



# Verksamhetsberättelse Palmstadens IK

Verksamhetsår 2025/2026

## Inledning

Palmstadens IK är en ideell innebandyförening i Trelleborg med verksamhet för barn, ungdomar och vuxna. Föreningen verkar utifrån värdegrunden glädje, gemenskap och respekt och har som mål att erbjuda en trygg, inkluderande och utvecklande idrottsmiljö för alla.

Under verksamhetsåret har föreningen fortsatt att utvecklas som en stabil och växande organisation med ett starkt ideellt engagemang som grund. Genom ledare, styrelse och föräldrar skapas förutsättningar för en verksamhet som sträcker sig från de yngsta i Boll & Lek till seniorverksamhet och inkluderande aktiviteter för både personer med funktionsnedsättning och äldre.

## Året i korthet

Verksamhetsåret har präglats av en hög aktivitetsnivå och ett fortsatt stort intresse för innebandy i föreningen. Antalet medlemmar har varit stabilt och verksamheten har bedrivits med en stark ledarorganisation som möjliggjort ett brett utbud av träningar, matcher och aktiviteter.

Parallellt med den dagliga verksamheten har ett omfattande utvecklingsarbete påbörjats med att strukturera och uppdatera föreningens styrdokument. Arbetet syftar till att skapa en tydligare och mer långsiktig grund för föreningens verksamhet och genomförs delvis med stöd från RF-SISU Skåne.

## Året i siffror

Under verksamhetsåret har Palmstadens IK haft omkring 430–450 medlemmar. Verksamheten har burits upp av ett 70-tal ledare samt en styrelse bestående av åtta personer, tillsammans med ett stort antal engagerade föräldrar.

Den mest tillförlitliga bilden av verksamhetens omfattning återfinns i den närvaroregistrering som ligger till grund för statligt LOK-stöd och kommunalt

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)

**PALMSTADEN**



**INNEBANDY**

aktivitetsstöd. Under höstterminen 2025 genomfördes 454 aktiviteter som genererade 6 475 deltagartillfällen och 1 836 ledartillfällen. En stor andel av aktiviteterna genomfördes med extra ledarstöd, vilket speglar en verksamhet med god kvalitet och hög närvaro. Detta understryker den omfattning och kontinuitet som präglar föreningens barn- och ungdomsverksamhet.

Denna statistik avser främst barn- och ungdomsverksamheten samt delar av Funkisverksamheten och utgör därmed endast en del av föreningens totala verksamhet. Seniorverksamheten samt Goldies 60+ ingår inte i denna redovisning, då dessa inte är bidragsgrundande inom ramen för LOK-stöd och kommunalt aktivitetsstöd.

Baserat på den bidragsgrundande verksamheten har föreningen erhållit cirka 49 500 kronor i statligt LOK-stöd samt cirka 45 190 kronor i kommunalt aktivitetsstöd. Sammantaget visar detta på en omfattande och väl fungerande verksamhet med god organisatorisk kapacitet.

## Verksamheten

### **Barn- och ungdomsverksamhet**

Barn- och ungdomsverksamheten utgör kärnan i Palmstadens IK. Under året har verksamheten präglats av hög träningsnärvaro, stort engagemang och en tydlig progression i spelarnas utveckling. Lag i olika åldrar har deltagit i seriespel och cuper, där fokus legat på både utveckling och glädje.

Föreningen arbetar långsiktigt med målsättningen att skapa en miljö där så många som möjligt deltar så länge som möjligt. Detta genomsyrar både träningar och matchverksamhet, där trivsel och gemenskap är lika viktiga som sportsliga resultat.

### **Seniorverksamhet**

Seniorverksamheten har under året haft en stabil struktur och utgör en viktig del av föreningen, både sportsligt och som förebild för yngre spelare.

Herrlaget i division 2 genomförde en stark säsong och nådde kvalspel till division 1 efter en tredjeplats i serien. Laget har präglats av hög träningsnärvaro, god lagkänsla och en väl fungerande mix av rutinerade spelare och yngre förmågor.

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)



Damlaget i division 2 har genomfört en utvecklande säsong och slutade på en fjärdeplats i serien. Laget var nära att nå kvalspel till division 1 och har under året visat en tydlig progression i både spel och resultat.

Parallellt har arbetet med att utveckla bredden i seniorverksamheten fortsatt, där ett lag i lägre division är under uppstart med träning som inleddes under våren 2026.

