



Verksamhetsplan 2019

Friskis&Sveltis Mälaröarna

Året 2019 blir föreningens fjärde verksamhetsår. Ett år då vi vill lägga fokus på att skapa rutiner och trygghet med en stabil grund av funktionärer och resurser.

Under året hälsar vi nya motionärer och funktionärer välkommen till Friskis&Sveltis Mälaröarna och vår gemenskap. Funktionärerna är navet i föreningen och utan dem händer ingenting. Därför är vi månna om att alla får möjlighet till ett hållbart engagemang utifrån sina förutsättningar. Att vara engagerad i Friskis& Sveltis Mälaröarna ska vara lustfull och utvecklande.

Träning & schema

Under höstterminen 2018 utökades vårt träningsutbud markant och ambitionen för 2019 är att bibehålla utbudet om 10 pass/vecka. Under söndagarna är vår ambition att fortsätta blanda med våra egna ledare och gästledare. Nytt för i år är att vi tar bort ett jympapass (onsdagar) och vidgar schemat med Yoga.

Under året arbetar vi för att det blir en stabil grund med ledare och värdar där varje pass är väl bemannat. Vi fortsätter dialogen med Ekerö kommun för att få bra tider och hallar för våra olika pass.

Sommar och juljympa

Under juni-augusti är vår intention att precis som under tidigare år erbjuda gratis sommarjympa för alla Mälaröarnas invånare i Ekebyhovs slottspark. Vi ser över möjligheten att under några veckor också erbjuda sommarjympa i Borgensparken i Stenhamra. När året lider mot sitt slut övergår ordinarie schema i ett jul- och nyårsschema där vi återigen erbjuder gratis träning för alla som vill.

Medlemmar

Under 2018 hade vi en härlig tillströmning av medlemmar och när året var slut var vi totalt 230 medlemmar. Vårt viktigaste mål är att våra medlemmar får den träning de önskar samt trivs i föreningen och fortsätter att träna med oss. Under 2019 hoppas vi på naturlig tillväxt där fler får kännedom om vår verksamhet och väljer att träna hos oss. Målsättningen är att vid årets slut ha minst lika många medlemmar som vid årsskiftet 2018/2019.

Funktionärer

Det ska vara kul och inspirerande att vara funktionär i Friskis&Sveltis Mälaröarna. Och vi vill att alla som engagerar sig ska känna gemenskap, stolthet och uppskattning. Under året bjuder vi därför in till ett antal funktionärsträffar för att skapa gemenskap och ge inspiration.



friskis

Under året arbetar vi också kontinuerligt med att rekrytera nya funktionärer. Vi startar också en vikariegrupp för värdar som har möjlighet att rycka in vid akuta hinder. För att underlätta och göra det enklare för värdarna genomförs en värdutbildning under hösten.

För att trivas i sitt uppdrag är det viktigt att vi har gemensamma och tydliga förväntningar och att alla har den kunskap som krävs för att känna sig trygga i sitt uppdrag. Vi arbetar kontinuerligt för att underlätta och göra det så smidigt som möjligt för alla funktionärer, oavsett uppdrag.

Våra ledare fortsätter vara en stabil ledargrupp som ses regelbundet för att inspirera och stötta varandra, föra diskussioner kring ledarskap, uttrycka önskemål kring träningsredskap, schema mm. Föreningen erbjuder utveckling/vidareutbildning för ledare som lett sin intensitet ett antal år samt inspiration och utveckling inom sin träningsform för alla ledare. Exempel på ledarinspiration internt kan vara teknikträning och/eller inspiration från ledare som just gått en utbildning.

Träning med hög kvalité

Föreningen växer och vi har en långsiktig ambition om att erbjuda träning i Stenhamra. Det innebär att vi behöver utbilda nya ledare. Vi hoppas kunna utbilda mellan 2-3 ledare i år, varav minst ren i Jympa.

Under året utbildar vi även en "Uppföljare" som får ansvaret kvalitetsuppföljningen av föreningens ledare. Att våra ledare håller pass med hög kvalitet är väldigt viktigt för att våra medlemmar ska fortsätta träna hos oss.

Styrelsen

Styrelsen går nu in i sitt fjärde verksamhetsår och står inför nya och spännande utmaningar. Vår förening har under de senaste åren växt och idag har vi förutom 230 medlemmar även 30 funktionärer. En större förening skapar andra krav på kommunikation och rutiner.

Under 2019 är styrelsens främsta mål att säkerställa rutiner och arbetssätt som fungerar för vår växande förening. Vi fortsätter arbeta i olika arbetsgrupper där fler, än de som sitter i styrelsen, blir delaktiga i föreningens utveckling. Styrelsen har god och löpande inblick i föreningens ekonomi samt ser till att de demokratiska processerna som alltid finns i en ideell förening fungerar bra.

Att tänka strategiskt och arbeta mot långsiktiga mål är en av styrelsens viktigaste uppgifter. Inom en femårsperiod strävar vi efter att ha ca 400 medlemmar och erbjuda träning även i Stenhamra.

Vi vill succesivt växa men är måna om att inte få växtvärk. Att ha tillräckligt med ledare och värdar är en förutsättning för att vi ska kunna expandera. Målet är

inte att vi ska bli så stora som möjligt utan att *erbjuda lustfylld träning av hög kvalitet för alla*. Dessutom r vi måna om att våra medlemmar också får ett personligt bemötande av föreningens alla funktionärer som trivs i sina uppdrag.

Valberedningen

Under föreningens första tre år har det varit en stabil styrelse med få förändringar. Då vi nu är inne på fjärde verksamhetsåret kan en ökad omsättning av styrelseledamöter uppkomma. Detta innebär att det är centralt att ha en bra och aktiv valberedning.

Vi arbetar med att revidera arbetsordningen för valberedningen och få en stabil och hållbar arbetsrutin för valberedningen.

Marknadsföring & kommunikation

Under 2018 tog vi fram en strategi kring kommunikation och marknadsföring och under 2019 arbetar vi med att implementera den. I vår kommunikation är det tydligt att Friskis&Svettis Mälaröarna bidrar till ett hälsosamt liv för Mälaröborna och vi vill ses som en självklar aktör på Mälaröarna.

Fler och fler i kommunen får kännedom om att vi finns genom att vi ökar vår synlighet i olika kanaler och möten. Vi fortsätter till exempel att synas i kommunen genom deltagande i olika event så som t.ex. Centrumdagarna. Vi är aktiva och finns representerade i de sammankomster som kommunen bjuder in till. Vi är medlemmar i Ekebyhovs slottsörening.

Vår hemsida och vår Facebooksida utgör navet i vår kommunikation och har relevant information och uppdateras kontinuerligt.

Budget 2019

Intäkter

Medlemskap	23 000 kr
Träningskort	179 000 kr
<i>Summa intäkter</i>	<i>202 000 kr</i>

Kostnader

Ledarutbildning	- 50 000 kr
Lokalhyra	- 60 000 kr
Övriga kostnader	- 84 000 kr *
<i>Summa kostnader</i>	<i>- 194 000 kr</i>

Resultat **8000 kr**

*Övriga kostnader är tex inköp av material/redskap, föreningsavgifter, marknadsföring, musik, kläder.