

Verksamhetsberättelse Nyköpings Frisksportklubb.

Nyköpings Frisksportklubb får härmed avge följande berättelse för tiden 1 januari – 31 december 2008.

Ledning och övriga funktionärer:

Under verksamhetsåret 2008 har klubben bemannats enligt nedan.

Styrelse

Ordförande	Sören Drottsgård		
Kassör	Bernt Karlsson		
Sekreterare	Bo Röjder		
Ledamot	Birgitta Andersson	Charlotta Milosavljevic	Susanne Egebrink
Suppleant	Nicklas Nordlund	Daniel Trygg	

Revisorer

Revisor	Per Ericson	Christer Påhlson
----------------	-------------	------------------

Valberedning

Valberedning	Sören Drottsgård	Bernt Karlsson	Bo Röjder
---------------------	------------------	----------------	-----------

Materialförvaltare

Materialförvaltare	Eero Kallunki
---------------------------	---------------

Sektionsansvariga:

Trampolin	Christoffer Rosenlind	Daniel Trygg	Jonas Rosenlind
Torpet	Eero Kallunki	Bernt Karlsson	
Lotteri, Tips, Bingo	Bernt Karlsson		
Friluftsliv	Sven Jonnson		
Volleybollträning	Eero Kallunki	Bo Röjder	
Volleyboll ungdom	Bengt Skoglund	Birgitta Andersson	Nicklas Nordlund
Volleyboll ungdom	Ulrika Mossberg (fr ht 2008)		
Volleybollcuper	Birgitta Andersson	Monica Börjesson	

Tränare:

Volleyboll FU15	Johanna Sandberg (fr ht 2008)	Linnea Andersson (fr ht 2008)
Volleyboll PU15	Robin Persson (fr ht 2008)	Theodor Landler (fr ht 2008)
Volleyboll Kids	Oscar Klaesson (fr ht 2008)	Marcus Gustavsson (fr ht 2008)

Möten

Förutom årsmötet 2008-03-16 har klubben haft 8 st protokollförda möten under året.

Årsavgifter 2008

0-14 år	100:-
15-	150:-
pensionär	150:-
familj	300:-

Antal Medlemmar

Antal vid årets utgång	2006	2007	2008
0-25 år	51	50	168
26-	57	59	65
Summa	108	109	233

Volleyboll:

Volleybollsektionen hade vid årets slut 67 medlemmar, fördelat så här:

0-14 år	15-25 år	26- år
12	15	40

Vuxenvolleyboll

I Nicolaiskolans gymnastiksal har i genomsnitt 14 deltagare spelat 2 timmar under vår och höst på onsdagskvällar.

I Tessinskolans idrottshall har i genomsnitt 17 medlemmar spelat på ledig yta i samband med ungdomsträningen under söndagskvällar.

Klubben genomförde också en motions-cup den 8 mars som samlade 9 lag.

Under hela sommaren så har klubben ansvarat för beach-planerna (2 st) i Nyköpings hamn och planerna (beach- och gräsplaner) vid Frisksporttorpet. Dessa planer har flitigt utnyttjats av såväl klubbmedlemmar som övriga.

På planerna i hamnen avverkades också en beach-cup den 28 juni, med 8 medverkande lag.

Ungdomsvolleyboll:

Under vårterminen 2008 tränade ungdomar 92-96 två timmar en gång i veckan i Tessinskolans gymnastikhall. Ledare är Nicklas Nordlund, Bosse Røjder och Birgitta Andersson, vikarierande tränare Robin Persson.

En ungdomscup genomfördes i Tessinhallen tillsammans med Trosa FK.

Från och med april ökade vi träningen med två timmar i Långbergsskolans gymnastikhall.

Under hösten startades två nya grupper inom sektionen. Det är Kidsvolleyboll för barn födda 2000 och Volley 2000 för flickor födda 96-98. Ledare för Kidsgruppen är Bengt Skoglund och Bosse Røjder, hjälpledare är Marcus Gustavsson och Oscar Klaesson. Ledare för flickorna är Johanna Sandberg och Linnea Andersson.

Pojkar födda 95/96 startade i Stockholm-Södermanlandsserien serie U15. Lag från Vingåker, Uppsala, Sollentuna, Dalarö, Södertälje och Nyköping är med i serien. Istället för att spela en match varje helg har man seriesammandrag där man träffas en gång i månaden och spelar mot varandra i cuplikande form. Under hösten spelade vi i Sollentuna, Södertälje och Vingåker. Under våren 2009 ska seriesammandrag ske i Nyköping, Vingåker och finalen sker i Sollentuna 8 mars 2009.

11 st matchtröjor med nr och namn, har tagits fram med sponsorhjälp från Biomedica, Hans

Sandberg.