### **Inkluderande verksamhet**

Palmstadens IK bedriver även verksamheter som breddar föreningens roll i samhället och skapar möjligheter för fler att delta i idrott och gemenskap.

Funkisverksamheten har under året samlat omkring 18 deltagare och deltagit i Parasport Skånes serie. Verksamheten erbjuder en anpassad miljö där rörelseglädje, trygghet och gemenskap står i centrum.

Goldies 60+ har fortsatt att växa och omfattar idag omkring 95–100 deltagare. Verksamheten erbjuder ett brett utbud av aktiviteter, där innebandy kombineras med andra former av motion och social samvaro. Goldies har blivit en viktig mötesplats som bidrar till ökad livskvalitet och gemenskap.

## **Lag för lag**

### **Herrar H2 (Division 2)**

Herrlaget har haft en framgångsrik säsong där laget slutade på tredje plats i serien och kvalificerade sig för kvalspel till division 1. Säsongen har kännetecknats av hög träningsnärvaro och en stark lagkänsla, där en stabil trupp med både rutinerade spelare och yngre förmågor tillsammans bidragit till lagets utveckling och prestationer under året.

### **Herrar H5 (Division 5)**

Verksamheten i denna del av seniorverksamheten är under uppstart. Laget bedrevs tidigare som H4 och har under året haft träningsverksamhet med målsättning att etablera sig i seriespel kommande säsong.

**PALMSTADEN**



**INNEBANDY**

Under våren har träning och förberedelser inför seriestart hösten 2026 inletts, där fokus ligger på att bygga upp en stabil trupp och skapa förutsättningar för en hållbar verksamhet över tid.

### **Damer D2 (Division 2)**

Damlaget har genomfört en utvecklande säsong som avslutades med en fjärdeplats i serien. Resultatmässigt innebar detta en förbättring jämfört med föregående år, där laget var nära att nå kvalspel till division 1 och slutade tre poäng ifrån med en målskillnad som endast skilde med tio mål.

Säsongen har präglats av många jämna matcher och en positiv utveckling i spelet. Laget har även mött motstånd från högre divisioner, vilket bidragit till erfarenhet och utveckling. En av säsongens höjdpunkter var matchen mot SSL-laget, som lockade en publik på 356 personer i Höllviken.

Inför kommande säsong ser laget fram emot att bygga vidare på utvecklingen och fortsätta stärka både prestation och resultat.

### **Pojkar 11–13**

Laget består av pojkar födda 2011–2013 och har under säsongen bedrivit verksamhet med fokus på utveckling, gemenskap och långsiktigt föreningsengagemang. Träning har genomförts tre gånger i veckan, där delar av säsongen har inkluderat fyspass och uppvärmning utomhus som ett komplement till innebandyträningen.

Under året har laget deltagit i cuper i Danmark, där föreningen ställde upp med två lag i två olika klasser, vilket möjliggjorde varierad matchning. Utöver detta deltog laget även i Skånemästerskapen.

Träningsnärvaron har varierat under säsongen, vilket stundtals påverkat kontinuiteten i tränings- och matchverksamheten. Trots detta har laget fortsatt att arbeta med att skapa en trygg miljö där spelarna ges möjlighet att utvecklas utifrån sina individuella förutsättningar.

Säsongen avslutas med en lagaktivitet i Småland med övernattnig, där fokus ligger på gemenskap och sammanhållning som en gemensam avslutning på året.

### **Pojkar 14–15**

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)

**PALMSTADEN**



**INNEBANDY**

Laget har under säsongen bestått av cirka 30 spelare och en ledarstab om sex personer, där varje ledare haft tydliga ansvarsområden. Verksamheten har präglats av ett stort engagemang och en tydlig utveckling, både individuellt och som grupp, i takt med att tempot och kraven i spelet ökat.

Säsongen inleddes med deltagande i Rungsted Cup i Danmark, en turnering på tävlande nivå där laget fick värdefulla erfarenheter och en ökad förståelse för spelets krav. Under året har laget deltagit i seriespel med ett lag i Blå A och två lag i Blå C, vilket gett goda förutsättningar för både utmaning och utveckling.

Spelarna har under säsongen tagit tydliga kliv i sitt taktiska tänkande, sin fysik och sin förmåga att hantera matchsituationer. Gruppen visar en växande förståelse för spelets helhet samt en stark lagkänsla där spelarna stöttar varandra i både med- och motgång.

