



Hovsta IF
Verksamhetsberättelse
2022



Administrativa uppgifter

Postadress: Hovsta Idrottsförening
Lundhagsvägen 5, Klubbstugan
703 76 Örebro
Hemsida: www.hovstaif.se
E-post: info@hovstaif.se
Organisationsnummer: 875001-1267
Postgiro: Pg 515-2848
Bank: Swedbank
Kansliets öppettider: öppnas vid behov

Föreningsstyrelsen

Ordförande: Åke Kihlberg
Vice ordförande: Therese Pettersson
Kassör: Therese Pettersson
Sekreterare: Jennie Nylund
Styrelseledamöter: Herman Pettersson
Janne Frantz
Ulrika Björk
Johan Rehnberg

Suppleant: Simon Ekdahl

Adjungerade: Mikael Alex
Danny Castillo
Joachim Gunhammar

Revisor: Johan Svedberg
Revisorssuppleanter: Niklas Eklund
Peter Nylund

Valberedning

Fotbollssektionen: Jennie Nylund
Innebandysektionen: Susanne Pettersson
Gymnastiksektionen: Elisabeth Jangenby

Fotbollssektionen

Ordförande: Daniel Bodin
Kassör: Lisa Nyqvist

Gymnastiksektionen

Ordförande: Mikael Bredberg
Kassör: Maria Kihlberg

Innebandysektionen

Ordförande: Thomine Makkonen
Kassör: Malin Saverman

Motionskommittén

Michael Alex, Magnus Eklund, Mats Pettersson och Mattias Edström

Medlemsavgifter

Junior 3 - 20 år:	250kr
Senior 21 år och äldre:	370kr
Ledare/styrelsemedlem:	150kr
Fredagsklubben:	150kr
Söndagsinnebandyn/Vuxenträning:	150kr
Stödmedlem:	100kr



Förbund som Hovsta IF är ansluten till

Sveriges Riksidrottsförbund Sveriges Fotbollsförbund, Sveriges Innebandyförbund.

Föreningens färger

Orange och grönt.

Medlemmar

Föreningen hade 682 medlemmar december 2022 (2021: 743).

Aktiviteter

Under verksamhetsåret genomförde föreningens sektioner följande med ungdomar 7-25 år:

- 1 564 sammankomster (2021: 1 514)
- 18 020 deltagartillfällen (2021: 15 593)
- 3 853 ledartillfällen (2021: 3 565)

Dessutom tillkommer seniorverksamheter inom fotboll och innebandy, fotbollskul, fotbollsskola, vuxenträning samt gymnastik <7 år vilka av olika anledningar inte redovisas.

Föreningsstyrelsens verksamhet

Föreningsstyrelsen har hållit nio möten under 2022. Viktiga ärenden under året har bl a varit uppstart av Fredagsklubbens verksamhet, nya matchkläder samt tröjor till barn gymnastiken från Adidas, avtal med Loomis för att kunna banka kontanter, revidering av medlemsavgifter och vi har påbörjat uppstart av Microsoft 365 med Microsoft Teams istället för Dropbox-lösning,

Verksamheten normaliserades efter att ha påverkats av pandemin året innan.

Staketet runt A-planen har bytts.

Fotbollsskolan hölls i slutet av sommaren.

Hovstajoggen i september lockade många deltagare och åskådare.

Föreningsstyrelsen ambition att öka samverkan med sektionsstyrelserna har fortsatt via styrelsefest i oktober. Fredagsklubben tog då hem det prestigefyllda vandringspriset i tävlingen Styrelsekampen.

Utmärkelser

Hovsta IFs Hederspris. Vars insatser betytt mycket för Hovsta IFs utveckling och fortlevande tilldelades:

Åsa Oskarsson Särnholm

Motivering:

Under många år har Åsa varit aktiv i Hovsta IF. Åsa var med och starta upp grunden till dagens populära fotbollsskola och med sina många år i föreningsstyrelsen har hon sett till att medlemmarna har kommit in i registret och alltid ställt upp när det behövdes. Numera är Åsa en del av ledarstaben i P04, ett nygammalt lag som så klar Åsa är med och ställer upp för. Med denna lilla del av allt Åsa har gjort för Hovsta IF hittills vill föreningsstyrelsen tilldela Åsa 2022 års hederspris.

Åke Zanders Minnesfond. Till den inom Hovsta IF som under året gjort särskilt god insats för ungdomsverksamheten:

Björn Andersson

Motivering:

Med sitt engagemang och vilja att ha en fungerande anläggning för alla våra aktiva, ser Björn till att planerna är i toppskick, maskinerna fungerar och målen är hela. När något strular eller går sönder är Björn där och ser till att det lagas, målas och får det att fungera igen, om inte själv så ser han till att det blir gjort. Inga problem är för små eller stora, och inställningen är alltid lösningsfokuserad. Med det ledarskapet tilldelar föreningsstyrelsen därför Björn årets ledarpris.



Ekonomi 2022

För utförlig rapport se *Årsredovisningen*.

Resultatet blev - 540 730kr. Att det blev ett så stort minusresultat beror huvudsakligen på vår satsning att byta matchkläder samt att ledarkläder blev dyrare än beräknat. Vi hade även inköp av möbler till klubbstugan. Detta var satsningar som styrelsen medvetet valde utifrån att vi i grunden har en god ekonomi och att vi bedömde att kostnaderna var väl motiverade. I slutet av året krediterades gamla skulder för medlems- och sektionsavgifter där vi bedömt att det inte varit rimligt att försöka kräva in flera år gamla skulder. Krediteringen försämrade resultatet ytterligare med 78 501kr.

Summa eget kapital och skulder: 1 783 568kr.

/Föreningsstyrelsen i Hovsta IF

Verksamhetsplan för 2023

Under 2023 planerar Föreningsstyrelsen att:

- Slutföra möblering och inredning av Klubbstugan
- Få till ett skärmtak för avfallskärnen vid Klubbstugan. Det måste vara placerat med avstånd från byggnaden och vi vill få till bättre märkning av vilket avfall som ska vara i vilken tunna.
- Byte av altandörren till en dörr som kan öppnas med vred inifrån för att Klubbstugans brandsäkerhetsregler ska medge ett högre antal personer som samtidigt vistas i lokalen.
- Fortsätta arbetet med att använda Office 365 med Teams istället för Dropbox. Vi kan då ha en gemensam struktur för dokumenthantering för klubbens olika organisationsdelar.
- Tydliggöra spelregler och syfte för Föreningsstyrelsen samt arbeta med att stötta sektionsstyrelserna med de frågorna.
- Arbeta för att ekonomin ska vara i balans.
- Utbilda ny sektionkassör.

/Föreningsstyrelsen

Årsredovisning
för
Hovsta Idrottsförening
875001-1267

Räkenskapsåret

2022

Styrelsen för Hovsta Idrottsförening får härmed avge årsredovisning för räkenskapsåret 2022.

Årsredovisningen är upprättad i svenska kronor, SEK. Om inte annat särskilt anges, redovisas alla belopp i hela kronor (kr). Uppgifter inom parentes avser föregående år.

Förvaltningsberättelse

Verksamheten

Allmänt om verksamheten

Hovsta IF är en ideell idrottsförening med verksamheter inom innebandy, fotboll och gymnastik samt en motionskommitté. Föreningen är ansluten till Sveriges ridsidrottsförbund, Sveriges fotbollsförbund, Sveriges gymnastikförbund och Sveriges innebandyförbund.

Föreningen har sitt säte i Örebro.

