



**Hovsta IF**  
**Verksamhetsberättelse**  
**2023**



## **Administrativa uppgifter**

Postadress Hovsta Idrottsförening  
Lundhagsvägen 5, Klubbstugan  
703 76 Örebro  
Hemsida [www.hovstaif.se](http://www.hovstaif.se)  
E-post [info@hovstaif.se](mailto: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, Johanna Tybell  
Suppleant Simon Ekdahl  
Adjungerade  
Mikael Alex, Joakim Gunhammar, Danny Castillo  
Revisor Johan Svedberg  
Revisorssuppleanter Niklas Eklund  
Peter Nylund

## **Valberedning**

Fotbollssektionen Jennie Nylund  
Innebandysektionen Susanne Pettersson  
Gymnastiksektionen Elisabeth Jangenby

## **Fotbollssektionen**

Ordförande Daniel Bodin  
Kassör Lisa Nyquist

## **Gymnastiksektionen**

Ordförande Mikael Bredberg  
Kassör Maria Kihlberg

## **Innebandysektionen**

Ordförande Thomine Makkonen  
Kassör Amira Al-Hajali

## **Motionskommittén**

Michael Alex  
Magnus Eklund  
Mats Pettersson  
Mattias Edström

## **Medlemsavgifter**

Barn 3 - 6 år 150kr  
Aktiva 7 år och äldre 300kr  
Söndagsinnebandyn 150kr  
Vuxenträningen 150kr  
Ledare/styrelsemedlem 150kr  
Stödmedlem 100kr



## Förbund som Hovsta IF är ansluten till

Sveriges Riksidrottsförbund  
Sveriges Fotbollsförbund  
Sveriges Innebandyförbund

## Föreningens färger

Orange och grönt.

## Medlemmar

Föreningen hade 823 medlemmar december 2023 (2022: 682).

## Aktiviteter

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

- 1 640 sammankomster (2022: 1 564)
- 19 532 deltagartillfällen (2022: 18 020)
- 4 262 ledartillfällen (2021: 3 853)

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

## Föreningsstyrelsens verksamhet

Föreningsstyrelsen har hållit åtta möten under 2023. Föreningens investerade medel har börjat fördelas i enlighet med investeringspolicyn. Syftet är att dels sprida risken från att bara haft en räntefond till 10 olika värdepapper samt att få en värdeutveckling/avkastning som följer index och som därmed kan användas till föreningens verksamhet. Altandörren i Klubbstugan har bytts till en standarddörr som minskar risken för inbrott samt är lättare att öppna. En diskmaskin har bytts ut och värmeskåpet har lagats

Fotbollsskolan hölls i slutet av sommaren med stor uppslutning men drabbades av en hel del regn.

Hovstajoggen i september lockade 430 deltagare och många åskådare. Fredagsklubben har varit aktiv men under slutet av året pausade man verksamheten pga minskande antal besökare och färre ledare.

Föreningsstyrelsen ambition att öka samverkan med sektionsstyrelserna har fortsatt via styrelsefest i oktober.

Föreningsstyrelsen tog då hem det prestigefyllda vandringspriset i tävlingen Styrelsekampen.

## Utmärkelser

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

### **Michael Tybell**

Motivering:

Michael har genom åren varit delaktig i flera delar av vår förening, Han har bl.a. förtjänstfullt axlat rollen som "Hovstajoggen general" och sett till att hålla ihop detta återkommande motionslopp. Han har också varit ledare för innebandylaget P/F-10 många år och materialförvaltare för innebandysektionen. Genom sitt ledarskap och engagemang har han fått varje individ att känna sig som en i laget, och genom sin pedagogik och närhet både på och utanför planen fått alla att känna sig som sitt allra bästa jag. Med det som Michael har gjort för Hovsta IF hittills vill föreningsstyrelsen tilldela Michael 2023 års hederspris.

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

### **Lisa Nyqvist & Suzanna Karlberg**

Motivering:

Lisa har varit en av de drivande personerna till att starta upp och vara ledare i fredagsklubben, men är också sektionsskassör för fotbollen och en av ledarna för fotbollslaget P16. Med sitt engagemang ger Lisa av sin tid och tar ansvar för att alla ska ha möjlighet att vara aktiva på olika sätt i Hovsta IF. Med det ledarskapet tilldelar föreningsstyrelsen därför Lisa årets ledarpris.

Suzanna är ledare för fotbollslagen F10-12 och F13/14. Hon besitter en stor fotbollskunskap och är otroligt engagerad i allt som rör laget och spelarna. Men framför allt så är hon enormt omtyckt som ledare och är en förebild för spelarna men så också för andra runt omkring. Med det ledarskapet tilldelar föreningsstyrelsen därför Suzanna årets ledarpris.



## Hovsta IFs Hedersomnämning

### Alvar Haglind

Med stort engagemang tar sig Alvar Haglind an en ledarroll för fotbollslaget P12. Alvar ser alla och är med sitt trevliga sätt en god förebild för killarna i laget. Alvar går fortfarande i skolan men väljer att lägga en stor del av sin fritid på att vara med på alla aktiviteter med laget. Alvar är också en av de som ser till att fotbollskolan fungerar så bra med ungdomsledare och aktiva. Med det som Alvar har gjort för Hovsta IF hittills vill föreningsstyrelsen tilldela Alvar 2023 års hedersomnämning.

## Ekonomi 2023

För utförlig rapport se *Årsredovisningen*.

Resultatet blev – 111 259kr. Minusresultat beror huvudsakligen att lagkassorna haft större utgifter än intäkter (ca 100 000kr) men även dyrare konstgräshyra, hallhyra, domaravgifter, idrottsmateriel-inköp samt renovering/reparation av klubbstugan (byte av dörr och diskmaskin).

