



## Verksamhetsberättelse IF Friskis och Svettis Åmål

### Verksamhetsåret 2019 01 01 – 2019 12 31

IF Friskis och Svettis, Åmål är ansluten till Friskis & Svettis Riks, Riksidrottsförbundets specialidrott och regionalt Bohuslän-Dals Idrottsförbund.

Styrelsen för Friskis och Svettis, Åmål avger härmed sin verksamhetsberättelse gällande föreningens aktiviteter under verksamhetsåret 2019.

Styrelsen har haft följande sammansättning:

Ordförande	Yvonne Arén
Kassör	Ingrid Christensen
Sekreterare	Pia Persson
Ledamöter	Josefine Bertilsson Louise Larsson
Suppleanter	Inge Larsson Camilla Svensson Rose-Marie Andersson
Ledaransvarig	Elin Larsson / Pia Ågren
Värdansvarig	Annika Johannesson och vice Nathalie Dovlind
Personuppgiftsansvarig	Annika Johannesson
Hemsidesansvarig	Louise Larsson Nathalie Dovlind
Valberedning	Camilla Lilja (sammankallande) Camilla Svensson, Günter Grundman
Revisor	Tord Jakobsson

Styrelsen har under verksamhetsåret anordnat åtta mötestillfällen.

Verksamheten har anordnat jympapass av varierande intensiteter och arrangerats i Åmåls Kommuns idrottshallar på Karlberg och Kristineberg.

Under året erbjöds medlemmarna följande aktiviteter: Jympa BasPuls, Jympa Bas och Jympa Medel.

Antal medlemmar under 2019 var 120 personer.

Övriga aktiviteter under året:

Under våren har vi provat med fredagsjympa en gång i månaden. Vi har lämnat riktade inbjudningar till olika kommunala verksamheter, företag och affärer, för att försöka locka fler deltagare till våra pass. Det har inte blivit någon större tillströmning, så det beslutades att under hösten avstå från detta pass.

Årsmötet för verksamhetsåret 2018 hölls den 17 mars 2019. Förutom sedvanliga årsmötesförhandlingar gästades vi av hälsocoach Ulrika Thoresson, som gav en inspirerande föreläsning om kost och rörelseglädje.

Den 26 maj ansvarade ledare Elin Larsson för uppvärmningen inför Annaloppet, som genomfördes i Fengersfors till förmån för Cancerfonden.

Sommarjympan i Örnäsparken var välbesökt även detta år. 16 träningstillfällen erbjöds, varav två pass var live-pass med Chrille och från Friskis och Svettis Säffle kom ledare som ansvarade för några pass.

Teknik och Fritid anordnade ”Idrottens dag” den 7 sept, då var Elin Larsson och Stephanie Persson där och representerade vår förening.

Friskis o Svettis Riks inbjöd till ett möte ”Mötesplats Framtid” den 7 sept i Vänersborg, då Yvonne Arén deltog.

Mellandagsjympan var ett livepass med Chrille, som var välbesökt.

Under året har Friskis och Svettis Åmål tillsammans med andra idrottsföreningar i kommun varit aktiva angående den nya idrottshallen som ska byggas. Vi har agerat för att få en fullstor hall, för att så många aktiviteter som möjligt skulle kunna arrangeras där.

Hemsidan, webbsidor på Facebook och Instagram har hållits uppdaterad med schema, jympatider och annan information.

Ledare under året har varit Elin Larsson, Hanna Jansson, Pia Ågren och Stephanie Persson.

Värdar på jympapassen har varit Anne Karlsdotter, Annika Johannesson, Ann Svensson, Ann-Lis Persson, Camilla Svensson, Camilla Lilja, Camilla Gonzalez Engkvist, Liselott Ågren, Nathalie Dowlind, Pia Holgers Holmberg, Rose-Marie Andersson och Ulla Levin.

Till samtliga ledare, värdar och styrelsemedlemmar framförs ett stort tack för allt nedlagt arbete i föreningen under det gångna året och vi ser fram emot ett nytt år med inspirerande träningspass och fler nya motionärer.

Till samtliga motionärer riktas ett stort tack för ert engagemang och förhoppning om ett bra träningsår 2020.

Åmål 2020 02 17

Yvonne Arén  
Ordförande

Pia Persson  
Sekreterare

Ingrid Christensen  
Kassör

Josefine Bertilsson  
Ledamot

Louise Larsson  
Ledamot

Nathalie Dövlind  
Hemsidesansvarig

Pia Ågren  
Ledaransvarig

Elin Larsson  
Ledaransvarig

Annika Johannesson  
Värdansvarig