

Verksamhetsberättelse 2022

För Idrottsföreningen Friskis&Svettis Olofström
Verksamhetsåret sträcker sig från januari till december.

Styrelsen

Christian Lönegård, Ordförande
Camilla Lindqvist, Verksamhetsledare
Ann Larsson, Sekreterare
Raili Svensson, Kassör
Eivor Magnusson, Vice ordförande
Maarit Kotkamaa, Ledamot
Gordon Rapp, Ledamot

Styrelsen hade under året totalt 14 st ordinarie styrelsemöten, varav sju var digitala samt ett årsmöte och konstituerande styrelsemöte.

Övriga förtroendeposter

Valberedning har bestått av Lena Sandström Winberg (sammankallande), Edyta Salenius samt Agneta Svensson.

Revisorer är Ruby Röman, Susanne Olsson samt Ulf Schmalfeld som suppleant.

Covid19

Verksamhetsåret 2022 började med framflyttad terminsstart då vi fick omorganisera till följd av de rekommendationer som FHM, RF och regeringen hade beslutat om. Antalet motionärer var begränsat i hallarna, vilket medförde att motionärer släpptes in en och en via dörren på baksidan av Dannfäldtshallen för att minimera personliga möten.

Under hela året har motionärerna fått boka sig på passen i Idrottshallen. Detta inte enbart pga restriktioner, utan för att motionärer ska få möjlighet att se ev lediga platser.

Kalender 2022

Januari

31/1 Terminsstarten var tänkt till 17/1 men fick skjutas fram pga Coronapandemin.

Gymträning – samarbete med Holje Gym fortlöper under 2022.

Mars

5/3 Funktionärer står vid Maxi och delar ut “prova på biljetter”

12/3 Funktionärer står vid Maxi och delar ut “prova på biljetter”

15/3 Årsmöte 15 st

22/3 Mellojympa

30/3 Maxipromenader startas (fem onsdagar)

April

Vecka 17 Friskvårdsvecka i Kommunen

11/4 Ny skivstångsutrustning till Idrottshallen

Nya licensierade ledare: Edyta Salenius (Jympa) och Jenny Sunesson (Skivstång)

Maj

Vecka 18 Friskvårdsvecka i Kommunen

16/5 Sommarjympor börjar med uteträning måndag och onsdag (gratis för alla), i övrigt reducerat schema.

Juni och juli

6/6 Några från styrelsen deltar i föreningsparaden i Holje park i samband med Kungens besök i Olofström.

14/6 Terminsavslutning för funktionärer vid Blåsegylet med tipsrunda, lekar och grillning.

Sommarjympor pågår till 27/7

Augusti

29/8 Terminsstart nu med helt ny träningsform, spinning (distans och intervall). Andra nyheter är också Dans fusion, Multifys, Skivstång intervall och Yoga energy 75.

September

4/9 Kick-off för funkisar då vi jobbar med “Röda tråden”, med fokus på “engagemang, växa och synas”. Fukt och dricka erbjuds.

Nya ledare: Pamela Bernstein (Multifys), Diosmar Jardinez Cuervo (Multifys) och Emma Köhnke (Dans Fusion)

Ledare med nya träningsformer: Christian Lönegård (Spinning) och Petra Wantzin (Yoga Energy)

November

4/11 Halloweenjympa

12/11 Medlemsdag på Sportringen - F&S medlemmar får handla med 25% rabatt på ordinarie priser. Vi erbjuder våra medlemmar att köpa tröjor med Friskistryck.

19/11 Dansathon - Lokala och inbjudna ledare leder häftig dans på en scen i Dannfäldtshallen. Specialbelysning ordnas av Peter Olofsson. Vatten och frukt serveras.

21/11 samt 23/11 Temapass på spinningen "80- och 90-talsmusik"

December 15/12 Julavslutning för funktionärer hölls i vår egen möteslokal. Levande musikquiz framfördes till jultallrik/godis. Ca 30 var närvarande.

12/12 Började reducerat schema över jul & nyår.

Media/marknadsföring under året

Vår vanliga informationskanaler är Facebook och Instagram.

Friskis egna appar Workplace och workchatt är

funktionärsgruppens nya interna kommunikationskanaler.

Vi har under året samarbetat med Maxi, Olofström, Holje Gym samt Sisu.

Inför evenemang och nya träningsformer har vi medverkat i radio och synts i tidningsartiklar.

Ordförande/ Christian Lönegård
Camilla Lindqvist

Verksamhetsledare/

Sekreterare/ Ann Larsson
Svensson

Kassör/ Raili

Vice ordförande/ Eivor Magnusson
Kotkamaa

Ledamot/ Maarit

Ledamot/ Gordon Rapp