Summa eget kapital och skulder: 1 666 261kr.

/Föreningsstyrelsen i Hovsta IF

## Verksamhetsplan för 2023

Under 2023 planerar Föreningsstyrelsen att:

- Lära sig Örebro kommuns nya bidragssystem samt hantera eventuella ekonomiska konsekvenser av förändringarna.
- Förbättra föreningsstyrelsens samarbete med sektionstyrelserna.
- Effektiviser styrelsearbetet, b.la. genom att arbeta i Microsoft 365 som gemensam plattform istället för att använda olika dropboxlösningar.
- Färdigställa inredning av klubbstugan.

/Föreningsstyrelsen



# Fotbollssektionens Verksamhetsberättelse 2023

## Sektionsstyrelsen 2023

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: 6 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: 150-1700 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 2018, "Motionsfotboll" för unga och vuxna samt fotboll för barn med funktionsvariationer.

Under våren startades nya lag för pojkar och flickor födda 2017. P08/09 och P10 tvingades lägga ner i slutet av året på grund av spelarbrist. Under året har vi haft följande lag:

Herrlaget: 25 st.  
Reservlaget: 21 st.  
P-08/09: 20 st.  
P-10: 20 st.  
F-10/11/12: 22 st.  
P-11: 26 st.  
P-12: 22 st.  
F-13/14: 14 st.  
P-13/14: 32 st.  
F-15/16: 16 st.  
P-15: 29 st.  
P-16: 17 st.  
PF-17: 30 st.  
Bollkul (P/F 18): 20 st.  
Skoj med boll (P/F 6-12): 10 st.  
Motionsfotboll: 5-10 st.

Tack vare ekonomiskt stöd från fotbollförbundet har föreningen utsett Alvar Haglind till Fotbollsutvecklare under 2023. Tillsammans med sektionsstyrelsen har bland annat en Spelarutbildningsplan tagits fram.

Fotbollssektionen har genomfört en ledarträff och två anläggningsträffar under året. På ledarträffen presenterades Spelarutbildningsplanen.

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

Fotbollsskolan arrangerades under en vecka i augusti med ca 120 deltagare och 27 ungdomsledare från föreningen. Vi fick besök av bland annat A-laget, ÖSK, KIF Örebro, Polisen och Glassbilen. Ica Maxi Boglundsängen sponsrade fotbollsskolan med all mat under veckan.



Seniorlaget slutade på femte plats i division 5 och spelar fortsatt i division 5 kommande säsong.

## **Verksamhetsplan för 2024**

Fotbollssektionen avser att genomföra följande aktiviteter under kommande år.

- Starta upp fotbollslag för flickor och pojkar födda 2018 och Bollkul för barn födda 2019
- Genomföra Fotbollsskolan
- Få fler ledare att gå Örebro läns fotbollförbunds tränarutbildningar
- Jobba med kommunen för att förbättra fotbollsplanerna

## **Lagens verksamhetsberättelser 2023**

### **Seniorlaget**

#### **Säsongen 2023**

Året 2023 var något av ett omstartår för seniorlaget. Då vi gick in i säsongen med både ny huvudtränare och en hel del nytillskott till truppen gick säsongen till stor del åt att sätta spelsystem och sammansvetsa truppen till en fungerande enhet. Detta ledde till att säsongen blev något ojämn då vi tyvärr åker ut ur cupen redan i gruppspelet samtidigt som vi ligger i toppskiktet av division 5 vid sommaruppehållet för att sedan inte riktigt hålla säsongen ut och slutar på en stabil 5:e plats. Men överlag har säsongen varit lyckad och truppen och truppen är nu väl sammansatt.

#### **Ledarstaben**

På ledarsidan förblir staben glädjande intakt. Mariano Da Silveria fortsätter som huvudtränare, Adam Neselius som assisterande tränare, Magnus Eriksson som målvaktstränare samt Henrik Torstensson som assisterande/lagledare, även om hans huvudsakliga uppgift fortsatt är som spelare.

#### **Spelartruppen**

Spelartruppen är på många sätt sig likt som vid samma tid förra året. Vi är skrivande stund ca 20-22 spelare truppen där stora majoriteten fortsatt består av spelare från Hovsta eller närområdet. Då vi några spelare som slutat till i år jobbar vi i nuläget på att få in ersättare till dessa genom att få in 3-4 nya spelare. Vi har redan haft ett par spelare som provtränat med oss och vi hoppas kunna bli klara med rekryteringsprocessen så snart som möjligt.

#### **Målsättning 2024**

Då vi nu fått ett år att bygga upp truppen gemenskap och samspelet är det stora målet för året att sluta på en av de 2 översta placeringarna i serien och därmed avancera till division 4. Vi hoppas även kunna avancera från cupens gruppspel för att få spela fler matcher samt möta kvalificerat motstånd för att utvecklas.



## Reservlaget

Tränare/ledare: Jonas Danils, Pernilla Holmquist, Tomas Carlsson, Fredrik Jonsson och Åsa Oskarsson Särholm

Beskrivning av genomförd verksamhet

Vi har haft 20-23 spelare i truppen och 3-4 aktiva tränare/ledare och 1 st administratör. Laget tränade 2ggr/vecka under hela vårsäsongen med hög träningsnävaro fram till maj, i storsett hela laget tog studenten juni 2023 och det blev många andra aktiviteter som krockade med träningarna i slutet av vårsäsongen.

Vi har haft 58 träningar fram till september 2023.

Under hösten har träningsnävaron minskat på grund av 5 st gör militärtjänst och flera har fått kvällsjobb, samt att två spelare har flyttade. Så under hösten har vi tyvärr fått ställa in träningar pga. för få deltagare.