### **Pojkar 16–17**

Laget har under säsongen bestått av 25 spelare, fördelade mellan åldersgrupperna 2016 och 2017, samt en ledarstab om sex personer. Under året har spelartruppen förändrats något, där ett antal spelare har slutat samtidigt som nya tillkommit, vilket sammantaget innebär att laget är något mindre än föregående säsong.

Verksamheten har bedrivits med två träningstillfällen per vecka i Liljeskolan.

Träningarna har haft en tydlig struktur med uppvärmning, övningar och matchspel, där en av träningarna ofta inletts med uppvärmning utomhus.

Laget har deltagit i sammandrag på både Grön nivå A och B samt Blå nivå C. Säsongens höjdpunkt var deltagandet i Warbergsspelet, vilket var lagets första cup med övernattning och en viktig upplevelse för både spelare och ledare.

### **Pojkar 18–19**

Laget har under säsongen haft en trupp på cirka 30 spelare och en stabil ledargrupp. Träningarna har haft ett lekfullt upplägg med fokus på motorik, grundläggande teknik och introduktion till matchspel, vilket skapat goda förutsättningar för spelarnas utveckling. Laget har deltagit i sammandrag och visat en tydlig progression både individuellt och som grupp. Säsongen har kännetecknats av hög glädje, god laganda och ett växande intresse för sporten.

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)



### **Flickor 11–13**

Laget har bestått av drygt 30 spelare och haft en stor och engagerad ledarstab. Säsongen inleddes med ett träningsläger och har därefter kännetecknats av hög träningsnärvard och ett stort engagemang från både spelare och ledare. Laget har deltagit i seriespel med två lag samt i flera cuper. Utvecklingen har varit tydlig både individuellt och kollektivt, där verksamheten haft ett genomgående fokus på långsiktig utveckling, trivsel och gemenskap.

### **Flickor 14–16**

Laget har under säsongen bestått av 27 spelare och en ledarstab om nio personer med olika roller och ansvarsområden. Verksamheten har präglats av en stark lagkänsla, stort engagemang och en positiv utveckling, där spelarna visar respekt, glädje och ett tydligt intresse för innebandy.

Säsongen inleddes med en övernattnings i Liljehallen med fokus på gemenskap och teambuilding, vilket bidrog till att stärka sammanhållningen i gruppen inför det fortsatta arbetet.

Under året har laget deltagit i seriespel och visat en tydlig utveckling i teknik, spelförståelse och självförtroende. Tempot i spelet har ökat och laget börjar hitta en spelstil som bygger på fart, trygghet och samarbete. En av säsongens höjdpunkter var deltagandet i Varberg Cup, där laget mötte nya motståndare och ställdes inför högre krav, vilket hanterades på ett mycket bra sätt.

Inför kommande säsong riktas fokus mot fortsatt utveckling, där delar av gruppen tar steg mot röd nivå samtidigt som verksamheten på blå nivå fortsätter för att säkerställa att alla spelare ges möjlighet att utvecklas utifrån sina individuella förutsättningar.

### **Flickor 17–19**

Laget inledde säsongen med en mindre trupp men har under året vuxit till omkring 27 spelare, med en kontinuerlig tillströmning av nya deltagare. Ledarstaben har samtidigt utökats, vilket har möjliggjort en hög kvalitet i träningarna. Verksamheten har haft fokus på grundläggande teknik, spelförståelse och rörelseglädje, och laget har deltagit i både seriespel och cuper. Under säsongen har en tydlig utveckling kunnat ses, både i spelet och i spelarnas självständighet.

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)



## **Boll & Lek**

Under säsongen har föreningen bedrivit Boll & Lek-verksamhet för barn födda 2020–2022 i Liljehallen. Verksamheten har varit uppskattad och erbjudit en trygg och lekfull miljö för barnens första möte med föreningsidrotten.

Ledarstaben har bestått av sju ledare, varav tre unga ledare från barn- och fritidsprogrammet på Söderslättsgymnasiet samt fyra ordinarie ledare. Därtill har spelare från föreningens ungdomslag vid flera tillfällen deltagit och bidragit till verksamheten, vilket skapat en god gemenskap och fungerat som inspiration för de yngsta.

Fokus under säsongen har legat på lek, rörelse och gemenskap, med målet att skapa en trygg grund och en positiv ingång till föreningslivet. Boll & Lek utgör därmed en viktig del av föreningens barnverksamhet och ett naturligt första steg mot fortsatt idrottande inom innebandy.

