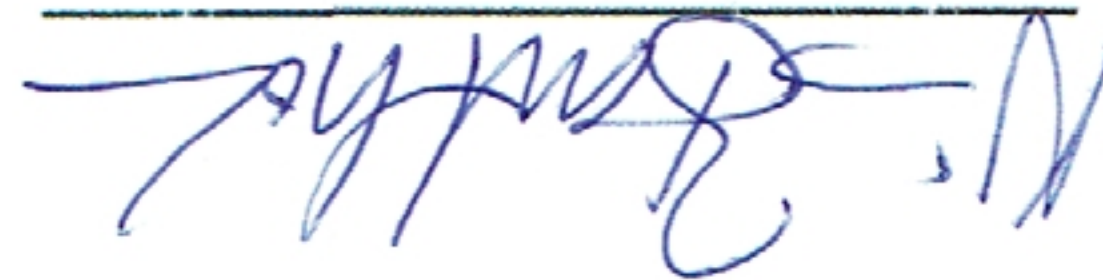
Vi hade under hösten den sedvanliga Dialogmodellen online med Hedemora kommun. Där vi berättade om nutid och framtid. Maria Karlsson och Erika Måg deltog.

Vi nominerade vår Charlotte Klaxman till att bli årets ledare till Hedemora kommun, men tyvärr så valdes en annan person. Vi får skicka in en nominering nästa år igen. Spinningslokalen och vårt förråd i sporthallen städades innan höstterminen drog igång igen. De mattor som vi införskaffade före jul 2021 har använts och har uppskattats bland våra deltagare.

Avslutning
Styrelsen vill tacka alla ledare och medlemmar för året som gott och hoppas att vi ses nästa år igen! ☺

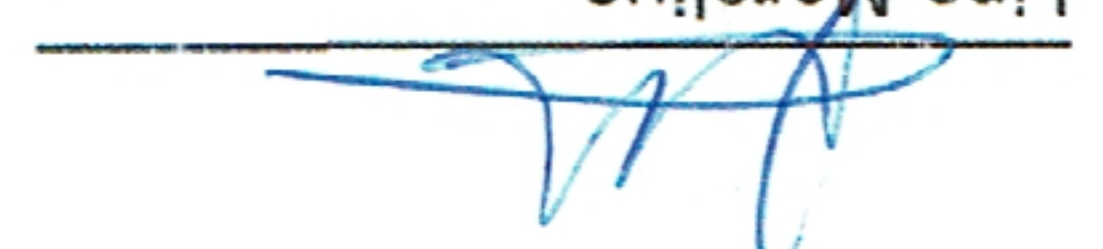
Många varma kramar från oss. ♥

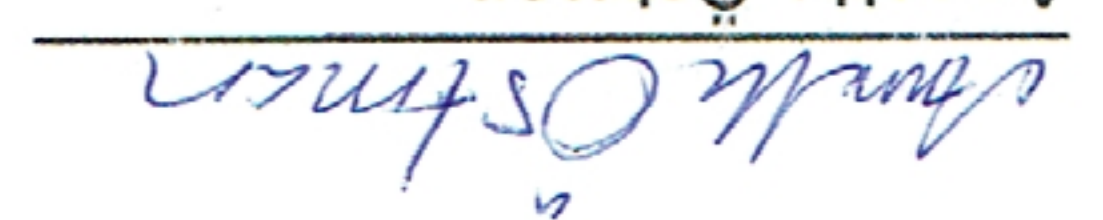
Långshyttan den 29 januari 2023


Nina Bartholdson
Ordförande

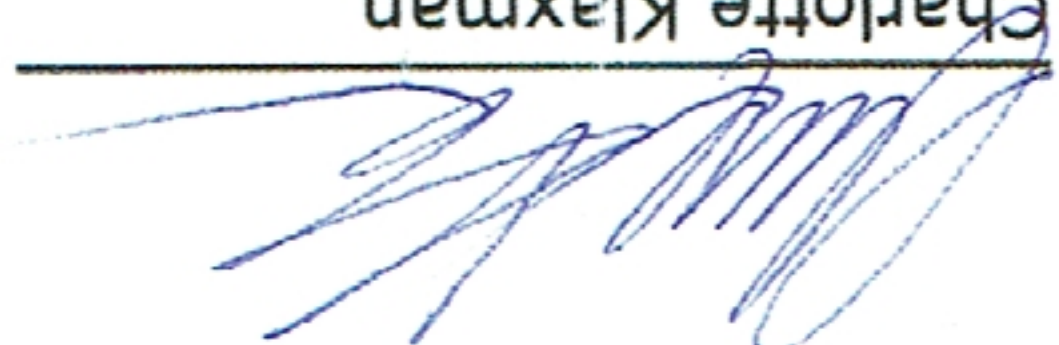

Maria Karlsson
Sekreterare

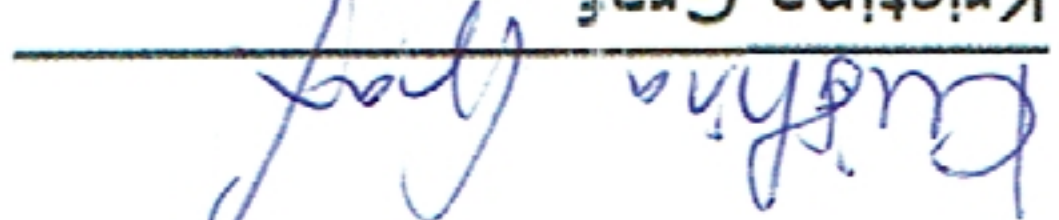

Ari Orjala
Vice ordförande

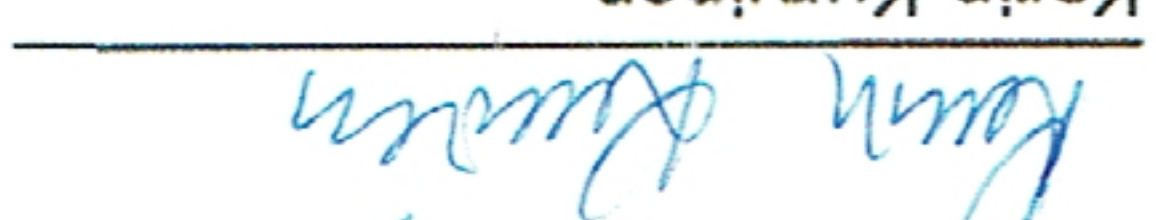

Lina Morelius
Ledamot


Annette Östman
Suppleant

Erika Måg
Kassör


Charlotte Klaxman
Ledamot


Kristina Graf
Ledamot


Karin Kurvinen
Suppleant