Laget spelade totalt 8 matcher, under vårsäsongen 6 st matcher och 2 st matcher under hösten. Alla matcherna var jämna och vi vann 2 matcher och förlorade några med udda i slutminuten. Det har vart många i publiken och kiosk vid varje hemmamatch.

Att det blev så få matcher på hösten berodde på att motståndarna inte fick ihop lag 2 gånger och att vi saknade spelare till en av matcherna. Vi har vid några tillfällen fått "låna" spelare från A-truppen för att få ihop lag. Laget har en stomme på 10-12 spelare, men det räcker inte till att spela matcher.

Trots en stomme på endast 10-12 st, är målet inför 2024 att ha kvar reservlaget. Att träna minst en träning/vecka samt vid match få tillgång till de spelare i A-truppen som inte får speltid på A-lagets matcher. Tanken är även att de spelare som har lite större ambition även kan träna med A-truppen.

Under säsongen har vi haft några spelarmöten och andra lagaktiviteter.

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

Vi hoppas på en fortsättning även 2024.

## P-08/09

Fakta om året som gått

Ledare: Marcus Lillhager (tränare), Björn Ström (tränare), Rickard Grönberg (tränare), Magnus Talbäck (anläggningsansvarig)

**Beskrivning av genomförd verksamhet**

Vi i P-08/09 har under 2023 varit 22 st spelare och 3 st ledare/tränare. 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. Vi har under året spelat i två serier. Dels har vi spelat i P 15 Regional serien och vi har även spelat i P 15-16 grön grupp 4. Detta för att alla skulle få spela mycket matcher och på en nivå som passade fotbollsmässigt.

Vi spelade 7 träningsmatcher och 28 seriematcher under året. Vi var även med i ett flertal cuper. Giffcupen i Tidaholm i april, Örebrocupen i juni, och årets höjdpunkt Gothia cup i juli. I alla cuper så nådde grabbarna fina resultat.

**Verksamhetsplan för nästa år**

Inför 2024 så är det tyvärr så att vi har fått lägga ner laget. Detta beror dels på att många killar ville fortsätta med annan idrott (innebandy), några killar ville gå vidare och byta till annat lag och en del killar slutade. Detta ledde till att vi inte fick ihop tillräckligt med killar för att kunna fortsätta i Hovstas regi. Glädjande dock är att de allra flesta som ville fortsätta har kunnat göra detta i andra lag i regionen.





## Ekonomisk berättelse

Vi har tömt lagkassan under året genom att vara med på cuper och i november hade vi en avslutning med hela laget.

## P-10

Ledare: Daniel Löfgren Wallén, Herman Pettersson och Jonas Holmqvist

Beskrivning av genomförd verksamhet

2023 har Hovsta IF 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 ett lag. Vi deltog under 2023 på fyra cuper (giffcupen, örebrocupen, Oddebollen och Select cup).

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



## Verksamhetsplan för nästa år

Ihopslagning med Lillån P10.

## F-10/11/12

Ledare: Suzanna Karlberg, Joakim Åberg, Erwin Halilovic, Pär Carlson och Sara Brosten.

Kassör: Johan Blommengren

Anläggningsansvarig: 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, svampen cup och Skara sommarland cup. Vi har tränat 2-3 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 1-2 gånger i veckan på Lillåns konstgräs. Vi är ungefär lika många spelare som förra säsongen. Vår målsättning har varit att ha roligt tillsammans och att utbilda så bra spelare som möjligt. Vi har god närvaro på våra träningar. Vi har också haft stöttning av föräldrar som organiserat roliga saker med spelarna.

### **Verksamhetsplan för nästa år**

Vi vill behålla så många spelare som möjligt. Fokus ligger på att ha roligt tillsammans och vi har bra uppslutning på träningarna. Vi kommer att delta med 2 lag i seriespel. Ett eget lag och ett samarbetslag med f13-14. Vi kommer att spela 9-manna den här säsongen och vår trupp är för liten för att ha 2 lag därför tror vi att ett samarbete med de yngre tjejerna kommer att ge oss möjlighet att ge fler spelare möjlighet att få matcher på sin nivå. Vi planerar även att delta i flera cuper utomhus. Oddebollen blir den längsta resan men vi planerar även att delta i Örebrocupen och någon mer hyfsat närliggande cup. Vi ska också delta i Byggmästercup inomhus i Västerås i Mars.

### **Ekonomisk berättelse**

Vi har dålig insyn i hur mycket pengar vi har i lagkassan. Vi tjänade mycket pengar på panta mera och var de som pantade mest i länet 2023. Våra större utgifter har varit Skara sommarland cup och även betalning för träningsöveraller vi fick 2022.

### **P-11**

Ledare: Kristoffer Springare, Carl De Verdier, Marcus Jansson, Andreas Laurin, Lena Uvhagen.

Kassör: Maria Laurin

Anläggningsansvarig: Bernard Landh

### **Beskrivning av genomförd verksamhet**

Vid 2023 års slut hade vi 26 spelare i truppen och 5 ledare. Vi har under året fått tillskott av några spelare från andra klubbar samt även några grabbar som aldrig förut har spelat fotboll, vilket är både roligt och utmanande när majoriteten av laget har spelat fotboll i 6-7 år. Ett par spelare slutade/tog uppehåll från fotbollen under året. Vi har också tappat två ledare som istället leder andra idrotter.

Under perioden maj-september hade vi tre träningar per vecka, och under konstgräsperioderna januari-april och oktober-december hade vi 2 träningar per vecka. Träningarna har innefattat bollövningar, matchspel samt fysträning. Sedan oktober har vi börjat träna på 9-mannafotboll.

