

# Verksamhetsberättelse 2022



## För Friskis & Svettis Ronneby

### 1. Allmänt

Föreningen gjorde sitt åttonde år som självständig Friskis & Svettisförening i Ronneby, blev självständig förening 2015-01-01, efter att många år legat under Karlskronaföreningen.

### 1. Styrelsen

Styrelsens utseende under året har varit:

Ordförande

Pernilla Claesson

Kassör	Sven-Åke Carlén
Sekreterare	Helena Isaksson
Ledamot	Christel Carphagen
Ledamot	Tina Hjalmarsson
Ledamot	Janet Löfqvist
Ledamot	Josefin Wallin
Suppleant	Silvia Husar

## 2. Styrelsemöten

Under året har åtta styrelsemöten samt ett konstituerande möte genomförts (27/1, 8/3, 25/5 (inklusive det konstituerade mötet) 2/6, 22/8, 19/9, 26/10,5/12). Ett möte har varit fysiskt (26/10) resterande möten digitala.

## 3. Årsmöte

Årsmötet genomfördes 30/3, ägde rum fysiskt i ”Rosa huset”. 11 stycken närvarande, bestående av styrelsen, en ledare, en värd samt en motionär.

Valberedningen, bestående av sammankallande Kristina Svensson, Anneli Carlsson och Emma Alderlöf Pedersen avsäger sig sina uppdrag samt även revisor Christina Agantyr. Kristina och Christina avtackas med blomma.

Under årsmötet valdes ny revisor, Ingrid Axelsson. Ingen valberedning fanns till årsmötet, ett arbete som fortfarande fortlöper, idag har vi två nya kandidater, sammankallande Jens Boäng och Carola Bengtsson. Målet är tre kandidater.

## 4. Medlemmar

Antalet medlemmar under året har varit 125 stycken, mot 126 stycken för året innan. Alltså en minskning av en medlem. Vi ser ett antal medlemmar som lämnar och ett antal som kommer nya varje år.

## 5. Ekonomi

Se separat sammanställning.

## 6. Verksamhet

Vårterminen startades upp 10/1 och höll på till 31/5. Verksamheten bedrevs i sporthallen och på Thorén Framtid samt har vi kört multifys utomhus. Under terminen hölls fem pass i veckan.

Mellan 1/6 och 31/8 körde vi ett sommarschema med totalt 27 pass utomhus. Utepassen hölls i Brunnsparken, på Silverbergsplanen och på ”Gräsyta 1”. I år ansökte vi om tillstånd hos polisen och vände oss till allmänheten samt att det var gratis. Efter omfattande arbete fick vi möjlighet att hyra ett förråd i Villa Vega till vår utrustning, mellan juni och augusti.

Höstterminen startades upp 1/9 och höll på till 18/12. Verksamheten bedrevs i sporthallen och på Thorén Framtid samt har vi kört multifys utomhus. Under terminen hölls fem pass i veckan.

Mellan 20/12 och 8/1-23 körde vi ett helgschema med sju pass, ett pass ute och resterna i

sporthallen.

Vi har under året haft följande pass: Jympa Soft, Multifys, Yoga Energy och Jympa. Verksamheten har bedrivits av fem ledare och fem värdar. Vård Anneli Larsson avslutade sitt uppdrag efter sommaren, ny vård Martina Petersson börjar i samband med höstterminen.

Julavslutning hölls den 18/12 med utdelning av julklapp till alla som deltog på passet, ett rött Friskis & Sveltis nyckelband. Ledare och värdar belönades med julklapp, presentkort på Äggaboden.

## **7. Utbildning**

Lotta Eriksson diplomerades som Yoga ledare, 2/2.

Under året har vi inte haft någon ny ledare som genomgått utbildning.

## **8. Marknadsföring**

Reklam för föreningen har under året varit via Facebook, Instagram och medlemsmail. Under hösten registrerade vi oss på ronney.live. Utdelning av scheman samt har scheman satts upp på anslagstavlur. Inga sponsorer under året.

## **9. Utveckling**

Dokumentet för arvorde till ledare uppdaterades, 27/1.

8/3 uppdaterades dokumentet gällande arbetsordning för valberedningen.

Den 4/2 bjöds ledare, värdar och styrelse in till Friskis & Sveltis i Karlskrona där vår vård Evin Hoorami bjöd oss på ett Indoor Walking pass.

Karin Lindqvist blev ”luffad”, ledaruppföljd på sitt multifyspass, 28/4.

Policyn för avtackning inom föreningen uppdaterades 20/5.

Karlskrona föreningen, verksamhetschef Lotta Greenwood och ordförande Anders Hagert bjöd in till ett möte för att diskutera framtida samarbete. Från Ronneby deltog Christine Hjalmarsson och Pernilla Claesson, 23/5.

I juni, 12/6 bjöd vi in till träff för ledare, värdar och styrelsen, vi bjöd på mat på Cafe Mandeltårtan. Vård Anneli Larsson avtackas.

3/9 uppdaterades dokumentet gällande uppdragsbeskrivning för värduppdraget.

Genom Röda korset bjöd vi in till utbildning i Hjärt- och lungräddning i ”Rosa huset” den 8/11. Det var 11 stycken av funktionärerna som deltog på denna utbildning.

15/11 deltog Sven-Åke Carlén på en träff som kommunen ordnade. Information om RF\_SISU, energisparande och allmän info från kommunen om vad som gäller föreningar.

Inbjuden gäst till styrelsemötet, 5/12 var Anette Thorén från RF-SISU, vi planerar för ett samarbete framåt. Vi inleder med att vi lägger upp en del av vår verksamhet under 2022 på Idrottonline.

Flera ledare har hjälpt till att leda pass i andra föreningar, Karlshamn och Linköping.

Ledare och värdar har fått köpa in ett golvställ Friskis kläder, en överdel och en nederdel.

Föreningen köpte in "block", ett redskap för att kunna utveckla våra yogapass.

Föreningen köpte in headset, detta efter önskemål från ledare och då man marknadsför att alla ledare ska använda headset på ledarutbildningen.

Pernilla Claesson, ordförande

Tina Hjalmarsson, ledamot

Sven-Åke Carlén, kassör

Janet Löfqvist, ledamot

Helena Isaksson, sekreterare

Josefin Wallin, ledamot

Christel Carphagen, ledamot

Silvia Husar, suppleant