Väsentliga händelser under räkenskapsåret

Viktiga ärenden under året har bl a varit uppstart av Fredagsklubbens verksamhet, nya matchkläder samt tröjor till barngymnastiken från Adidas, avtal med Loomis för att kunna banka kontanter, revidering av medlemsavgifter och påbörjad uppstart av Microsoft 365 med Microsoft Teams istället för Dropbox-lösning. Möblering av det som tidigare varit kansli vilket nu blivit ett rum för möten och umgänge. Fotbollsskolan hölls i slutet av sommaren och Hovstajoggen i september.

Flerårsöversikt (Tkr)	2022	2021	2020	2019
Huvudintäkter	660	729	1 034	573
Årets resultat	-541	354	573	-161
Soliditet (%)	61,7	70,8	64,1	41,5

Förändrade redovisningsprinciper under 2019 påverkade både resultatet för 2019 samt 2020.

Föreningens resultat och ställning i övrigt framgår av efterföljande resultat- och balansräkning med noter.

Resultaträkning	Not	2022-01-01 -2022-12-31	2021-01-01 -2021-12-31
Föreningens intäkter			
Föreningens intäkter		660 146	728 778
Övriga rörelseintäkter		742 507	732 902
Summa föreningens intäkter		1 402 653	1 461 680
Föreningens kostnader			
Råvaror och förnödenheter		-1 249 444	-601 028
Övriga externa kostnader		-428 133	-325 119
Personalkostnader	2	-229 383	-147 807
Av- och nedskrivningar av materiella och immateriella anläggningstillgångar		-33 389	-33 389
Summa föreningens kostnader		-1 940 349	-1 107 343
Rörelseresultat		-537 696	354 337
Finansiella poster			
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter		212	0
Nedskrivningar av finansiella anläggningstillgångar och kortfristiga placeringar		-3 234	-350
Räntekostnader och liknande resultatposter		-11	-92
Summa finansiella poster		-3 033	-442
Resultat efter finansiella poster		-540 729	353 895
Resultat före skatt		-540 729	353 895
Årets resultat		-540 730	353 895

Balansräkning	Not	2022-12-31	2021-12-31
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier, verktyg och installationer	3	100 170	133 559
Summa materiella anläggningstillgångar		100 170	133 559
Summa anläggningstillgångar		100 170	133 559
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		0	78 193
Övriga fordringar		2 577	101
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		80 236	83 623
Summa kortfristiga fordringar		82 813	161 917
<i>Kortfristiga placeringar</i>			
Övriga kortfristiga placeringar		928 243	931 447
Summa kortfristiga placeringar		928 243	931 447
<i>Kassa och bank</i>			
Kassa och bank		672 342	1 092 776
Summa kassa och bank		672 342	1 092 776
Summa omsättningstillgångar		1 683 398	2 186 140
SUMMA TILLGÅNGAR		1 783 568	2 319 699

Balansräkning	Not	2022-12-31	2021-12-31
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
Eget kapital			
Eget kapital vid räkenskapsårets början		1 641 977	1 288 083
Årets resultat		-540 730	353 895
Eget kapital vid räkenskapsårets slut		1 101 247	1 641 978
Avsättningar			
Övriga avsättningar	4	437 047	437 047
Summa avsättningar		437 047	437 047
Långfristiga skulder			
Övriga skulder		32 450	11 000
Summa långfristiga skulder		32 450	11 000
Kortfristiga skulder			
Leverantörsskulder		134 217	127 871
Övriga skulder		106	13 234
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		78 501	88 569
Summa kortfristiga skulder		212 824	229 674
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		1 783 568	2 319 699

Noter

Not 1 Redovisnings- och värderingsprinciper

Allmänna upplysningar

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd (BFNAR 2016:10) om årsredovisning i mindre företag.

Anläggningstillgångar

Materiella anläggningstillgångar

Inventarier, verktyg och installationer 5 år

Nyckeltalsdefinitioner

Huvudintäkter

Rörelsens huvudintäkter, fakturerade kostnader, sidointäkter samt intäktskorrigeringar.

Årets resultat

Resultat efter finansiella intäkter och kostnader men före bokslutsdispositioner och skatter.

Soliditet (%)

Justerat eget kapital (eget kapital och obeskattade reserver med avdrag för uppskjuten skatt) i procent av balansomslutning.

Not 2 Medelantalet anställda

	2022	2021
Medelantalet anställda	0	0

Föreningen har inte haft några anställda. Tränararvoden och domararvoden har utbetalats.

Not 3 Inventarier, verktyg och installationer

	2022-12-31	2021-12-31
Ingående anskaffningsvärden	349 287	182 339
Inköp	0	166 948
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	349 287	349 287
Ingående avskrivningar	-215 728	-182 339
Årets avskrivningar	-33 389	-33 389
Utgående ackumulerade avskrivningar	-249 117	-215 728
Utgående redovisat värde	100 170	133 559

Not 4 Övriga avsättningar

	2022-12-31	2021-12-31
Jubileums Fond	66 878	66 878
Underhålls Fond	365 218	365 218
Läger / Utbildnings Fond	4 951	4 951
	437 047	437 047

Örebro 2023-03-02



Åke Kihlberg
Ordförande



Janne Frantz




Jennie Nylund



Therese Pettersson



Herman Pettersson



Ulrika Björk

Johan Rehnberg



Min revisionsberättelse har lämnats 2023-03-

Johan Svedberg
Revisor



Fotbollssektionen

Verksamhetsberättelse 2022

Sektionsstyrelsen 2022

Daniel Bodin, Ordförande
Lisa Nyquist, Kassör
Lena Uvhagen, ledamot
Jimmy Lind, materialansvarig
Herman Pettersson, repr. till föreningsstyrelsen
Björn Andersson, anläggningsansvarig
Niclas Eklöf, uppstart av nya lag, bollkul och Fotbollsskolan
Magnus Eriksson, seniorlag och domare
Daniel Löfgren Wallén, fördelning av träningstider

Antal protokollförda styrelsesammanträden: 4 st.

Fakta om året som gått

Under året har vi haft ca 330 aktiva spelare (barn, ungdomar och seniorer) och ca 60 ledare/tränare.
Sektionsavgift: 300-1700 kr beroende på ålder.

Beskrivning av genomförd verksamhet

Fotbollssektionen hade 16 lag under säsongen som har spelat i olika serier/klasser. Dessutom har vi genomfört "Bollkul" för barn födda 2017, "Motionsfotboll" för unga och vuxna samt fotboll för barn 6-12 år med funktionsvariationer.

Under våren startades nya lag för pojkar födda 2016 respektive flickor födda 2015/2016. P08 och P09 slogs ihop till ett gemensamt lag (P08/09) medan P06/07 tvingades lägga ner i slutet av året på grund av spelarbrist. Under året har vi haft följande lag:

Herrlaget: 20 st.
Reservlaget: 21 st.
P-06/07: 23 st.
P-08: 13 st.
P-09: 13 st.
P-10: 21 st.
F-10/11/12: 22 st.
P-11: 23 st.
P-12: 24 st.
F-13/14: 18 st.
P-13/14: 29 st.
F-15/16: 23 st.
P-15: 29 st.
P-16: 12 st.
Bollkul (P/F 17): 30 st.
Skøj med boll (P/F 6-12): 9 st.
Motionsfotboll: 5 st.

Fotbollssektionen har genomfört en ledarträff och två anläggningsträffar under året. En policy för ledare har tagits fram och finns under Dokument på fotbollssektionens hemsida.

Konstgräsplanen i Lillån har nyttjats flitigt av många lag under vinterhalvåret.

Fotbollsskolan arrangerades under en vecka i augusti med ca 115 deltagare och 20 ungdomsledare från föreningen. Vi fick besök av bland annat A-laget, ÖSK, KIF Örebro, Brandkåren, Polisen och Glassbilen. Ica Maxi Boglundsängen sponsrade fotbollsskolan med all mat under veckan.