Under säsongen hade vi två lag anmälda till seriespel i olika nivåer. Vi deltog i Örebrocupen, Skaracupen och Forwardcupen. Vi har även genomfört föräldramöte, lagkväll och olika trivselaktiviteter med laget.

### **Verksamhetsplan för nästa år**

Träna två 75-minuterspass per vecka samt genomföra ett antal träningsmatcher på 9-manna under konstgräsperioden

Träna tre 90-minuterspass per vecka samt delta i seriespel med två lag under gräsperioden

Träna med fokus på några uttalade moment, samt fortsätta att jobba med träningsfokus och laganda

Utöka samarbetet med P12 både gällande träningar och matcher

Delta i minst fyra cuper under året: Giffcupen (försäsong), Örebrocupen, Forwardcupen samt ytterligare en övernattningscup i sommar

Inköp av lagkläder

Genomföra Pantamera samt 1-2 försäljningar



## P-12

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

Under årets säsong deltog 23 spelare och 5 ledare.

Vi har genomfört 78 träningspass på B-plan, Lillåns konstgräsplan samt i Hovstaskolans bollhall.

Vi har deltagit i två 7mot7-serier i förbundets regi och ett antal cuper:

### Futsal

- Norlanders cup i Mariestad
- KåBe-Mattan cup i Lekeberg
- Hovsta futsal cup (egen regi)

### Fotboll

- Svampencupen
- Hovsta spring cup (egen regi)
- Lilla Lithellscupen i Sköllersta
- Örebrocupen
- Sun cup i Karlstad (en natt)
- Fotbollsfesten i Norrköping
- Hovsta fall cup (egen regi)
- Select cup i Örebro



Vi genomförde en lyckad lagaktivitet i klubbhuset inför säsongen där vi pratade om spelidé, övningar, regler, laganda och mycket annat.

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

### Verksamhetsplan för nästa år

Under 2024 planerar vi att delta ibland annat Örebrocupen, Habocupen utanför Jönköping och Oddebollen i Uddevalla. Vi kommer även att arrangera minst en minicup på hemmaplan.

## F-13/14

Laget: 14 Spelare

4 Ledare

Erwin Halilovic

Caroline Bredberg

Hanna Knutsson

Suzanna Karlberg

Lagkassör Hanna Knutsson

Antal ledarträffar : 2 st



### **Beskrivning av genomförd verksamhet**

Laget har under 2023 haft 57 genomförda träningstillfällen.

Laget har haft 12 genomförda matcher i seriespel. Fotbollsförbundets seriespel. Laget har genomfört 2 cuper och 1 träningsmatch.

Laget har haft 1 föräldramöte

1 ledarträff på hösten

### **Verksamhetsplan för nästa år**

För 2024 är målsättningen för laget att:

- träna två pass i veckan
- seriespel
- öka ledarträffarna
- försäljning till lagkassan
- anordna spelar träff & föräldrar träff
- Delta på cuper. Örebro cupen är 1 utav de cuper vi kommer att delta i.

## **P-13/14**

### **Beskrivning av genomförd verksamhet**

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

Under säsongen har laget spelat träningsmatcher, poolspel och seriespel. Laget var med och spelade Örebro cupen med två lag i P2014 och ett lag som spelade P2013. Under hösten spelade P2013 med i Select cup, samt att samtliga spelare har fått chansen att medverka under matchkvällar ordnade av Lekeberg där inomhusfotbollsmatcher spelats. Under året har 32 spelare (10 födda 2013 och 22 födda 2014) varit med och medelnärvaron har legat på 53 procent. Under året har laget fått både nygamla spelare men också nya som inte tidigare spelat organiserat.

Vi började året med 6 ledare och slutade med 6 ledare. Medelnärvaron bland ledarna har varit 38 procent vilket inneburit att vi många gånger har varit beroende av hjälp från föräldrar för att inte behöva ställa in träningar. Ledarstaben har genomgående yrken som är omöjliga att helt veta när de slutar. Detta är en utmaning då ingen planering hjälper om något sker på arbetet.

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

Vi upplever ett bra sammansvetsat gäng spelare som välkomnar nya spelare med öppna armar och försöker hjälpa varandra framåt. Trots den stora gruppen så stöttar de varandra på ett väldigt bra sätt. När vi har varit på cuper och matcher där vi ställt upp med flera lag så står det lag som inte spelar och ropar glada hejarop på sina spelande kamrater.



## F-15/16

Ledare: Jimmy Lind, Anneli Andersson, Caroline Lind, Mikael Bredberg och Caroline Bredberg.

### Beskrivning av genomförd verksamhet

Under lagets tredje säsong deltog 15 spelare och fem ledare. Vi inledde säsongen i mars på Lillåns konstgräs en gång i veckan för att sedan träna på B-plan när gräsplanen öppnade. Vi tränade en gång i veckan under vårsäsongen och ökade mängden till två gånger i veckan under höstsäsongen.

Vi kan konstatera att det finns väldigt få flickor födda 2016 som är intresserade av fotboll. Det är ett fåtal som testat att träna vid enstaka tillfälle men i övrigt är alla födda 2015. Två av ledarna besökte alla klasser i årskurs 1 på Hovstaskolan för att marknadsföra fotbollen och informera om vår verksamhet. Det resulterade i att många kom och tränade samt att några av dem fortsatte att spela under säsongen. Vi märker också att det är svårt att hitta samarbeten med flickor födda 2013-14. Ett ökat utbyte vad gäller träningar och matcher är önskvärt och nödvändigt för lagets existens på sikt.

Under säsongen deltog vi i poolspel anordnat av förbundet. Det blev mycket uppskattat av spelarna och ledarna. Under sommaruppehållet deltog vi i för-VM i Nora och under slutet av säsongen deltog laget i Select cup. Vi anordnade ingen egen cup under säsongen utöver ett poolspel som vi arrangerade men vi har förberett för en cup i Hovsta i maj 2024.

