



Järna Idrottsförening

Verksamhetsberättelse Järna IF för verksamhetsåret 2022

Under verksamhetsåret 2022 har Järna Idrottsförening bedrivit följande aktiviteter:

- Bågskytte
- Karate
- Bamsegympa

Styrelsen:

Styrelsen har under året bestått av:

- Veide Lingås (ordförande)
- Örjan Lundström (vice ordförande)
- Agnetha Okoth (kassör)
- Benny Sommardag (sekreterare)
- Kajsa Petersson (ledamot)
- Niklas Palmcrantz (ledamot)
- Rodrigo Gallardo (ledamot)

Föreningen har under året haft omkring 95 aktiva medlemmar.

Under 2022 har Covid-19 gradvis minskat i samhället och idrottsutövande har inte längre varit begränsat av restriktioner. Järna Idrottsförenings aktiviteter har därmed under året successivt kunnat återgå till att utövas som tidigare.

Bågskytte:

Under det gångna året har träningen letts av Richard Svanström och Niklas Palmcrantz. Träningar har i huvudsak skett i Mariaskolans gymnastiksal och vanligen under en och en halv timme per vecka under vår- och hösttermin. Vi har också tränat utomhus vid några tillfällen under våren. De deltagare som så önskat har fått låna utrustning under träningarna.

Antalet deltagare har varierat men rört sig mellan 5–10 personer per gång. Åldrarna på deltagarna har varit mellan 8 och 65 år. Under året har vi också fått flera, både yngre och vuxna, deltagare från Ukraina.

Karate:

Ledare för karaten under året har varit Fabian Reindl, Rodrigo Gallardo, Nadalina Carapic och Örjan Lundström.

Träningarna har varit välbesökta med många tränande varje gång. Barn/ungdomsgruppen växer men vi skulle gärna se fler ungdomar/tonåringar och även vuxna. Vi har fler tränande än tidigare och antalet tränande är nu högst sedan pandemin tog slut. Träningar har skett i

Mariaskolans gymnastiksal på måndagar, torsdagar och lördagar. Vi har ägnat åt oss Kataträning, Fighting (Kumite) och grundtekniker samt även en hel del renodlat självförsvar. Vi har haft gästtränare vid ett par tillfällen under året. I maj genomfördes ett karateläger där cirka 15 medlemmar deltog. Vi har även haft gradering under året där flera av medlemmarna graderat till svart, men även många upp till gula bälten.

Bamsegympa:

Under hösten 2022 startade vi Bamsegympa i Järna idrottsförening för barn i åldrarna 4–6 år. Bamsegympa är Svenska Gymnastikförbundets material som bygger på rörelseglädje för de yngsta.

Evelina Rickfält och Emma Petersson gick Gymnastikförbundets utbildning i Bamsegympa i Strängnäs i september och startade därefter Bamsegympa här i Järna. Vi kom i gång lite smått under hösten och tränade från oktober till december på lördagar i Mariaskolans gymnastiksal mellan kl.9.00-9.45. Totalt var det 7 gympatillfällen och gruppen bestod av 10 barn samt några till som provade någon gång. Förutom Evelina och Emma som varit huvudledare har även Tomas Rickfält och Lisa-Maria Tjärnstig varit hjälpledare.

Under gympassen har vi lekt, arbetat med rörelsekort med Bamsefigurerna och gjort hinderbanor. Efter en rolig termin hade vi julavslutning med Dans runt granen och pepparkaksmedaljer till alla duktiga barn!

Löpargrupp/motionsidrott:

Löpargruppen har dessvärre inte kunnat startas som planerat på grund av sjukdom och skada hos initiativtagaren.

Föreningen:

Järna Idrottsförening startade 2013, idén var att samla en variation av aktiviteter och idrotter under samma tak. Föreningen har under åren arbetat för att kunna erbjuda olika aktiviteter till sina medlemmar, utifrån medlemmarnas intresse. Styrelsen för föreningen har under det gångna verksamhetsåret arbetat för att erbjuda alla medlemmar välfungerande aktiviteter och den nystartade Bamsegympan har fått stöd att komma i gång.

Vidare har styrelsen arbetat med att ta fram en ny hemsida för föreningen och även påbörjat ett förbättringsarbete kring styrelsearbetet. Planen var att ha en gemensam föreningsträff i samband med sommaravslutningen, tyvärr blev denna inte av. Under året har sex styrelsemöten genomförts, dessa har skett digitalt. Mellan styrelsemötena har styrelsen haft kontakt genom WhatsApp, där information om olika aktuella frågor har diskuterats.

Föreningens valberedning har under året bestått av sammankallande Linda Älegård (Karate), Evelina Rickfält (Bamsegympa) och Eva-Katarina Wallin (Bågskytte).