Seniorlaget slutade på sjätte plats i division 5 och spelar fortsatt i division 5 kommande säsong. Laget tog sig till final i Distriktscupen vilket genererade en fin slant i prispengar till lagkassan. Finalen avgjordes på Behrn Arena inför storpublik där Yxhults IK lyckades vinna med 3-1.

Verksamhetsplan för nästa år

Fotbollssektionen avser att genomföra följande aktiviteter under kommande år.

- Starta upp fotbollslag för flickor och pojkar födda 2017 och Bollkul för barn födda 2018
- Genomföra Fotbollsskolan
- Få fler ledare att gå Örebro läns fotbollförbunds tränarutbildningar
- Jobba med kommunen för att förbättra fotbollsplanerna
- Använda ekonomiskt stöd från förbundet för att föreningen ska ha en egen Fotbollsutvecklare som stöttar lag och ledare.

Lagens verksamhetsberättelser 2022

Fotboll Seniorlaget

Året 2022 var ett väldigt speciellt år för senior-laget. Det stora positiva inslaget var givetvis cupen. I år tog vi oss ända till final som spelades Behrn Arena efter att i slutspelet slagit ut flertalet division-4 lag samt Karlslunds IF. I finalen blev division-2 laget Yxhults IK allt för tufft men en hjälteinsats av killarna att ta sig till final trots allt. Däremot syntes det i seriespelet att det var ett svårt år utan permanent huvudtränare och tunn trupp där vi inte riktigt var nära att kämpa om topplaceringar vilket var vår målsättning.

På tränarsidan har vi nu fått in en tydlig och permanent lösning. Mariano Da Silveira ansluter som ny huvudtränare i senior-laget och kommer senast från ett huvudtränaruppdrag i Lillån FK. Under hans ledning fortsätter nuvarande ledarstab sen förra säsongen med Adam Neselius som assisterande tränare, Magnus Eriksson som målvaktstränare samt Henrik Torstensson som assisterande/lagledare, även om hans huvudsakliga uppgift fortsatt är som spelare.

På spelarfronten ser det även där bättre ut till i år. Vi är i skrivande stund ca 20-22 spelare i truppen som vi anser som helt säkra där även 2-3 nyförvärv förväntas ansluta inom kort. Denna ökning består dels av ett antal spelare från det nyligen nedlagda P06-07 laget som nu flyttats upp till senior-laget, vilket vi är väldigt glada för då detta betyder att vi som förening lyckas hålla kvar våra spelare samt att vi fortsätter lagets och föreningens målbild om att större delen av truppen ska bestå av yngre spelare från Hovsta eller närområdet.

2023 har vi som mål att ta oss vidare från grupp-spelet i cupen för att sen se hur långt vi kan gå efter det och att säsongen blir en rejäl omstart där vi hoppas vara med och slåss om de 2 översta placeringarna vilket skulle innebära uppflyttning. Vi ska även prata ihop oss med reserv-laget om säsongen för att se över möjligheterna om samarbete vid träningar och matcher för att spelare i båda lagen ska få bra med speltid samt de utmaningar som är bäst anpassade för var spelare.

Fotboll Reservlaget

Tränare/ledare: Jonas Daniils, Peter Karlsson, Fredrik Jonsson, Mattias Edström, Pernilla Holmqvist, Tomas Carlsson och Åsa Oskarsson Särholm

Beskrivning av genomförd verksamhet

Laget startades upp hösten -21 av spelarna själva. Laget hade under hösten hög träningsnärvaro och ville till våren 2022 anmäla laget till en reservserie.



Vi har haft 22-25 spelare i truppen och 5 tränare/ledare.

Laget tränade 2ggr/vecka under hela säsongen med hög träningsnärvaro. Ibland blev det trångt om utrymme under träningarna på A-plan, då den delades med ett yngre lag, vilket inte var helt optimalt.

Laget spelade 6 matcher under våren och 6 matcher under hösten.

Under säsongen har vi haft flera spelarmöten och andra lagaktiviteter som spinning, fotbollskvällar och innebandymatcher.

Under säsongen har vi också haft föräldramöten för att få till alla funktioner som laget behöver. Föräldrar har hjälpt till med anläggning, kioskansvariga samt ordnat lagaktiviteter.

Under säsongen tillkom flera spelare i olika åldrar och till hösten valde laget att därför ändra namn från FB P-04 till FB Reserv för att alla spelare ska känna sig inkluderade.

Ett härligt gäng med enorm spelarglädje och laganda. Glada tillrop och peppande under träningar.

Inför seriestart våren -23 är tanken att spela flera träningsmatcher. Spelarna är även erbjudna att spela och träna med A-laget om de vill. Vilket några säkert kommer att göra.

Spelarna vill fortsätta att göra teambildningsaktiviteter tillsammans och har några förslag som vi hoppas kunna genomföra.

Laget kommer att ha spelarträff och kommer att ha ett föräldramöte under våren för att engagera flera föräldrar som tränare el andra funktioner laget behöver.

Vi ser fram emot en härlig fotbollssäsong med detta gäng.

P-06/07

Fakta om året som gått:

Antal spelare vid årets slut: 15 stycken

Ledare: Marcus Lillhager, Andreas Jonsson, Martin Gustavsson

Beskrivning av genomförd verksamhet

Vi i P-06/07 har under 2022 varit 15 stycken spelare och 3 stycken ledare. Under inomhussäsongen har vi tränat en gång i veckan inomhus och två gånger i veckan utomhus på konstgräset i Lillån. Under utomhussäsongen har vi tränat tre gånger i veckan. Fotbollsmässigt har vi under året fokuserat på att utveckla vårt passningsspel, förbättra snabbhet och passningstempo. Vi fokuserar också mer på det taktiska och tränar mycket kondition.

Under vår- och höstsäsongen 2022 spelade vi i en 11-mannaserie. Detta var en serie med lag från Örebro och Västmanland vilket innebar att vi fick möta en hel del nya lag. Grabbarna spelade bra fotboll under våren där vi spelade i svår nivå och kom på andra plats. Under hösten så blev motståndet ännu tuffare men grabbarna gjorde det fortsatt bra och vi slutade på en tredjeplats i serien. Under året har vi spelat 16 matcher i serien och 5 träningsmatcher. Vi deltog i Giffcupen i april och Gothia Cup i juli.

Verksamhetsplan för nästa år

Efter säsongen valde några spelare att byta lag och några spelare valde att sluta med fotbollen. Detta ledde tyvärr till att vi inte hade tillräckligt med spelare kvar och vi fick lägga ner laget. Glädjande var dock att vi kunde erbjuda alla kvarvarande spelare en fortsättning i Hovsta. Tre spelare födda 07 har gått med i 08/09-truppen. Tre spelare födda 06 och en spelare född 07 har gått upp i A-truppen.

P-08/09

Fakta om året som gått:

Antal spelare vid årets slut: 23 stycken

Ledare: Marcus Lillhager, Björn Ström, Rickard Grönberg

Ekonomiansvarig: Ulrika Björk

Anläggningsansvarig: Magnus Talbäck

Beskrivning av genomförd verksamhet



Vi i P-08/09 har under 2022 varit 23 spelare och 3 ledare/tränare. Under året gick P08 och P09 tillsammans och bildade en gemensam trupp. Under inomhussäsongen har vi tränat en gång i veckan inomhus och två gånger i veckan utomhus på konstgräset i Lillån. Under utomhussäsongen har vi tränat tre gånger i veckan. Fotbollsmässigt har vi under året fokuserat på att bli ett ännu mer spelande lag där fokus ligger på passningsspel och rörelse utan boll. Vi har även jobbat mycket med fys och konditionsträning. Vi har under året spelat i en 13-14 års serie som vi anmälde två lag till. Ett lag i nivå 2 och ett i nivå 3. Detta för att alla ska kunna spela på en nivå som passar. Det gick bra i båda serierna både på våren och på hösten. På hösten slutade det med en tredjeplats i nivå 3 och en förstaplats i nivå två.