Laget har en stabil lagkassa och laget har gjort flera försäljningar under säsongen samt haft kiosk då vi har arrangerat poolspel. De nya spelarena som har tillkommit har fått köpa en träningströja med namn till ett subventionerat pris. Alla spelare har fått en Hovsta IF-mössa att använda under vintern. Vi hade också avslutningen på Jumpyard som finansierades av lagkassan. Syftet har varit att skapa en stark lagkänsla där alla känner sig delaktiga. Det finns en stark vilja hos föräldrar att hjälpa till kring laget.

Då många av spelarna har andra aktiviteter under vintern valde vi att inte träna inomhus under vintern för att i stället börja träna utomhus så tidigt som möjligt på konstgräs under våren.

### Verksamhetsplan för nästa år

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

Inleda säsongen med träningar på Lillåns konstgräs under februari.

Delta i poolspel anordnat av ÖLFF.

Delta i Örebrocupen, Select cup samt eventuellt fler cuper.

Anordna en egen cup i Hovsta.

Att komma i gång med samarbetet med äldre flicklag samt eventuellt med nya F17.

Stärka lagkänslan och gemenskapen med lagstärkande aktiviteter.

Köpa träningskläder till alla spelare där lagkassan står för en stor del av kostnaden.

Att ytterligare stärka samarbetet med andra flicklag i föreningen.



## P-15

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

Pojklaget hade cirka 30 registrerade spelare och 5 ledare under 2023 samtidigt som vi har haft bra stöd från många föräldrar. Under året har vi tränat utomhus mestadels i Hovsta och i Lillån när Hovstas gräs inte varit så bra. Dessutom har vi börjat träna futsal i Hovstahallen.

Precis som förra året bjöd vi in till föräldramöte tidigt för att förankra våra idéer kring olika aktiviteter under året med ett stort gensvar från grabbarnas föräldrar. Planeringen bestod att flera poolspel och ett par minicuper på Hovsta IP, något som genomfördes med väldigt lyckat resultat.

Vi deltog även 2023 i Hovstajoggen där vi återigen vann pizzakvällen genom flesta antal deltagare per aktiv lagmedlem i joggen som representerade vårt lag. Detta firades genom en pizzakväll i samband med en landskamp som vi avnjöt tillsammans i klubbstugan, en aktivitet som gav grabbarna en chans att träffas i laget utanför planen.

Vi har testat att spela futsalmatcher i form av träningsmatcher och deltagit i Örebrocupen i mellandagarna, det var väldigt uppskattat bland grabbarna. I november gick vi på ÖSK-match i superettan med laget där de fick chans att titta på elitfotboll på plats och umgås i laget.

Många av killarna har tagit stora kliv framåt när det gäller båda spel och mognad i samspelet med sina lagkamrater. Vi ledare ser fram emot en ny säsong med nya roliga inslag för laget.

## P-16

Ledare: Fredrik Josefsson, Lisa Nykvist och Robin Ohlsson

### Beskrivning av genomförd verksamhet

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.

Utfallet inifrån verksamhetsplanen:

Pojkar 2016 består i dag av 15 registrerade pojkar och av fyra ledare. P-16 har tränat två gånger i veckan fram till säsongsavslutet i september. I okt startade laget upp och tränade Futsal en gång i veckan. Fokus under året har varit på lek, gemenskap, variationsrika övningar och fokus på träning. För att möjliggöra fokus på träning har en målsättning varit att göra barnen och föräldrarna medvetna om hur vi tillsammans skapar förutsättningar för lyckade träningstillfällen. Förutsättningarna har handlat ramverk för hur vi uppför oss under träningen, för att få ut så mycket träning som möjligt. Vilket kommer fortsätta under 2024.

Under 2023 deltog laget i flertalet poolspel i förbundets regi i spelformen 3v3 och arrangerade ett poolspel i slutet av september, vilket gav ett bra tillskott i lagkassa.

### Verksamhetsplan för nästa år

Träning en gång i veckan till slutet av mars/april

Två tillfällen i veckan maj – september

Delta i poolspel i förbundets regi

Samtliga ledare ska ha genomgått tränarutbildning via ÖLFF.

Någon form av försäljning är aktuell under våren för att få igång en lagkassa.

Arrangera ett poolspel



## PF-17

Ledare: Marcus Bargholtz, Peter Knoblach, Helena Rydelius, David Skaremark och Anders Strömvall

### Beskrivning av genomförd verksamhet

Verksamheten för flickor och pojkar drog igång i maj med utomhusträningar på naturgräs och fortlöpte under våren och sommar, med ett längre sommaruppehåll från juli fram till slutet av augusti, fram till mitten av september. Verksamheten har under utomhussäsongen haft tillgång till Vetevallen men pga. mycket regn och utebliven gräsklippning av gräsytan har verksamheten även genomfört träningar på gräsytor i nära anslutning till Lunds gård under senare delen av utomhussäsongen. Sammanlagt har nio träningar genomförts. Deltagarantalet under utomhussäsongen har varierat mellan 9-29 deltagare, med minst deltagande under "sommarlovstiden". Minst fyra ledare har varit närvarande under verksamheten utomhus.

Verksamheten har även fortsatt med inomhusträningar i idrottshallen på lördagar under hösten. Nio träningar har genomförts under hösten/vintern. Deltagarantalet har varit mindre än under utomhussäsongen med ett deltagarantal på 6-10 deltagare. Två ledare har varit närvarande under inomhussäsongen.

Fokus under hela året har varit att; lära känna nya kompisar, lära känna bollen, passa, prata, rörelse, fair-play, matchspel och främst av allt ha kul.