Under hösten 2008 har vi arbetat fram fastare former för ungdomsverksamheten och vi har arbetat fram en egen budget. En förälder Ulrika Mossberg har börjat arbeta med att ta fram sponsorer för matchställ och overaller till i första hand ungdomsgrupperna. Intersport går in som huvudsponsor. Vi jobbar med att förbereda resa till Nationell volleybollcup för ungdomar i Falköping i april 2009.

Två nya tränare har börjat träna PU15 en dag i veckan med fokus på 6-mannauppställningen inför 2009/2010 års seriespel; det är Robin Persson som är spiker i Södertäljes U19-lag och Theodor Landler fd passare i Vingåkers div 1-lag.

Cirkusskolan:

Sörmlands Frisksportdistrikt anordnade under sommaren som vanligt cirkuskola i Gripenskolans lokaler. Nytt från i år var att deltagarna automatiskt fick ett års medlemskap i den lokala klubben, dvs i detta fall Nyköpings Frisksportklubb. På så sätt har vi nu en cirkussektion som består av 84 medlemmar. Dessutom utgjorde dessa ungdomar en ny rekryteringsbas för trampolinsektionen, som på så sätt fick en ny grupp av yngre deltagare.

Torpet:

En mild vinter underlättade arbetet vid Torpet vad beträffar snöskottning. Motionsspåret var fritt från snö och is i stort sett hela vintern. Detta bidrog till att tips- och bingopromenaderna samlade många deltagare på söndagarna. Gruppen som badar bastu samlas troget varje fredag vid Torpet för bad.

En lång period under sommaren var synnerligen torr och gräsmattorna blev fläckvis bruna men återtog sin friska gröna färg efter några veckors välbehövligt regn.

Kyrkogårdens folk hjälpte till att slå vildängen runt stugorna. Vi har gott om ved och det fylls på nästan varje år genom att vi kan ta reda på torrträd och vindfällen i skogen. Under våren och sommaren, när vädret tillåter, utnyttjas volleybollplanen flitigt av olika utövare och sportare.

Många får sin dagliga motion på motionsspåret i skogen. Motionsspåret samt volleyplanen utnyttjas också flitigt av brandkårens folk.

Under februarilovet hade Torpet påhälsning av ett gäng ungdomar som gjorde inbrott i både torpstugan och storstugan. Man kom in genom att krossa fönster.

Under året har Torpet haft följande hyresgäster:

Klass 7 Oppebyskolan

AMS pensionärer

DAINON

Oppeby Gårds förskola

Västra skolan

Fam Friberg

FUB

Fam Kristoffer Palmblad

Släbroskolan

Tintomaravandring:

Traditionsenligt så har klubbens Sven Jonsson tillsammans med Bert Lindgren anordnat en vandring "I Tintomaras spår".

I år var det för 40:e gången och temat var "Skogens Pärlor". Platsen var alltså som vanligt i Kolmårdsskogarna, och vandringen gick mestadels i olika typer av skogsmark.

Årets vandring startade i strålande solsken från en plats sydväst om Nävsjön lördagen 19 april. Därifrån gick man en runda på cirka 10 km, med sedvanliga stopp vid intressanta platser, där Bert och Sven som vanligt sakkunnigt men samtidigt mycket pedagogiskt och roande berättade för deltagarna om stort som smått.

På kvällen vidtog upprättandet av nattlägret vid Nävsjöns strand, där varje deltagare fick förfärdiga sin egen granrisbädd i de vindskydd som byggts gemensamt.

Söndagens frukost ackompanjerades av orrspel och sedan följde en ny vandring på cirka 10 km, denna gång öster om Nävsjön.

Frisksports Riksläger 2008:

Rikslägret hölls 2008 i den lilla byn Hestra i Småland. Det var en vecka med växlande väder, större delen molnigt och regnigt dock. Veckan började med invigningen, där Frisksports ordförande höll ett litet tal. Invigningen avrundades med att en skärmflygare flög förbi och släppte ner Frisksport-flaggan. Flaggan hissades och lägret var officiellt igång!

Som logi erbjöd Rikslägerveckan både ungdomscamping och vuxencamping. För de som var kräsna fick man även ta med sig husvagn eller husbil. På lägerområdet fanns ett café med stort utbud. Det serverades godis, chips, frukt, läsk, juice, paj, mackor, pizza, hamburgare, korv, våfflor, glass och kakor. För den som hade betalat lite extra för "halvpension" fanns det också äkta Frisksport-frukost med kruska samt middag i en närliggande skola.

Det fanns mycket att göra på Rikslägret så det blev aldrig tråkigt. På schemat fanns det föreläsningar om miljö och hälsa, gympapass, danspass, volleybollturneringar, beachvolleybollturnering, fotbollsturneringar, orientering, femkamp, terränglöpning, spinning, stavgång, trampolin, tablå, akrobatik, barngympa, pysseltält, skärmflygning, forspaddling samt utflykter till sevärdheter i närheten.