Vi spelade 5 träningsmatcher och 36 seriematcher under året. Vi var även med i ett flertal cuper. Kristinehamncupen i mars där vi kom på andra plats, Giffcupen i Tidaholm i april, Örebrocupen i juni, Oddebollen i augusti där vi vann B-slutspelet, Färgelanda cup i augusti och McDonalds cup i Västerås i oktober där vi slutade på andra plats.

Verksamhetsplan för nästa år

Inför 2023 så är vår trupp 26 spelare, då det tillkommit tre spelare från P07 då deras lag har lagt ner. Samma ledare som förra året kommer att fortsätta. Säsongen 2023 kommer vi bara spela 11-manna fotboll. Vi har anmält ett lag till det P 15 Regional. Detta kommer bli oerhört tufft men tror också att det kommer utveckla grabbarna ännu mer. Vi kommer även att anmäla ett lag till Västmanlandsserien. Då serierna är i olika nivåer så kommer det funka utmärkt för spelarna i laget.

När det gäller cuper så har vi anmält oss till Giffcupen i april, Örebrocupen i juni, sedan årets stora händelse Gothia Cup i juli och sedan blir det en cup till i oktober. När det gäller träningar så kommer vi träna tre gånger i veckan och extra fokus kommer i år ligga på att utveckla vårt passningsspel, rörelse och spelförståelse. Vi kommer även fortsätta med mycket teknikträning och i år lägger vi också stor vikt vid taktik. Vi har haft ett föräldramöte där vi gått igenom det kommande året och föräldrarna har godkänt det upplägg som vi tänker oss.

Ekonomisk berättelse

Laget har en ok ekonomi tack vare pantamera och på föräldramötet kom vi överens om att avgifterna till cuperna kommer föräldrarna bekosta.

P-10

Ledare: Daniel Löfgren Wallén, Herman Pettersson och Jonas Holmqvist

Beskrivning av genomförd verksamhet

2022 har Hovsta IF:s P10 lag haft tre träningar/vecka om 1,5 timme/pass.

Under vintern har vi haft två träningar/vecka på konstgräset i Lillån samt en träning/vecka inomhus. Liksom förra året så har träningarna präglats av ett varierat inslag av mycket bolltouch, mycket teknik och possession-spel, blandat med enklare spelövningar, samt mycket match i olika former. Stort fokus har legat på de tekniska momenten som passningar, driva med boll, riktningförändringar osv.

Vi har fortsatt med enklare fys innan vissa träningspass och pratat om vikten av att värma upp osv.

Vi har deltagit i seriespel med två lag på olika nivåer, där vi roterat bland spelare och försökt främja varje spelares utveckling utifrån där den befinner sig.

Vi deltog under 2022 på tre cuper (Skara, Örebrocupen och Select cup).

Vi kommer under 2023 delta i minst 4 cuper, varav 3 st är övernattningscuper.

Vi har en trupp på 21st spelare i skrivande stund och tre ledare där vi haft en hög närvaro på träningar och matcher.

Organisationen runt laget har i övrigt bestått av ekonomi-, kiosk- och planansvariga.



Verksamhetsplan för nästa år

Under 2023 har vi som plan att fortsätta träna tre ggr/vecka med 1,5 timmes pass. Vi kommer att anmäla två lag till årets seriespel på 9-manna, på olika nivåer.

F-10/11/12

Fakta om året som gått:

Antal medlemmar vid årets slut: 22 st

Tränare: Suzanna Karlberg, Joakim Åberg, Erwin Halilovic och Pär Carlson

Kassör: Johan Blommengren

Anläggningsansvarig: Johan Edström och Stefan Wallén

Beskrivning av genomförd verksamhet

Vi har under året spelat mycket fotboll. Vi har deltagit i förbundets seriespel med 2 lag. Vi har även spelat Örebrocupen utomhus samt inomhus. Vi har tränat 2 gånger i veckan utomhus och ofta även haft 2 matcher under säsongen för att alla ska få spela. Vi tränar inomhus en gång i veckan under vintersäsongen och en gång i veckan på Lillåns konstgräs. Vi blev fler spelare under slutet av höstsäsongen då 3 tjejer till anslöt till laget. Vår målsättning har varit att ha roligt tillsammans och försöka bli fler så att laget kan finnas kvar så länge som möjligt så vi är väldigt nöjda med säsongen. Vi har god närvaro på våra träningar. Vi har även börjat med panta mera vilket har stärkt gemenskapen och ekonomin.

Verksamhetsplan för nästa år

Vi vill fortsätta locka fler tjejer att spela fotboll. Fokus ligger på att ha roligt tillsammans och vi har bra uppslutning på träningarna. Vi kommer att delta med 2 lag i seriespel vilket gör att de som vill får möjlighet att spela mycket matcher. Vi planerar även att delta i flera cuper utomhus. En på försäsongen, Örebrocupen i början av sommaren och Skara sommarland cup i slutet av sommaren.

Ekonomisk berättelse

Vi har haft panta mera vilket ger en stadig inkomst. Våra utgifter har varit deltagande i cuper samt träningsoveraller till alla i laget. Den betalningen har dock inte dragits så vi hade imponerande 70780kr vilket bör krympa rejält under året när overaller och Skara sommarland cup har betalats.



P-11

Fakta om året som gått:

Antal spelare vid årets slut: 23

Ledare: Kristoffer Springare, Carl De Verdier, Marcus Jansson, Lena Uvhagen, Gustaf Hedman, Per Dahlqvist och Andreas Laurin

Kassör: Maria Laurin

Anläggningsansvarig: Bernard Land

Försäljningsansvarig: vakant

Beskrivning av genomförd verksamhet

Vid 2022 års slut hade vi 21 spelare i truppen och 7 ledare. Under året har vi fått en ny spelare, ingen i laget har slutat vilket vi tycker känns positivt och som ett bra betyg till vår verksamhet.

Under gräs-säsongen har vi haft tre träningar per vecka, medan vi under konstgrässäsongen har haft 2 träningar per vecka. Träningarna har innefattat fys, bollövningar och matchspel. Fokus har legat främst på momenten passningsspel och positionsspel samt träningsfokus och en positiv laganda.

Vi har haft två lag anmälda till seriespel; ett lag i nivå 2 och ett lag i nivå 3. Vi har deltagit i Örebrocupen och Forwardcupen. Under året har vi haft samarbete kring inlåning av spelare från främst F-10/11/12 men även P12 och P10 och upplever att samarbetet funkar bra.

Under våren genomfördes ett föräldramöte.

Verksamhetsplan för nästa år

1. Fortsätta träna med samma upplägg som förra året, två 1,5-timmars träningar per vecka.
2. Träna med fokus på några uttalade moment, samt fortsätta att jobba med träningsfokus och laganda.
3. Delta i seriespel med två lag, troligen i nivå 2 och 3.
4. Delta i minst två cuper under året; Örebrocupen samt Skara Sommarland Cup (med övernattnig).
5. Genomföra minst två försäljningar under året.

Ekonomisk berättelse

Utgifter under året har främst bestått i deltagande i två cuper i närområdet, mindre inköp samt löpande utgifter, alltså inga stora utgifter under året. Vi startade året med god ekonomi i lagkassan men har dock inte genomfört någon försäljning, vilket gör att lagkassan börjar krympa. Därav planeras flera försäljningar under 2023.