### Verksamhetsplan för 2024

Planerar att fortsätta med inomhusträning en gång i veckan t.o.m mitten/slutet på april för att sedan träna vidare på naturgräs, 1-2 gång-/er i veckan.

Målsättning om att starta ett flick- och pojklag.

Att rekrytera fler tränare/ledare

Att alla tränare/ledare ska ha genomgått tränarutbildningen via ÖLFF

Delta i poolspel som anordnas av ÖLFF (3 vs. 3)

Starta upp en lagkassa för respektive flick-/pojklag

Införskaffa enhetliga träningskläder (t-shirt/shorts/strumpor) åt samtliga spelare

## Bollkul (P/F-18)

Bollkul startade våren 2023 med utomhusträning på fotbollsplanen varje söndag i cirka 50 minuter. Vi hade superroliga övningar med och utan boll som alla barnen gillade. Vi är ett glatt gäng med både killar och tjejer, och vi hoppas verkligen att ännu fler barn och ledare kommer att vilja vara med oss 2024! Det är så kul att se hur vårt lag växer och utvecklas. Vi ser fram emot ännu fler magiska stunder på planen och att skapa roliga minnen tillsammans. Så kom och var med oss, det kommer att bli en rolig säsong.



## **Skolbygge med boll (P/F 6-12)**

Ledare: Daniel Löfgren Wallén, Marcus Lillhager, Sofie Löfgren Wallén och Kajsa Lillhager

### **Beskrivning av genomförd verksamhet**

Under 2020 startade vi upp ett lag som riktar sig till barn mellan 6-12 år och som har någon form av funktionsvariation, eller som av någon annan anledning har känt att det inte funkar i annat lag.

Vi har under sommarhalvåret tränat 1gång/vecka på b-plan och sedan fortsatt med 1 gång/vecka även inomhus. Träningarna har till stor del bestått av mycket rörelse och lek med boll i olika former men går mer och mer åt att likna "riktiga" fotbollsträningar med övningar och matchspel.

Vi har sett en väldigt stor utveckling av deltagarna under året. Både socialt och förståelse av övningar och matchspel.

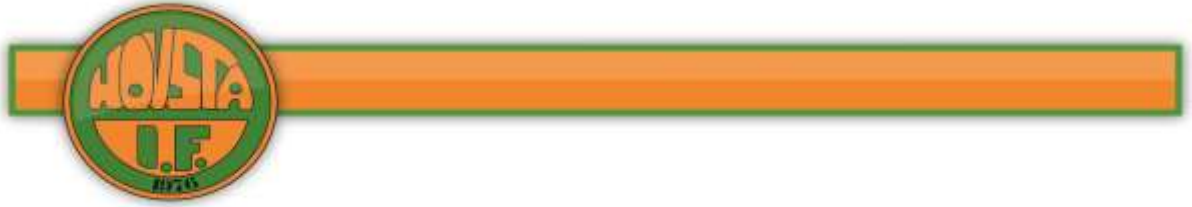
Vi har under året varit ca 10-12 barn och fyra ledare. Några har slutat och någon ny har tillkommit. Även fast vi är en relativt liten grupp så kan vi se att det är oerhört viktigt för de som är där och att en liten grupp är att föredra.

### **Verksamhetsplan för nästa år**

Under 2024 kommer vi fortsätta med att träna 1gång/vecka under hela året, både utomhus och inomhus.

Vi kommer fortsätta lägga stor vikt på rörelse och ha kul med boll. Individernas fokus och intresse får helt enkelt också utgöra grunden för träningsupplägget. Vi har även planer på att försöka få till någon match mot något annat liknande gäng.





# Innebandysektionen

## Verksamhetsberättelse 2023

Under säsongen 2023/24 har det varit 6 lag. Under hösten startades ett lag för flickor och pojkar som är födda 2016 upp med varierat resultat av ledare.

Totalt har vi haft ca 140 st aktiva innebandyspelare och ca 30 st ledare.

<u>Lag</u>	<u>Antal spelare i truppen</u>	<u>Antal tränare (enl. laget.se)</u>
P 11	15 st.	5 st
P 12	14 st	4 st
P 13-14.	19 st.	4 st.
F 13-14	16 st	4 st
P 15	22 st.	3 ledare och 2 ungdomar.
P/F 16-17	22 st.	6 st.
Söndagsinnebandy	30 st	

Arbetet med att motverka ensidig träning är 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. Det yngsta laget är i skrivande stund osäkert om det kommer att fortsätta då det fattas ledare. Vi har under säsongen också sett över ekonomin för lagen och styrelsen och sett över om det behövs domar eller ledarutbildning. Materialansvarig har sett över materialet och kontrollerat om något behöver köpas in. Vi arbetar för att få engagerade föräldrar till lagen men även till innebandystyrelsen.

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



## Lagens verksamhetsberättelser 2023

### P11

Återigen ser vi att vi har samma gäng som föregående år, vilket är otroligt roligt att gänget håller ihop!

Statistik 2023:

Antal aktiva barn: 15 st

Antal träningar: 58 st

Antal matcher: 17 st

Övriga aktiviteter (ex cuper och träningsmatcher): 4 st

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 utvecklingen.

Vi har börjat samarbeta med Hovsta P12 och hoppas utveckla det under 2024.