## **Inkluderande verksamhet**

### **Funkis**

Föreningens Funkisverksamhet är en etablerad del av Palmstadens IK:s verksamhet och erbjuder innebandy i en anpassad och trygg miljö. Verksamheten präglas av ett stabilt deltagande, hög närvaro och ett stort engagemang, med återkommande träningar och matchspel under säsongen.

Under säsongen har laget deltagit i Parasport Skånes seriespel och nått mycket goda resultat. Laget har vunnit sin serie och kommer därmed att spela i en högre division kommande säsong, vilket är ett tydligt kvitto på den utveckling och kontinuitet som finns i verksamheten. En av spelarna i laget vann även skytteligan i serien, vilket ytterligare understryker lagets prestationer under året. Säsongen avslutas med en gemensam bussresa i samband med den sista spelsammanskomsten i Åstorp, vilket utgör en uppskattad avslutning för gruppen.

Funkisverksamheten kännetecknas av en inkluderande miljö där verksamheten anpassas efter deltagarnas individuella förutsättningar och behov. En central del är att skapa trygghet, gemenskap och delaktighet, där både idrottslig aktivitet och social samvaro bidrar till en positiv helhetsupplevelse.

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)



## Goldies 60+

Goldies 60+ är en växande verksamhet inom föreningen som riktar sig till personer från 60 år och uppåt. Under perioden har verksamheten samlat omkring 95–100 aktiva deltagare och bedrivits kontinuerligt över året, med ett brett deltagande och ett stort engagemang.

Verksamheten har omfattat ett varierat utbud av aktiviteter där innebandyn fortsatt utgör en central del, bland annat genom gånnebandy som möjliggör deltagande utifrån individuella förutsättningar. Därutöver har aktiviteter såsom padel, pingis, promenader och andra träningsformer genomförts regelbundet, kompletterat med sociala inslag som studiebesök, gemensamma aktiviteter och genomförd HLR-utbildning.

Goldies kännetecknas av låg tröskel till deltagande och en verksamhet som anpassas efter deltagarnas förutsättningar och intressen. En central del av verksamheten är att skapa gemenskap och bidra till att bryta ofrivillig ensamhet, vilket gör att deltagarnas upplevelse och sammanhållning blir lika viktig som själva aktiviteterna. Planeringen sker i dialog med deltagarna, vilket bidrar till en flexibel och inkluderande struktur.

## Ideellt engagemang

Palmstadens IK bygger i hög grad på ideella krafter. Ledare, styrelse och föräldrar möjliggör tillsammans föreningens verksamhet genom att bidra till träningar, matcher, administration och arrangemang. Det ideella engagemanget är en avgörande förutsättning för föreningens kvalitet och fortsatta utveckling.

## Ekonomisk översikt

Föreningen har under året haft en stabil ekonomi med intäkter från medlemsavgifter, bidrag, sponsring och försäljning. Kostnaderna avser främst hallhyror, material, domaravgifter och övriga verksamhetskostnader. Den ekonomiska situationen bedöms som god och ger förutsättningar för fortsatt utveckling.

## Mål och framtid

Föreningen har som målsättning att fortsätta utveckla verksamheten på både kort och lång sikt. På kort sikt handlar det om att stärka återväxten i ungdomslagen, utveckla

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)



kopplingen mellan ungdoms- och seniorverksamhet samt vidareutveckla ledarutbildning och organisation.

På längre sikt är målet att etablera seniorverksamheten på en stabil nivå, utveckla damverksamheten och fortsätta stärka de inkluderande verksamheterna. Arbetet med att utveckla föreningens struktur och styrning kommer även fortsatt vara en viktig del i att skapa en hållbar organisation.

## Sammanfattning

Verksamhetsåret visar att Palmstadens IK är en stabil och välorganiserad förening med en bred verksamhet och stark förankring i Trelleborg. Föreningen kombinerar sportslig utveckling med social gemenskap och inkluderande initiativ, vilket skapar en verksamhet med både djup och bredd.

Föreningen står väl rustad inför kommande verksamhetsår och har goda förutsättningar att fortsätta utvecklas, både sportsligt, organisatoriskt och socialt, i linje med föreningens långsiktiga mål.

Palmstadens IK

Klörupsvägen 48, 231 56 Trelleborg

Org.nr 802 431-3366 | [kansli@palmstadenik.se](mailto:kansli@palmstadenik.se)

[www.laget.se/palmstadensik](http://www.laget.se/palmstadensik)