P-12

Ledare: Alvar Haglind, Daniel Bodin, Frida Renberg, Jimmy Lind, Robin Ohlsson, Urban Westerlund.

Beskrivning av genomförd verksamhet

Under årets säsong deltog 24 spelare och 6 ledare.

Vi har genomfört 69 träningspass på B-plan, Lillåns konstgräsplan samt i Hovstaskolans bollhall.

Vi har deltagit i två 7mot7-serier i förbundets regi och även en inomhuscup i Degerfors, Lilla Lithellscupen i Sköllersta, Örebrocupen och Select cup i Örebro samt Sun Cup i Karlstad.

I början av våren samt på hösten anordnade vi en cup på B-plan med fem gästande föreningar. I mellandagarna arrangerade vi även en cup i Hovstaskolans bollhall.





I början av augusti deltog vi i Kolmården Cup där vi bodde två nätter i stugor på en campingplats och besökte Kolmårdens djurpark.

Vi genomförde en lyckad lagaktivitet med bowling, pizzakväll och övernattnig i klubbhuset inför vårcupen på hemmaplan och vårsåsongen avslutades med match mot föräldrarna.

Under året har vi sålt bland annat NewBody-produkter, pizzabottnar, Dam-EM-tips och Herr-VM-tips. Totalt under 2022 har vi ca 95 000 kronor i intäkter och ca 114 000 kronor i utgifter som cupavgifter, inköp av träningskläder m.m.

På lagets välbesökta hemsida har vi publicerat nyheter, bilder och filmer löpande under året.

Verksamhetsplan för nästa år

Nedan listas några punkter som vi planerar att genomföra nästa år:

1. Besöka Fotbollsfesten i Norrköping med övernattnig
2. Genomföra andra roliga aktiviteter (ex. övernattnig i klubbhuset, Fotbollsgolf etc.)
3. Jobba mer med teori om fotboll/ansvar samt föräldraengagemang

F-13/14

Fakta om året som gått:

Antal medlemmar vid årets slut: 15

Ledare: Erwin Halilovic, Caroline Bredberg, Annika Spector, Hanna Knutsson, Suzanna Karlberg

Lagkassör: Annika Spector under 2022. Rekrytering av ersättare pågår

Antal ledarträffar : 1 st

Beskrivning av genomförd verksamhet

Laget har under 2022 haft 43 genomförda träningstillfällen.

Laget har haft 6 genomförda Fotbollsförbundets poolspel och det innebär 12 träningsmatcher.

Verksamhetsplan för nästa år

För 2023 är målsättningen för laget att:

1. träna två pass i veckan
2. seriespel
3. öka ledarträffarna
4. försäljning till lagkassan
5. anordna spelar träff & föräldrar träff

P-13/14

Beskrivning av genomförd verksamhet

Under året har vi haft träningar inomhus i Hovstahallen, konstgräset i Lillån och när planerna tillåtit det träningar på B-plan.

Under säsongen har laget spelat träningsmatcher, poolspel och Select-Cup. Under året har 28 spelare (9 födda 2013 och 19 födda 2014) varit med och medelnärvaron har legat på 52 %. Under året har det tillkommit spelare som flyttat in till Hovsta och tidigare spelat i andra lag men även barn som inte tidigare spelat organiserat har börjat i laget.



Vi började året med 5 ledare och slutade med 5 ledare. En kom till och en slutade. Medelnärvaron bland ledarna har varit 43% vilket inneburit att vi många gånger har varit beroende av hjälp från föräldrar för att inte behöva ställa in träningar. Vi arbetar aktivt med att försöka få in fler ledare och vi har ett par föräldrar som relativt regelbundet hjälpt till.

I laget har vi arbetat med att vara bra kompisar och medspelare och har arbetat för att ha nolltolerans mot fullt språk och dålig attityd mot sina lagkamrater.

Vi upplever att det generellt är ett glatt gäng som trivs med att träna fotboll och spela matcher tillsammans.

F-15/16

Ledare: Jimmy Lind, Agnes Levin, Annelie Andersson, Caroline Lind samt de som önskar vara ledare från F16.

Beskrivning av genomförd verksamhet

Under lagets andra säsong deltog 14 spelare och fyra ledare. Vi har tränat en gång i veckan, där vi först inledde under april på Lillåns konstgräs för att sedan träna på B-plan när gräsplanen öppnade. Tre av ledarna gick ledarutbildning under våren och samtliga ledare har nu genomgått minst "Tränarutbildning C-diplom".

Under säsongen deltog vi i poolspel anordnat av förbundet. Det blev mycket uppskattat av spelarna och ledarna. Under slutet av säsongen deltog laget i Select cup där de fick prova den nya spelformen 5mot5. Då lånade vi även två spelare födda 2014 vilket var uppskattat från alla parter.

Under sommaruppehållet fanns det möjlighet att fortsätta träna en gång i veckan tillsammans med P-15. Uppslutningen blev mindre men alla kom i gång med träningen igen efter sommaruppehållet.

Laget har en stabil lagkassa och en del av den användes till att finansiera en träningströja med namn på ryggen. Detta främst för att stärka lagkänslan. Vi har även skaffat en maskot till laget som heter Dumbo. Hen följer med på matcher och bidrar till att peppa spelarna. Vi har inte gjort någon ytterligare försäljning eller anordnat evenemang under säsongen.

I slutet av säsongen inleddes ett samarbete där flickor födda 2015 och 2016 blev ett gemensamt lag. Detta för att säkerställa att båda lagen på sikt har tillräckligt med spelare för att kunna delta i poolspel samt att kunna hålla god kvalitet på träningarna. Vi har haft träningar inomhus en gång i veckan för alla som vill spela fotboll på ett lekfullt sätt under vintern.

Verksamhetsplan för nästa år

Nedan listas några punkter som vi planerar att genomföra nästa år:

1. Inleda säsongen med träningar på Lillåns konstgräs under april.
2. Delta i poolspel anordnat av ÖLFF både i 3mot3 samt 5mot5.
3. Anordna en egen cup i Hovsta.
4. Att spelarna födda 2015 och 2016 lär känna varandra och blir "ett lag".
5. Stärka lagkänslan och gemenskapen med roliga aktiviteter.
6. Att ytterligare stärka samarbetet med andra flicklag i föreningen.



P-15

Ledare: Daniel Bodin, Daniel Lindh, Johan Edström, Kristian Landmark, Per Magnusson

Beskrivning av genomförd verksamhet

Pojklaget hade drygt 30 registrerade spelare och 5 ledare under 2022 samtidigt som vi har haft bra stöd från många föräldrar. Totalt genomförde vi 30 träningar fördelat på en träning per vecka under månaderna då Hovstas gräsytor tillät och några träningar på Lillåns konstgräs. Vi testade även att träna futsal tre gånger innan jul inför en futsalcup i Laxå på trettondagen 2023.

Vi hade ett föräldramöte tidigt på säsongen för att skapa engagemang och dialog bland föräldra och för att kunna få ut information om hur vi vill bedriva verksamheten. Föräldrarna svarade verkligen upp och ställde upp under årets olika aktiviteter.

Exempel på bra föräldraengagemang var de två minicuper vi genomförde i Hovsta med inbjudna pojklag från länet, det blev två väldigt lyckade arrangemang med rejält tillskott i kassan via kiosken. Vi har även varit på två poolspel med grabbarna, ett i Östansjö och ett på Trängen.

Vi deltog även i Hovstajoggen där vi vann pizzakvällen genom flesta antal deltagare i joggen som representerade vårt lag. Detta firades genom en pizzakväll efter en träning i september, en aktivitet som gav grabbarna en chans att träffas i laget utanför planen.