Parallellt med dessa aktiviteter kunde man alltid gå ner och bada eller paddla kanot i sjön bredvid lägerområdet, gå tipspromenad, bingo eller fotorunda, leka i träningslägret eller fika i "Pistron" (årets tema hade någonting att göra med skidbacken som finns i Hestra).

Varje dag börjades med en frivillig morgonsamling med olika teman samt föreläsare och varje kväll avslutades med Lager-TV där dagen sammanfattades med en liten film.

Mot slutet av veckan anordnades bland annat Schlager RM där unga och vuxna framförde sina eget skrivna bidrag. Juryn, som bestod av vinnarens familj, utsåg sedan segraren. En spökrunda ordnades också. Den kunde man gå om man ville skrika av rädsla i en timme (ungefär så lång tid tog det att gå rundan på 5 km). Ett dansband kom några kvällar under veckan och spelade på dansbanan. Dit kunde man gå och rocka loss om kände för. Dock var det mest de lite äldre som dansade där.

Ungdomarna höll mest till på diskot (också kallat "friscot").

Lägret avrundades med avslutningen där ordförande åter höll ett litet tal. Frisksport-flaggan hissades ned och gavs vidare till Göteborgs FK, som håller i Rikslägret år 2009.

Trampolin:

Vid årets slut omfattade trampolinsektionen 53 medlemmar, med följande åldersfördelning:

0-14 år	15-25 år	26- år
29	23	1

Under mars månad var 3 st av oss iväg på den årliga vårkursen och fick en riktigt bra (steg 1) kurs i Trampolin. Detta gav oss en lite större grund att stå på, eftersom vi egentligen bara hade en person innan som vart utbildad för att kunna hålla i det.

Vi har fortsatt trivas riktigt bra i den nya hallen som vi fick efter julen. Och i början av sommaren fick vi en extra tid att träna i veckan vilket gav oss en extra kick, efter att vi börjat få upp ångan för att börja träna lite mer seriöst.

Under sommaren fick vi lite mer kontakter runt om i länet då några ställde upp och hjälpte till på några tillställningar vilket var väldigt kul. När hösten kom bestämde vi oss för att starta ett projekt, som vi kallar projektpåsen. Detta projekt utgick från att vi skulle starta en ny barngrupp. Barngruppen startades och gick riktigt bra vi fick in hur många ansökningar som helst, som gav oss ett fördubblat antal aktiva medlemmar från ett 15 tal till över 30. Vi fick dessutom ytterligare en träningstid som var menad till barngruppen. Vi köpte in cirkus material och renoverade mattorna en del.

Under hösten åkte också vi sex mest aktiva medlemmarna på en steg två utbildning i Stehag, Skåne. Det var en toppen helg och vi alla uppskattade den. Vi har också fått en ny tränare som hjälper oss mer tävlingsinriktade hoppare att utvecklas. Vi har varit och kollat på lite tävlingar under hösten och våren. 4 st. var också och gjorde debut inom tävlingsbranschen i början av mars och det gav resultat. Vi vann båda klasserna vi ställde upp i. Det som finns kvar att skriva om oss är väl att vårkursen snart drar igång igen och vi har två nya medlemmar som ska vara med.

Inventarielista:

Förutom de inventarier som tillhör själva Torpet finns 2008-12-31 i torpet

1 beachvolleybollnät, för torpet	3 beachvolleybollnät, för hamnen	3 kanoter /canadensare/
dessutom äger klubben		
1 långmatta i Montessoriskolan	2 sjukvårdsväskor	30 volleybollar
2 Trampoliner kompletta i Rosvalla	1 insticksmatta i Rosvalla	2 små trampoliner i Lid

Korrespondens:

Klubben har, representerad av Sven Jonsson, under året deltagit i ett antal möten och diskussioner med tjänstemän och politiker i Nyköpings kommun. Klubben har också skickat följande skrivelser:

Datum	Till	Typ	Angående
2008-04-28	Samhällsbyggnad, Nyk kommun	Samrådssynpunkt	Reviderad naturvårdsplan
2008-11-15	Samhällsbyggnad, Nyk kommun	Yttrande/yrkande	Grönstrukturplan 2008

Sammanfattning:

Klubben har under året kraftigt utökat sin verksamhet, speciellt på ungdomssidan. Det blir en utmaning för nästkommande år att bygga vidare på detta.

Förslag till vinstdisposition:

Styrelsen föreslår att årets vinst, kr 13 055,60 föres till balanserade vinstmedel /konto 2951/.

Underskrifter:

.....
Sören Drottsgård, ordf

.....
Bernt Karlsson, kassör

.....
Bo Røjder, sekr

.....
Birgitta Andersson, ledamot

.....
Charlotta Milosavljevic, ledamot

.....
Susanne Egebrink, ledamot