



IF Friskis&Sveltis Huddinge

Verksamhetsberättelse 2023

Medlemmar

Vid utgången av 2023 var vi 2875 medlemmar.

Verksamheten och medarbetare

Fokus under året har varit att locka tillbaka medlemmar som slutade p.g.a. pandemin samt bibehålla en positiv träningsmiljö för befintliga medlemmar. Vi såg en tydlig positiv utveckling av medlemstillströmningen efter sommaren tillsammans med antalen besök till Friskiscenter.

Medarbetare

Vi hade vid årets slut 6 anställda, varav två personer var tjänstledig pga utbildning. Anneli kommer sluta vi årsskiftet 2023/2024. Linda har under hela 2023 varit förordnad som projektledare för vår kommande nya lokal. Emily har varit verksamhetsledare och Charlie träningsansvarig.

Funktionärer

Under året hade vi 97 funktionärer.

Utbildningar

Vi har satsat på utbildning av funktionärer och jobbat aktivt med att utöka funktionärskåren. Under året har föreningen utbildat ledare till jympa soft, plaza, spin soft, familjejympa, Vi har haft en intern utbildning för fem ungdomar som nu är aktiva på gymmet som tonårsinspiratörer.

Träningen

Vi har erbjudit PT kurs, kurs i tyngdlyftning & olika kurser i styrkelyft samt yoga. Under sommarmånaderna erbjöd vi utomhusträning i Rådsparken. Specialpass har genomförts i några olika träningsformer; multifys, powerhour, spinning, jympa, Sälen till Mora-spinning, 80-tals tema, rosa och blå spinning och avslutningsvis nyårspass. I oktober hade vi förmånen att låna Friskis träningscontainer där vi under en vecka erbjöd träning för elever från Södalsgymnasiet.

Övriga aktiviteter

På Riksnivå finns ett strategiskt beslut om att minska antalet föreningar genom att flera föreningar går samman. Med stöd av detta påbörjades ett arbete om att slå ihop alla föreningar i Stockholms Län. Vår styrelse beslutade i mitten på året att föreningen vill delta i arbetet om att ingå i en sammanslagen förening i Stockholms Län. Under hösten har ordförande ingått i styrgruppen för projektet och verksamhetschefen har ingått i en av projektgrupperna. Vid årets slut återstod 11 föreningar som vill gå samman. Ett sammangående med en annan förening innebär ett beslut om att vår förening avvecklas och alla tillgångar överförs till den nya föreningen. För detta krävs beslut på två årsmöten. Därav planerades ett extra årsmöte 17/1 2024 och ordinarie årsmöte 17/4 2024. Föreningen deltog på Riks Årsstämma och FKON. Vi genomförde 100% ren hårdträning i samarbete med Prodis och har även varit aktiva i kommunens anti-dopningssamarbete. I januari hade vi öppet hus i lokalen med extra träningspass och gratis träning för alla. I september firade vi föreningens 40 års dag med specialpass hela veckan som sedan avslutades med en extra späckad tränings söndag. Vi har deltagit på Huddinge dagen i Södalsparken samt Seniordagen på Folkes. Styrelsen och de anställda i verksamheten hade två konferenser: vår och höst. Vi har under året aktivt jobbat med att få in fler idrottsföreningar i vår lokal. Flera timmar i veckan nyttjas våra hallar av föreningar och vi kan på detta sätt bidra till att fler ungdomar får möjlighet att utvecklas inom sin idrott.



Anläggningen/lokaler

Under året har vi en ordentlig uppdatering av Friskiscenter. Vi har gjort en ordentlig ommöblering på gymmet med syfte att optimera lokalen. Resultatet är ett luftigare gym som ger bättre möjlighet till träning, social samvaro på gymmet samt optimerad yta för kurser och gymintroduktion. Vi har gjort inköp av några maskiner, renoverat några maskiner, köpt nya hantlar och lagt in ett nytt golv i lilla gruppträningslokalen. Allt detta kommer vi ta med till nästa lokal.

Kommunikation/kampanjer

Under året har vi arbetat med Riks gemensamma kampanjer och aktiviteter. Vi har även haft egna kampanjer löpande under året med tex erbjudande om extra månader vid köp av årskort. Vår huvudkanal har även i år varit sociala medier.