Under året har vi försökt att skapa glädje till fotboll med varierande inslag i träningen för att passa alla individer. En del spelare blommar ut mer i matchliknande sekvenser med tävling och en del andra i mer lekfulla delar med boll eller rörelse. Vi har även diskuterat mycket i ledarstaben kring beteenden som vi vill ska genomsyra aktiviteterna såsom kamratskap och ett vårdat språk.

P-16

Ledare: Fredrik Josefsson, Lisa Nykvist och Robin Ohlsson

Beskrivning av genomförd verksamhet

Verksamhetsberättelse för FP-16 220101–220831

Verksamheten för flickor och pojkar har kunnat genomföras under större delar av året med undantag för sommaruppehåll från mitten av juni till mitten av augusti.

Verksamheten hade under vårterminen 2022 tillgång till idrottshallen söndagar klockan 08.00. Deltagarantalet var relativt låg under inomhussäsongen, vilket antas beror på tiden verksamheten hade i idrottshallen. Verksamheten började träna utomhus i slutet av april och det vara mellan 8-16 deltagare per tillfälle.

Målsättningen under 2022 har varit att ha kul på träning, träna på bollkontroll och att varje träningspass spela en match. Laget upplöstes efter 31 augusti och P-16 startades 1 oktober.

Verksamhetsberättelse för P-16 221001-

Laget startades upp i oktober 2022. Anledningen var att pojkar och flickor startade eget lag då. I laget är tolv spelare registrerade.

Från oktober tills årsskiftet har laget tränat futsal på lördagar. Tio träningar har genomförts. Det har varit fokus på lek, gemenskap, variationsrika övningar och fokus på träning.

Verksamhetsplan för 2023

- Vi tränar vidare på lördagar till slutet av mars.
- Vi har för avsikt att träna två tillfällen i veckan maj-september på gräs.
- Vi har för avsikt att delta i poolspel i förbundets regi i spelformen 3v3
- Samtliga tre ledare ska ha genomgått tränarutbildning via ÖLFF.
- Vi har för avsikt att delta i Transtenscupen 12 augusti i Hallsberg
- Någon form av försäljning är aktuell under våren för att få igång en lagkassa.
- Vi har för avsikt att införskaffa t-shirt och shorts till samtliga spelare genom sponsring.



Innebandysektionen

Verksamhetsberättelse 2022

Under säsongen 2022 har det varit 7 lag. Under hösten startades ett lag för flickor och pojkar som är födda 2016 upp, nu är det 7 spelare i laget.

Totalt har vi haft ca 140 st aktiva innebandyspelare och 31 st ledare.

<u>Lag</u>	<u>Antal spelare i truppen</u>	<u>Antal tränare (enl. laget.se)</u>
F 09/10	13 st	3 st
P/F 10	19 st.	5 st
P 11	15 st.	4 st
P/F 12	17 st	4 st
P/F13-14.	26 st.	7 st.
P/F 15	22 st.	4 ledare och 2 ungdomar.
P/F 16	7 st.	2 st.

På söndagar har det spelats "söndagsinnebandy", vilka är ca 26 spelare.

Vi fortsätter vårt samarbete med SIU. Där verksamheten bygger på att anpassas mer tydligt till barn och ungdomars behov. Modellen bygger också på att träning och tävling ska anpassas till biologisk snarare än kronologisk ålder. I detta arbete kommer vi samarbeta med RF-SISU. Arbetet med att motverka ensidig träning är också fortsatt under arbete, och att barnen ska tycka att det är kul och att de ska utöva sin sport så länge de tycker att det är roligt.

Vi har fortfarande inte representanter från varje lag i styrelsen men vi fortsätter att arbeta för att försöka engagera föräldrar i de yngre åldrarna. Vi söker efter en kassör till innebandystyrelsen. Vi har under säsongen också sett över ekonomin för lagen och styrelsen och sett över om det behövs domar eller ledarutbildning. Vi har också sett över om det behöver köpas in något material.

Sammanfattningsvis vill vi i styrelsen tacka ledare, spelare och föräldrar för denna säsong.

Lagens verksamhetsberättelser 2022

IB F09/10

Innebandylaget flickor 09/10 hade inför säsongstarten 15 st spelare men vi har nu under säsongen tappat 3 spelare, 1 pga. skada, 1 pga. annan sport och 1 för tappat intresse. Dock har vi fått ett tillskott till laget vilket är roligt. I skrivande stund består laget av 12 utespelare + 1 målvakt samt 3 ledare.

Vi tränar 2 dagar/vecka (mån & tors) och närvaron på träningarna har varit lite tunn med ett snitt över säsongen på ca 8 aktiva per träning, 60 % träningsnärvaro. Anledningen är i vissa fall dubbeldrottande men också att flera spelare har problem med framförallt knän men även fotleder vilket gör att vi inte blir så många. Det innebär att det är svårt att få till bra kvalitet på träningarna och att spela ihop laget inför matcherna.

På träningarna har vi under säsongen jobbat på med matchliknande övningar och fortsatt med grunderna till speluppbyggnad, provat lite mer powerplay och boxplay för att stärka förmågan kring dessa moment men eftersom vi inte är så många på träningarna är det svårt att få till några grunder som sen fungerar på match. Vi har även jobbat vidare med klubbteknik, passning, skott och allt blandat i olika övningar.

Verksamhetsplan IB F09/10 2023



Planen för resten av denna säsong är att spela klart serien och därefter åka på en resa till Stockholm för att se SM-finalerna i innebandy.

Nästa säsong kommer det inte att finnas något F09/10 i Hovsta. Vi har gjort en förfrågan bland våra spelare med stöd av föräldrar om hur de ser på intresset att fortsätta med innebandy kommande säsong och utfallet är att 10 av 13 är intresserade vilket är kul men det är alldeles för få för att vara ett lag. Anledningen till att vi inte kommer fortsätta är flera:

- För litet spelarunderlag, inte görbart att anmäla ett lag till seriespel med 13 spelare
- Vi tränare har inte motivationen längre med att fortsätta under dessa former
- Hovstahallen skiljer sig så mycket i storlek mot övriga hallar vi spelar våra bortamatcher i vilket gör att vi inte kan träna med samma förutsättningar som våra motståndare.
- Det är väldigt begränsat med tjejer i denna ålder som sysslar med innebandy vilket gör att det inte är enkelt att få nya tjejer att börja hos oss. I serien som vi spelar, FK3 så är vi totalt 5 lag i både Örebro och Västmanlands Län vilket i sig är väldigt bekymmersamt för sporten. I serien spelar vi, Rönaby (Västerås), Kungsör, WSK Lindesberg och Askersund.

Vi tränare kommer nu under våren ta kontakt med andra föreningar för att se om vi kan hitta någon lösning för tjejerna i laget som vill fortsätta. Förhoppningen är att vi kan flytta över hela truppen till en och samma förening/lag men i annat fall får vi tränare presentera olika förslag så är det upp till varje spelare att söka sig vidare dit man vill.

Givetvis är detta inte en rolig situation men det finns inget annat alternativ i nuläget. Förhoppningen är att detta är klart nu under våren så övergången blir så bra som möjligt för våra Hovstatjejer.

IB PF10

Antal medlemmar vid årets slut: 18 st.

Lagledare/Tränare - Michael Tybell

Tränare - Rikard Saverman

Tränare - Patrik Ahlbeck

Tränare - Stefan Dahlerus

Tränare - Jonas Holmqvist

Kassör - Jennie Nylund

Ledare från Lillån är; Henrik Rasmussen och Sebastian Hultkvist.