Största fokus är ändå att ha kul tillsammans på träningar och matcher, och att vi stöttar varandra

### Verksamhetsplan för nästa år 2024

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

- Utveckla samarbetet med Hovsta P12
- Se över möjligheten att fortsätta även nästa säsong i samarbete med P12
- Utveckla vårt spel.
- Fokusera på att ha roligt
- Ledarutbildningar

### P12

Antal medlemmar/spelare februari 2024: 15 st

Antal tränare/ledare: 4 st

#### Beskrivning av genomförd verksamhet 2022/23

Vi har tappat några spelare i laget, men det har också tillkommit någon ny. Totalt sett är vi 15 st nu, med en spelare som eventuellt kommer börja inom kort. Det är aldrig för sent att börja, de nya killarna har kommit in i det jättebra! På ledarfronten är vi 4 st.

Denna säsong har vi haft två träningar per vecka, på tisdagar och fredagar. Träningsnärvaron är lite större på tisdagar än fredagar. En del fredagsträningar har gått bort pga matcher. Det är på gränsen i antal spelare på träningarna, som ledare skulle man gärna ha lite fler spelare att tillgå, men killarna tycker det är roligt att de får mycket speltid.

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.

Vi blandar ganska mycket vilka typer av övningar. Det är fortfarande viktigt med individuell träning för att utveckla sina skills, men det behövs också fler samspeleövningar. Övningarna går också att göra mer avancerade vilket är kul.

Det är häftigt att se den fortsatta utvecklingskurvan på både laget och spelarna.

Målvaktspositionen är fortfarande delvis öppen, men vi har en kille som vill vara enbart målvakt, så han står alltid på träningarna, den andra platsen är öppen. Utespelarna hittar mer och mer sina favoritpositioner och det försöker vi tillfredsställa så gott det går, men ibland måste man ta andra positioner, vilket är nyttigt.

Matcherna spelas 4 mot 4, tid 3x15 med flygande byten, vilket spelarna har 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, försäljning av Newbody och en bollkastningstävling vid hemmamatcherna som komplement till kiosken. Som avslutning denna säsong kommer laget att delta i Örebrocupen i april i P11/12-klassen vilket innebär 5 mot 5 och tävlingscup med slutspel. Dessutom ska vi spela Katrineholmsscupen, där blir det 4 mot 4 i kämpande klass. Katrineholm innebär också första övernattningscupen för laget. Ingen ledarutbildning är bokad, däremot finns behov av att genomföra en Grundutbildning för Pers del.

### **Nästa säsong**

Vi hoppas att vi ska vara spelare nog för att kunna fortsätta köra på på samma vis även nästa säsong, men då det blir 5 mot 5 så kräver det att truppen fortsätter vara i samma storlek och att vi har högt intresse för att vara med på träningar och matcher.

2024-02-08

Linus Ahonen

Ola Elmvik

Marcus Halvarsson

### **F13/14**

Vi har under året varit en stabil tjejgrupp med både yngre och äldre spelare. Några nytillkomna som gör att gruppen nu är uppe i 16 aktiva spelare som är födda mellan 2012 och 2016. Poolspelsserie vi är med i år för flickor 2013/2014 och vi har både anordnat poolspel på hemmaplan och deltagit på poolspel i andra hallar i länet.

Poolspelsfesten i Kumla är en årlig favoritaktivitet som vi har deltagit i även detta år!

För första gången kommer vi att spela i Örebrocupen och även ha kioskverksamhet för att stärka upp lagkassan.

### **P13/14**

Vi har under året haft en lite svajig innebandygrupp. Några nya men tyvärr också flera avhopp. Detta gör att vi har 15 st aktiva spelare som är födda 2013-2014

Laget har spelat seriespel och vissa matcher har varit jämna medan andra lite för olika i nivå mellan lagen. Detta har inneburit att vi beslutade att välja en lite enklare serie så nivån mellan lagen blir jämnare.

Vi har haft en enklare kioskverksamhet men tyvärr blev innehållet i kiosken stulet och hanterat via försäkringsbolag.

Träningarna har genomförts två gånger i veckan. Antal spelare varje träning har varit ca 7-10 spelare. Många har andra sporter som konkurrerar med innebandyn.

Majoriteten av ledarna har oregelbundna arbeten vilket kan innebära att det är svårt att veta exakt om man hinner till träningen.

Vi har börjat att haft ett samarbete med P15 för att förstärka truppen vilket fungerat mycket bra. Detta kommer vi fortsätta med.

Vi pratar ofta om vad klubbmärket Hovsta IF står för.

Våra ledord är att vi ska ha roligt och att vi betar oss som gentlemen både på planen och utanför planen.



## P15

Innebandylaget som nu mera går under namnet Hovsta If ib p-15 har under verksamhetsåret varit 21 spelare och 5 ledare. Individerna i laget har varierat lite under året, något barn har slutat pga intresse och några har tillkommit. Kärnan har dock varit stabil. En ledare har slutat och en annan tillkommit. En kompetent ledare som varit med på högre nivå och placerat sig högt i SM för juniorer. Det är ca 17 spelare på träningarna varje vecka och minst 3 ledare på plats. Detta gör att vi kan bedriva träningar med god kvalitet och stor variation. Fokus ligger på att spelarna ska bli vän med bollen, lära sig skjuta, samt förstå innebandys regler.

Under hösten har möjligheter för att utöka antalet träningar i veckan gjorts. Det har dock inte varit genomförbart för oss. Tiderna som varit aktuella har tyvärr krockat med P-15:s fotbollsträningar eller varit samma dag som vi redan tränar. Till kommande säsong önskas antalet träningar bli två gånger i veckan, fördelat på en vardag och en helg. Vi ledare har fått indikationer på att det är spelare som valt bort innebandyn då träningen ligger på en helgmorgon. Anledningen till detta är att fotbollen har träning på lördagsmorgon och innebandyn på samma tid på söndagen. Önskan och längtan efter sovmorgon har varit för stor.

