

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2023

för Friskis&Svettis Mälaröarna

Vi har äntligen haft ett helt pandemifritt år. År 2023 har vi konsoliderat vår verksamhet och vi har en stadig medlemskår med mycket aktiva motionärer.

Vid årets slut var vi 138 medlemmar, varav 106 motionärer, 23 funktionärer och 9 ledare.

Demokrati & strategi

I mars 2023 valdes en ny styrelse av årsmötets 26 deltagare. Till ny ordförande valdes Mathias Färnegårdh för ett år. Till ledamöter valdes Hanna Bata, Stellan Sardal, Kerstin Tillkvist samt till suppleant Delphine Ericson. Sedan förra året sitter även Jonas Thorstensson, Joachim Lund och Sandra Berglund kvar.

För att göra kloka och värdefulla strategiska val under året och i framtiden, valde styrelsen att avsätta en lördag under våren för att prata strategi och prioriteringar. Ett arbete som gett effekter under året och som hjälper styrelsen i sina prioriteringar även framöver.

Under våren deltog flera styrelseledamöter i flera möten med övriga föreningar i Stor-Stockholm för att utreda hur vi skulle kunna jobba bättre tillsammans och utveckla Friskis&Svettis i regionen på ett sätt som ger våra medlemmar bäst nytta och dessutom kan locka nya motionärer till oss. I slutet på våren 2023 nåddes en gemensam samsyn om att det bästa sättet att fylla det behovet skulle vara genom att slå samman föreningarna till en förening i Stockholmsområdet. Som en konsekvens av det fattade styrelsen i vår förening ett beslut med avsikt att lägga fram en proposition till medlemmarna om att Friskis&Svettis Mälaröarna skulle gå med i sådan sammanslagning.

Hanna Bata utsågs av styrelsen till att vara vår representant i förberedelsearbetet för att kunna lägga fram en proposition om att gå med i F&S Stockholm och i samband med det lägga ned vår förening. Arbetet har varit mycket intensivt med möten varje vecka i flera olika grupper. Hanna har varje vecka uppdaterat styrelsen om processen och styrelsen har återkopplat med önskemål om det som har viktigt för vår förening. Det intensiva arbetet med övriga föreningar bedrevs i god anda och ledde till att vi kunde delge våra medlemmar ett underlag för att rösta om vi vill gå samman med övriga föreningar eller inte. Den extra stämman blev bokad till den 15/1 2024.

Funktionärsvård och ledarutveckling

En av föreningens viktigaste tillgångar är funktionärerna. Funktionärernas energi och engagemang helt är avgörande för föreningens återuppbyggnad. Därför har vi under året erbjudit ett antal roliga, utmanande och energigivande funkisträffar. Vi har också haft ledare på inspirationsträffar och på vidareutbildning.

Träningsträff i Friskis Södertälje vid årets start

I början av året åkte funkisarna till Södertälje för att prova på två nya träningspass i Södertäljes anläggning.

Sommaravslutning borgensparken

I juni hade vi ett uppskattat kombinationspass för våra motionärer och vi avslutade vårsäsongens med en funkisträff i strålande solsken då vi också presenterade förslaget/arbetet med att slå samman föreningarna i Stockholm.

Höststart och tankar om sammanslagning

I augusti genomförde vi en funkis kick-off på Varinggården. Styrelsen fick input från funkisarna med att belysa alla de frågor som sågs som viktigast inför en möjlig sammanslagning.

Vi gick också igenom funkisutrustning och kompletterade där så behövdes.

Julavslutning

I december avslutade vi verksamhetsåret med en julavslutning med julpyssel och bak.

Värduppföljning

Under året har samtliga värddar följts upp. Uppföljningen har för de flesta värddar gjorts genom samtal i grupp efter träningspass av några av styrelsens representanter. I några fall har avstämning gjorts digitalt.

Ledarutbildning/ledarutveckling

Tre ledare var på ledarinspiration tillsammans med F&S Stockholm under våren.

Under hösten deltog flera ledare på INSPO2023 - inspirationsdagarna som anordnades av F&S Riks. En ledare har också varit på utbildning i en ny träningsform.

Träning & medlemmar

Under våren erbjöd vi sex pass/vecka och vi genomförde en uppskattad börja träna kurs för första gången.

Under sommaren erbjöd vi gratis utomhusträning i Ekebyhovsparken och Borgenparken.