Kioskansvar - vårdnadshavare Lillån

Bakgrund

"Inför säsongen (21-22) blev det tydligt att det antagligen skulle bli svårt att få tillräckligt många spelare för att kunna genomföra matchspel på ett tillfredställande sätt med tanke på andra aktiviteter som barnen har. Efter diskussioner tränare mellan initierade vi en diskussion med motsvarande lag i Lillån dels för att se om det var möjligt att kunna låna spelare mellan lagen men även erbjuda flera träningsmöjligheter. Vi konsulterade styrelsen och fick ett godkännande av detta. I samband med detta genomfördes även ett föräldramöte för att informera om samarbetet, bakgrund till detta och vad som kunde tänkas komma ur det. På det stora hela ser vi till övervägande del vinster med att blanda barnen men att det kräver planering och en gemensam värdegrund."

Verksamhet

Detta år inledde vi med lättare försäsongsträning med fokus på kondition och koordination. Vi hade även en kick-off med korvgrillning, teori och golf. Hovsta IF deltog även i DM, där vi tog oss till final vilket slutade i ett silver. Laget har under året som gått tränat tre gånger per vecka, på måndagar i Lillåhallen 19:00 – 20:15, på tisdagar 17.00 – 18:15 i Norrbyhallen och på fredagar 18:00 – 19:00 i Hovstahallen. Tillsammans med Lillån deltar vi i två serier; Pantamera PK4 Lätt Röd (09-10) samt Pantamera PK5 Röd. Alla tränare har genomgått "Grundutbildning barn/ungdom", så kallad grön. Flertalet har även genomgått blå. Vi har även hämtat in kompetens för målvaktsträning samt använder aktivt två målvakter. Vi kommer även att åka på cup till Linköping den 2 april.

Inför nästa år

Vi behöver utvärdera samarbetet med Lillån då laget troligtvis kommer ingå i Lillåns verksamhet. Vi behöver fortsätta bredda kompetens för målvaktsspel- och träning. Det övergripande målet är att behålla antalet spelare och om möjligt även få fler medlemmar.

Ekonomisk berättelse



Lagets saldo är nu noll då vi åker på cup i april.

IB P11

Aktiva tränare: Mikael Bringejord

Gustaf Heedman

Pär Dahlqvist

Anders Jansson

Stefan Kvarström

Under året har 15 barn deltagit under träningarna.

Verksamhetsberättelse för 2022 Innebandylaget F/P-11

Nu när Covid äntligen har släppt har vi fokuserat på träning 2 ggr veckan + eventuella matcher med uppehåll under sommaren. Vi har samma antal barn som föregående år vilket är roligt att se att alla har kul och vill fortsätta.

Sportsligt har vi fokuserat på att börja prata mer taktik, fortsatt utveckla hur man agerar i försvar och anfall samt hur vi beter oss som ett lag, något som märkts väldigt väl på barnen då dom har utvecklats väldigt bra. Största fokus är ändå att ha kul tillsammans på träningar och matcher, och att vi stöttar varandra

Verksamhetsplan för nästa år 2021

Nedan listas några punkter som vi planerar att genomföra nästa år:

- Behålla antal träningstillfällen men byta bort söndagsmorgonen då vi har dålig närvaro pga av trötta barn.
- Delta i poolspel om möjligt
- Anordna träningmatch
- Fokusera på att ha roligt
- Ledarutbildningar

IB PF12

Fakta om året som gått:

Antal medlemmar/spelare vid årets slut: 17 st (-2)

Antal tränare/ledare: 4 st

Beskrivning av genomförd verksamhet 2022/23

Vi har tappat några spelare i laget, tyvärr bland annat de tjejer som varit med i laget, där en gick till Lillån, två slutade och en börjat spela med Hovstas F13-15. Glädjande att två killar återvänt efter ett tags frånvaro och vi fått två helt nya spelare som kommit in i det bra. Det är aldrig för sent att börja!

På ledarfronten är det en ledare som hoppat av och en annan som tillkommit.

Under 2022 har vi haft två träningar per vecka, på onsdagskvällar och söndagar. Träningsnärvaron är ungefär samma på onsdagar som på söndagar, överlag känns den bra och likaså är entusiasmen på träningarna.

Fokus på träningen är att alla ska tycka att innebandyn är det roligaste som finns så att så många som möjligt vill fortsätta spela. Något vi märkt av är att det är en ganska jämn grupp kunskapsmässigt, det är kul att se att barnen har kommit ikapp varandra.

Det är mycket fokus på individuella övningar. Passa, dribbla, trixa och skjuta. Det är häftigt att se den fortsatta utvecklingskurvan på den individuella skickligheten hos spelarna. I år har spelarna gått från klarhet till klarhet och visat stor utveckling både individuellt och som ett lag.

Vi går runt på träningarna vem som står i mål, även om en del är mer intresserade än andra runt målvaktspositionen. Vi övar en del på positioner på plan och mixar spel på större plan med målvakt med småmålspel, helt beroende på hur många som är med på träningarna. Det har även blivit en hel del mångkamper med både lekgrenar och innebandygrenar.

Matcherna spelas 3x15 med flygande byten, vilket spelarna fått bra koll på. Det är fantastiskt kul att se de gånger när spelarna lyckas få till ett fint passningsspel hela vägen ända fram till mål. Hela laget kämpar och sliter under matcherna även om det ibland blir besvikelser vid missade skott, passningar eller räddningar. Men det hör spelet till, vilket vi pratar med spelarna om både under match och träning.

Vi har stärkt vår lagkassa genom insamling av julgranar, vilket vi hoppas på att kunna fortsätta med



nästkommande år också. Vi fick ett välkommet "covid-bidrag" via föreningen och vi har även haft en kioskförsäljning på matcherna som dragit in lite pengar. Som avslutning denna säsong kommer laget att delta i Örebro-cupen i april, vilket var uppskattat förra året även om vi fick spela mest mot 2011-lag. Att spela cup stärker lagandan och intresset för innebandy. Det är även en ledarutbildning inbokad i maj. Några av ledarna har gått förbundets utbildningar: Marcus har gått Blå steg 1 och Ola (som även är ledare för ett 09-lag) har gått Röd steg 1. Planen framåt är att Linus ska gå Blå steg 1 och Per ska gå Grundutbildningen. Verksamhetsplan för 2023/24 Inför nästa säsong, 2023/24 hoppas vi kunna fortsätta träna två gånger i veckan och spela matcher. Vi hoppas även att kunna vara med i någon cup igen och kanske göra det som en fin återkommande säsongsavslutning. Eventuellt att vi deltar i en cup på annan ort.

IB PF13/14

Vi fortsätter hålla lagen ihop även om vi har delat upp träningarna så att tjejerna och killarna har en enskild träning var och att på en av träningarna tränar laget ihop. 15st killar och 10st tjejer är vi i laget. I år har vi också fått in en äldre tjej och några yngre tjejer så att laget är blandat mellan tjejer födda 2012 till 2015. Vi har även haft några tjejer som har provat på någon gång men tyvärr inte fortsatt. Vi är 2st 2012, 2st 2014 och resterande tjejer är födda 2013/2014. Båda lagen har deltagit i Poolspelsfesten i Kumla som var ännu maffigare och roligare för laget än förra året med bla lotteri och medalj utdelning. Vi har även för första gången anordnat ett eget poolspel! Då det var vår tur sist, slog pandemin till men nu har vi äntligen haft premiär. Vi har även fått ett tillskott på ledare så att vi totalt är 6st ledare varav 2st av dessa har mer fokus på tjejlaget. Tjejerna och killarna har varit superduktiga och kämpat trots att vi i perioder har varit pågränsen till lite folk under matchtillfällena pga influensatider.