Under våren deltog laget i poolspel i serien PK10 och under hösten var det PK9 som gällde. Antalet lag som delar i PK9 har minskat vilket har gjort att antalet matcher minskat. Det spelarna givit uttryck för att de saknar att spela match samt att storleken på plan är "tråkig". Vi ledare har då börjat arrangera träningsmatcher på en större plan som innebär att man spelar 4-4 med målvakt istället för 3-3 med målvakt. Responsen från spelarna har varit god och gjort att ett par barn som sagt att de inte ska fortsätta med innebandyn nu är mer taggade än innan. Totalt har det under året blivit fyra poolspel och en träningsmatch. Vi ledare anser att detta är lite för lite och önskar att antalet matcher ökar under kommande verksamhetsår.

Några av våra spelare och också fått chansen att spela med Hovsta If IB p13/14 i deras serie då de saknat spelare. Det har varit väldigt uppskattat hos dessa spelare. Det har också varit en bidragande orsak till att p-15 spelat träningsmatcher på den större planen. Vi har haft kommunikation med förbundet om att till nästa säsong starta en serie med 4-4:a spel för barn födda 15. Inget beslut är ännu taget.

Den fortsatta kommunikationen med fotbollen är fortsatt god så att vi tillsammans inte ska tvinga barnen att välja idrott. Några krockar har det blivit men vi jobbar för att minska antalet. Det är inte alla spelare som deltar i båda idrotterna som fallet var föregående verksamhetsår. Men det är fortsatt en stor majoritet.

## P 16/17

I början av terminen var det 22 anmälda deltagare och 7 ledare i truppen.

Träningarna har varit indelade i olika moment med uppvärmning, teknik och matchspel. Det är en stor grupp då det är många årskullar i en. Flertalet barn har dock tappat intresse och slutat. Vid senaste 3 tillfällena har det en närvaro på totalt 9-11 registrerade deltagare.

Anledningar till avhopp kan ha varit att det varit rätt rörigt vid träningstillfällena och många inställda träningar. Det har under säsongen funnits svårigheter att få till träningstillfällena trots många ledare då få haft möjlighet att delta pga olika omständigheter bland annat träningstiden. Det har därför egentligen bara varit en engagerad tränare. Idag finns 3 ledare kvar registrerade.

För att kunna fortsätta behövs fler engagerade ledare eller byte av träningstid så att de som finns registrerade kan delta.

Barnen har än så länge inte deltagit i något poolspel.



## **Söndagsinnebandyn**

Inom Innebandy Sektionen bedrivs Söndagsinnebandyn som riktar sig till vuxna och ungdomar. Träningstillfället är förlagt till ett tillfälle i veckan som sker söndag mellan klockan 2000-2100. Träningen i sig består av matchspel, med målvakter.

Under det gångna året har intresset ökat och vi är i skrivande stund 34st aktiva deltagare, med en närvaro på 22-26 deltagare per träningstillfälle.

Under det gångna året har det även skett en förändring i organisationen då tidigare ansvarig/tränare har valt att lämna. Det har resulterat i att det kommit in tre nya deltagare/tränare har axlat rollen och sköter nu om Söndagsinnebandyn.

Den nya organisationen har under det gångna året fokuserat på ekonomin, samt att få in några nya deltagare.



# Gymnastiksektionen

## Verksamhetsberättelse gymnastiksektionen 2023

Fakta om året som gått

Antal betalande medlemmar vid årets slut: ca 170 betalande

Sektionsavgift Barngymnastik: 360 kr HT/VT

Sektionsavgift Gruppträning: Årskort 1.200:-, terminskort 650:-, klippkort 450:-, 1 gång 50:-

### Styrelse:

Ordförande Mikael Bredberg

Kassör Maria Kihlberg

Sekreterare / Mikael Bredberg

Ledamot Agnes Levin, Danny Castillo & Susanna Nilsson

Vuxenträning Maria Kihlberg, Jennie Nylund & Susanna Nilsson

Sektionsstyrelse kontakt Jennie Nylund

Antal protokollförda styrelsesammanträden: 7 st.

### Styrelsens berättelse

2023 års styrelse har bestått av två återvalda styrelsemedlemmar från 2022, samt att två styrelsemedlemmar har tillkommit. Vi är i dagsläget sex i gymnastikstyrelsen.

Sektionen har 170 aktiva barn inom gymnastiken. Barnen är födda från år 2012 till år 2020. I varje grupp finns tre till tio ledare, ca 35 ledare har funnits med. Under året har sju styrelsemöten ägt rum.

Intresset för barngymnastik i Hovsta IF har ökat under året.

### Våra barngrupper

Vi har haft 5 barngrupper i åldershomogena grupper.

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

Födda 2020 tisdagar

Födda 2019 tisdagar

Födda 2012 – 2016 tisdagar

Födda 2018 torsdagar

Födda 2017 torsdagar

I varje barngrupp har det varierat mellan 30 - 40 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 gympapasset. 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 vår- och höstterminen bedrevs gruppträningen med tre pass/vecka. Under sommaren erbjöds gratis utomhusträning två tillfällen/vecka, när vädret inte satte käppar i hjulet. Fokus har varit styrke- och konditionsträning. Elin Seiz och Ulrika Björk har hållit i pass en gång varannan vecka. Övriga pass har Maria Kihlberg varit ledare 2 pass i veckan.

Under året har ett 60-tal personer deltagit i passen. Det har varierat i antal mellan 13-40 personer/pass. De sena onsdagspassen har varit minst attraktiva, då många tycker att starttiden 20.30 blir alldeles för sent.

Under året har sektionens materialförråd utökats något med 10 tunna yogamattor, åtta pilatesringar och också kompletterat minibandsutbudet.

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

Inför detta träningsår blev det möjligt att lösa årskort.

Sammanställd av Gymnastikstyrelsen Hovsta IF