Vid höstens start utökade vi med ett efterlängtat Dans explode pass till att ha sju pass i veckan. Under hösten fick vi dessutom, efter ett flerårigt lobbyande, äntligen möjlighet att kunna förvara vikter och skivstänger i Tråkvista gymnastikhall. Det gav oss möjlighet att prova på några träningar med skivstänger under hösten.

Under jul- och nyår avslutade vi som alltid, med gratis träning under hela julschemat.

Kommunikation

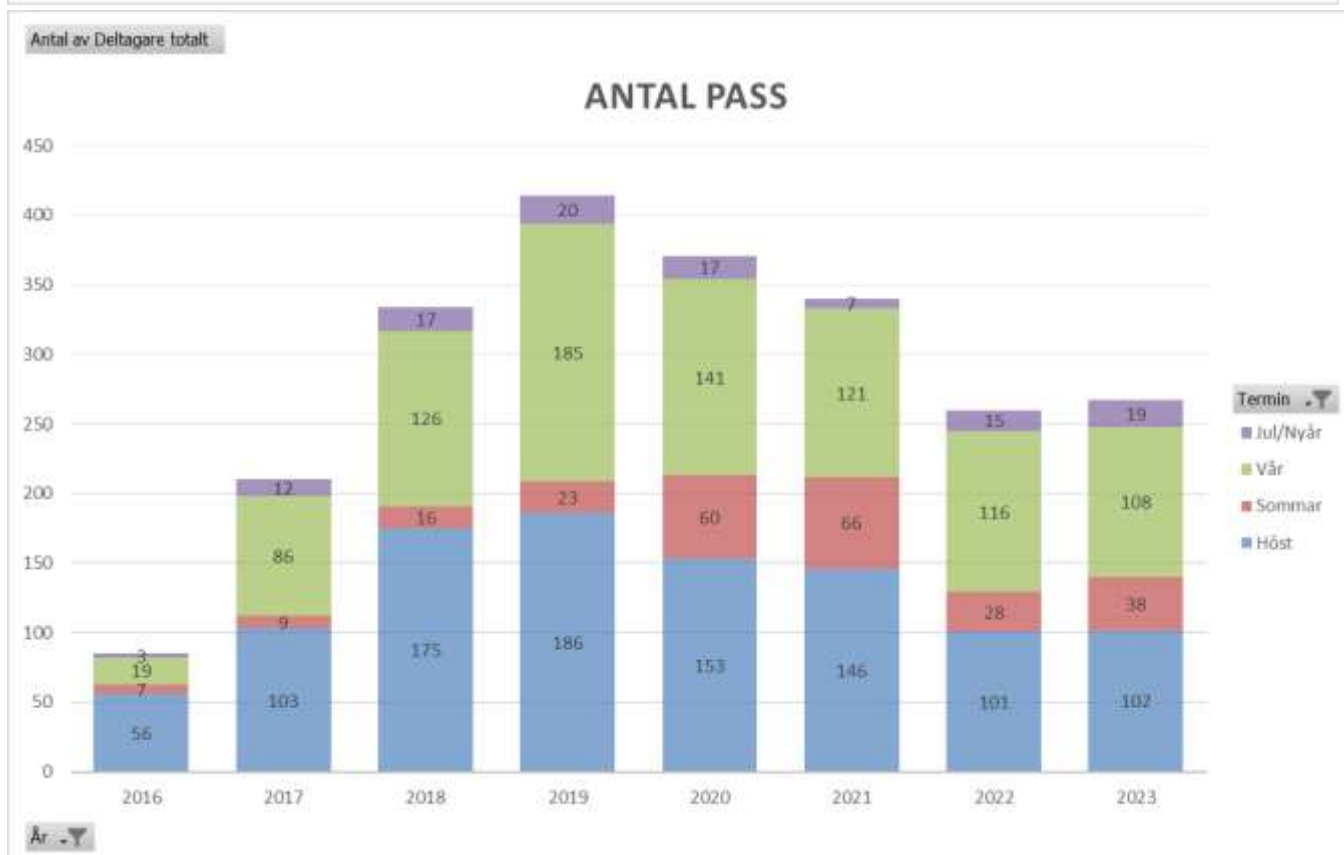
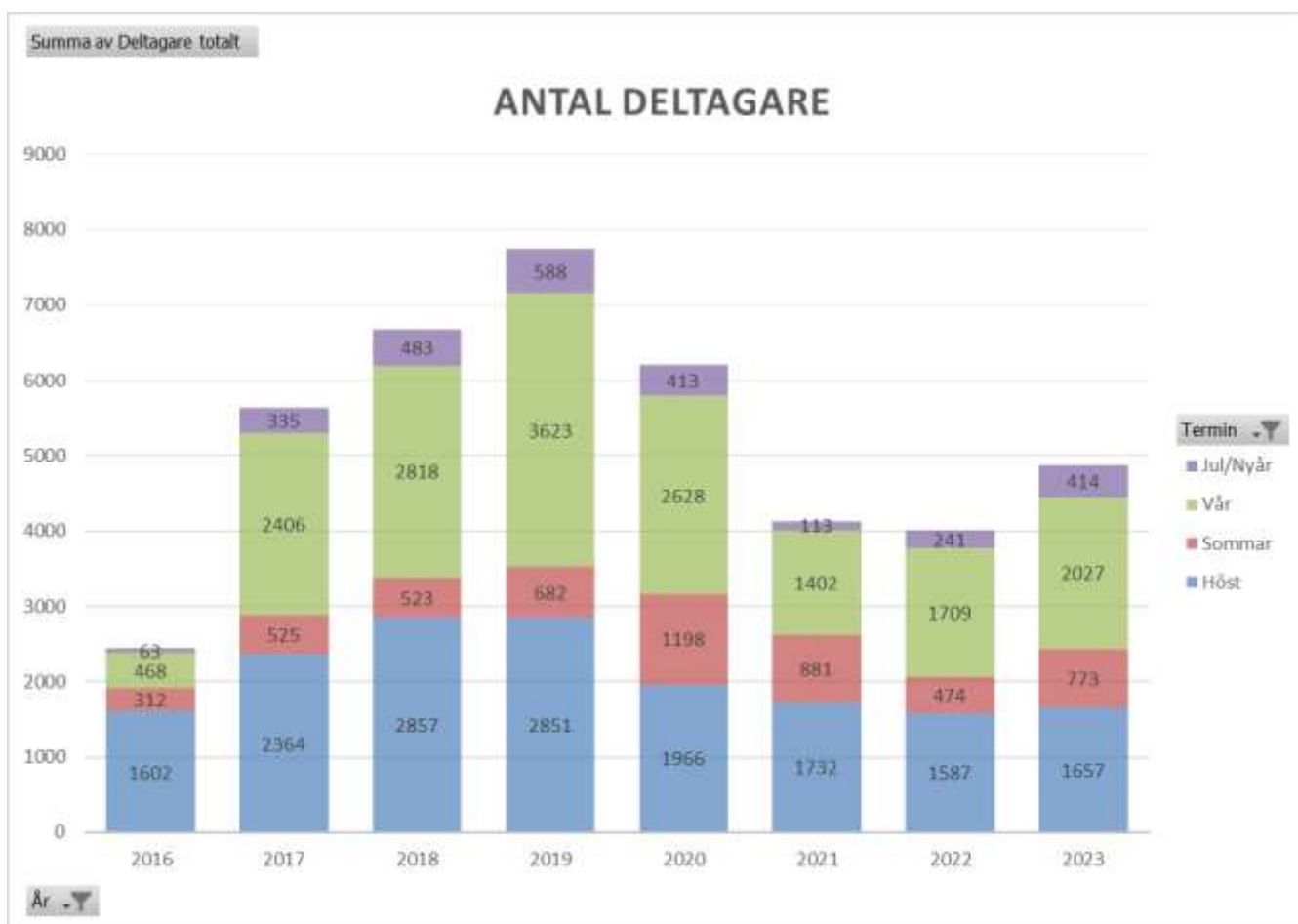
Under året har vi valt att lägga fokus på medlemskommunikation genom social media, hemsida, medlemsbrev, anslag och annonser i lokaltidningen. Vi har valt att inte delta i event/föreningsevenemang då vi inte ser att det ger någon egentlig marknadsföringseffekt varken i medlemsantal i föreningen eller att Friskis finns i kommunen.

Föreningens ekonomi

Föreningens omsättning var 138 000 kr (att jämföra med 133 000 kr föregående år). Resultatet för 2023 blev -5 000 kr (att jämföra med -20 00 kr föregående år).

Resultatet på -5 000 kr härrör investeringar i ledarutbildningar.

Föreningen i grafer



Medel av Deltagare totalt2

SNITT ANTAL PER PASS



År ▼

Termin ▼

- Jul/Nyår
- Vår
- Sommar
- Höst