IB PF15

Vi är ett gäng som består i skrivande stund 22 spelare enbart pojkar som tränar en gång i veckan. Under säsongen början hade vi även flickor i laget men de har bytt lag och spelar juni föreningens blandade flicklag. Vi är fem ledare som under denna säsong gått tränarutbildning nivå grön. Ledarstaben består av tre pappor och två tonårstjejer som är med och hjälper till i mån av tid. Träningsnärvaro är relativt hög och vi brukar ligga runt 17 barn och 3-5 ledare. Vi har några föräldrar som stöttar upp om det är brist på ledare. Träningarna delas in i tre zoner där barens får träna spel, klubbteknik, skott och koordination.

Det är ett fantastiskt gäng barn som har en go stämning och under träningar och poolspel visar stor glädje, hejar på varandra, har en bra attityd både till spelet och språkmässigt. Under träningarna har vi haft hovsta killar födda 2009 nere för att få träna på att vara domare. Detta då de startat som domarkarriär samt hjälpa oss ledare att utbilda våra utövare till goda innebandyspelare. Laget delar i pk10 poolspel och har vid ett tillfälle fått hoppa in i ett poolspel där Lillån saknade spelare för två lag. Vi arrangerade även ett Julderby mot Lillån som en julavslutning och genrep inför det poolspel vi skulle arrangera efter nyår. Vårt mål som ledare är att fortsätta ha en god stämning och positiv och välkomnande inställning till alla som vill prova på att spela innebandy. Då samtliga spelare i laget är aktiva i fotbollen, vill vi ha ett bra samarbete med fotbollen och planerar ett gemensamt inköp av overaller till sommaren. En ledare och lagets kassör är aktiva som ledare i fotbollen så ett samarbete och samsyn är något vi strävar efter.



Gymnastiksektionen

Verksamhetsberättelse 2022

Fakta om året som gått

Antal betalande medlemmar vid årets slut: ca 152 betalande

Sektionsavgift Barngymnastik: 360 kr HT/VT

Sektionsavgift Gruppträning: Årskort 1.100:-, terminkort 600:-, klippkort 400:-, 1 gång 45:-

Styrelse:

Ordförande Mikael Bredberg

Kassör Maria Kihlberg

Sekreterare / Mikael Bredberg

Vuxenträning Maria Kihlberg, Jennie Nylund & Susanna Nilsson

Sektionsstyrelse kontakt Jennie Nylund

Antal protokollförda styrelsesammanträden: 7 st.

Styrelsens berättelse

2022 års styrelse har bestått av tre återvalda styrelsemedlemmar från 2021, samt att två tidigare styrelsemedlemmar har lämnat under året och en ny styrelsemedlem har tillkommit. Vi är i dagsläget fyra i gymnastikstyrelsen.

Sektionen har 152 aktiva barn inom gymnastiken. Barnen är födda från år 2013 till år 2019. I varje grupp finns tre till fem ledare, ca 25 ledare har funnits med. Under året har sju styrelsemöten ägt rum. Intresset är fortsatt stort för barngymnastiken.

Under hösten har varje barn tilldelats en gymnastik t-shirt, samt ledaroveraller till samtliga ledare, vilket har varit väldigt uppskattat.

Våra barngrupper

Vi har haft 5 barngrupper i åldershomogena grupper.

Följande barngrupper har haft barngymnastik en gång i veckan under året.

Födda 2016 tisdagar

Födda 2017 torsdagar

Födda 2018 tisdagar

Födda 2019 tisdagar

Födda 2013 – 2015 torsdagar

I varje barngrupp har det varierat mellan 10 - 25 st barn. Barnen har deltagit aktivt i de olika momenten.

Varje gymnastikpass har följt samma mönster:

Samling: Vi har haft upprop och berättat vad vi ska göra under gympasset. Uppvärmning: Vi har gjort lekar och andra uppvärmningsövningar för att barnen ska bli varma. Redskapsbanor: Vi har gjort redskapsbanor och upplägg inspirerade av bland annat Bamsegymna. Vi har gjort en och samma bana vid två till tre tillfällen för att sedan byta bana och få in nya moment. Momenten i banorna har bland annat varit balans, krypa, hoppa, klättra, åla, kasta, koordination, styrka, samarbetsövningar för att nämna några. Vi har gjort samma bana flera gånger för att barnen ska få möjlighet att utveckla sig på de olika momenten.

Gruppträning



Inom Gymnastiksektionen bedrivs gruppträning som riktar sig till vuxna och ungdomar. Under vårterminen bedrevs gruppträningen med tre pass/vecka. Träningen följde inte terminerna utan fortgick även under sommaren, fast då utomhus. Fokus har varit styrke- och konditionsträning. Elin Seitz och Ulrika Björk har hållit i pass en gång varannan vecka. Övriga pass har Maria Kihlberg varit ledare 2 pass i veckan.

Intresset för träning är stort i Hovsta. Under hösten minskade dock antalet deltagare rejält, som en följd av restriktionen 50 personer i hallen. Från vecka 47 och fram till årsskiftet ställdes all träning in, efter rekommendationer från Folkhälsomyndigheten.

Under året har sektionens materialförråd utökats. Vuxenträningen äskade pengar av föreningsstyrelsen för inköp av två mobila speglar och dessa levererades i början av året och de har använts vid teknikträning under olika pass. Sektionen har också köpt in åtta pilatesringar och kompletterat minibandsutbudet.

Gruppträningen har under året marknadsfört sig via föreningens hemsida och Gymnastiksektionens facebook-sida.

Inför detta träningsår blev det möjligt att lösa årskort. Det budgeterade resultatet för året blev inte som förväntat. Inför säsongen räknade vi med att sälja träningskort för totalt 105 000kr. Pga. Corona minskade intäkterna rejält under hösten, men det gjorde också utgifterna, i form av hallhyra. Vid bokslut redovisades ett överskott på ca 20 000 kr.

Verksamhetsplan för Gymnastiksektionen 2023

Gymnastiksektionens syfte är att driva gymnastik för barn inom åldrarna 3-9 år.

Verksamheten bedrivs ideellt av föräldrar vars barn är med i gymnastiktrupperna, målet är att skapa en rolig stund för barn där de får aktivera sig fysiskt. Vår ambition från styrelsen är kunna ge möjlighet till alla barn som vill delta. Vi anser att det är viktigt att barnen och de vuxna ska tycka det är roligt att röra på sig. Våra gymnastikpass genomsyras av grundrörelsema: krypa, hoppa, springa, gå, klättra, hänga, krypa, stödja och balansera. Vi leker och har skoj varje gång!

Sektionen har följande verksamhetsmål för 2023.

Målen har brutits ner i konkreta förslag och aktiviteter för att lättare kunna uppfyllas enligt nedan:

- **Ge möjlighet till så många barn som möjligt att delta på gymnastiken**

- **Fortsätta vårt arbete att få ledare att trivas i vår sektion.**
 - Erbjud ledarkläder till nya ledare
 - Erbjud gratis deltagande på gruppträning
 - Fortsätta med symbolisk avtackningen till ledarna efter avslutad termin.
 - Ambitionen finns att vid hösten ha ett uppstartsmöte för nya och återkommande ledare.
 - Erbjud ledarträffar och ledarutbildningar

- **Rekrytera nya ledare till de grupper som behöver**

Gruppträningens mål för 2023:

Fortsätta erbjuda varierad träning som passar tränad som otränad. Målet är ökad styrka, rörlighet och kondition. Erbjud varierad träning vid tre tillfällen/vecka.

Anordna någon övrig aktivitet under hösten i samarbete med andra aktörer.

Samarbeta med motionskommittén för att utveckla utegymmet och gruppträningen utomhus.

