

Verksamhetsplan EGAK 2023

Verksamhetsidé

EGAK är en väletablerad idrottsförening i Eskilstuna med gamla anor och stolta traditioner. Föreningen erbjuder en miljö där våra aktiva kan utvecklas fysiskt av kunniga tränare inom brottning men även socialt i grupp med andra aktiva. Fokus ska fortsatt ligga på vår kärnverksamhet: att bedriva brottning på olika nivåer. En god verksamhet för barn, unga, juniorer, elit och motionärer byggt på mångfald och jämlikhet i syfte att skapa gemenskap samt fysisk, mentalt och socialt välbefinnande för föreningens alla medlemmar.



Träningsverksamhet

Syfte med klubbens träningsverksamhet är att erbjuda våra medlemmar en fysisk utbildning i brottning där vi tränar teknik, styrka, uthållighet, rörlighet och taktik. Vi avser att erbjuda cirka 5-6 tillfällen under veckan för träning. Dessa tillfällen är fördelade över barn, ungdom och seniorgrupper. Vi kommer under året se över möjlighet att starta upp grupp för familjefys, där såväl barn som ungdomar och föräldrar är välkomna att delta.

Klubben kommer att se över möjligheten till att ordna sommarlovsbrottning för kommens barn och ungdomar, liknande som anordnades sommaren 2022 med stöd från Eskilstuna kommunen.

Utomhusträning under sommarmånaderna där såväl barn som vuxna kan delta kommer anordnas om intresse finns och vi får ledare som ställer upp.

Läger

Vi ser gärna att vi har träningsutbyten i länet men även med andra föreningar i Sverige. Vår erfarenhet av detta är positiv då de aktiva växer både socialt men främst fysiskt då de får en möjlighet att träna under andra tränare med nya perspektiv och tillsammans med jämnåriga från andra föreningar. När tillfälle finns uppmuntras barn och ungdomar att delta på detta. Om ekonomin tillåter kan klubben stå för deltagaravgiften.

Tränare

Våra tränare är utbildade genom brottningsförbundets grundutbildning och vi vill gärna fortsätta erbjuda denna utbildning till medlemmar som är intresserade av att hjälpa till som tränare hos oss eller andra potentiella tränare för klubben.

Tävlingsverksamhet

Vi erbjuder aktiva att tävla på en lokal nivå för de yngre men också på en nationell elitnivå med de äldre mer erfarna aktiva. Tävlings ska självklart bygga på glädje och en valfrihet men vår förhoppning är att få så många aktiva som möjligt ut i tävlingsverksamheten för att skapa gemenskap och en stolthet i att representera EGAK. Till de flesta tävlingar har en tränare möjlighet att följa med för att coacha och uppmuntra de tävlande.

Klubben avser att stå för tävlingsavgiften på ett urval av tävlingarna för att uppmuntra barn och ungdomar att ställa upp och tävla. För de som behöver tävlingslicens hjälper klubben till att ordna detta.

Marknadsföring

För att visa på möjligheten att gå med i klubben och börja med brottningen, kommer vi fortsätta marknadsföra oss genom olika evenemang som ordnas t.ex. av kommunen eller genom sociala medier.

Fokusgrupper

För att öka engagemanget i klubben avser styrelsen att starta upp fokusgrupper, där aktiviteter initieras och genomförs av klubbens medlemmar. Detta handlar till exempel om trivselgrupp, marknadsföringsgrupp och tävlingsgrupp.

Lagar och riktlinjer

Självklart följer klubben de lagar och riktlinjer som finns uppställda i förhållande till idrottsövning. Detta handlar bland annat om barnkonventionen och diskrimineringslagen. Föreningen begär enligt kommunens riktlinjer in begränsat utdrag från polisens belastningsregister för ledare som har direkt och regelbunden kontakt med barn och unga i föreningen. Detta upprepas vartannat år för respektive ledare.

Ekonomi

EKAK ska inte vara en intäktsdrivande förening, utan intäkter ska gå tillbaka till verksamheten. Uppskattad budgeten för 2023 ger ett nollresultat enligt nedan:

Intäkter	
Medlemsavgift	40 000
LOK	10 000
Kommunal föreningsstöd	10 000
Övriga intäkter	500
Summa inkomster	60 500
Utgifter	
Lokal hyra	17 000
Träningsredskap	14 000
Städartiklar	1 000
Tävlingar	7 000
Övriga aktiviteter (tex. avslutningar)	8 000
Transport	1 500
Utbildningar	2 500
Medlemskapsavgifter	5 500
Redovisningstjänster	1 500
Bankkostnader	1 300
Övriga kostnader	1 200
Summa utgifter	60 500
Årets beräknade resultat	0

Med detta ser vi fram emot att fortsätta utveckla vår fina förening och är öppna för medlemmarnas önskemål om aktiviteter och arrangemang //Styrelsen EGAK