



2022

## VERKSAMHETSPLAN 2023

Idrotterna har varierat, men uppslutningen att gemensamt verka för IFK Lit har varit och är fortfarande stark.

Vår plan kortsiktigt som långsiktigt är att skapa förutsättningar för de aktiva att utöva olika sporter, just nu är det fotboll, innebandy, basket och badminton som är de sporter vi bedriver träningsverksamhet i. Vi har även testat gemensamma löpträningar för konditionsträning vilket vi kommer att ta upp igen i vår. Det är svårigheter att få tag i ledare, ett problem som vi arbetar med att lösa med bl a föräldramöten i de olika lagen.

- Att skapa förutsättningar betyder till exempel, att få föräldrar till uppgifter/ roller i lagverksamheten.
- Att utbilda tränare eftersom detta är rekommenderat från idrottsförbunden, samt att utbilda tränare gagnar både tränaren själv och våra spelare. Vi tror att det skulle underlätta med att hålla utbildningar i närområdet för bra uppslutning.
- En fungerande styrelse är också det en förutsättning för att föreningen skall kunna bedriva verksamhet och utvecklas.

Vi följer och utvecklar vår policy och värdegrund som vi gillar och tycker är avgörande för att det ska bli ett jämlikt och sunt arbetsklimat inom föreningen. Fortsättningsvis ska vi verka för att alla som vill ansluta till föreningen skall ges möjlighet till ett kul och engagerande medlemskap oavsett roll eller uppdrag i IFK Lit.

*Jörgen Tyrebo Ordförande*

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR STYRELSEN 2022

Vi har haft 12 protokollförda möten inkl. det konstituerande mötet.

Föreningen känner fortfarande av ett visst tapp på antal medlemmar, lag och aktiviteter sedan pandemin, men nu hoppas vi komma upp i normal nivå under 2023.

IFK Lit har under året startat en Minnesfond till minne av Hans Andersson, för utdelning av ett årligt Stipendium. Det tilldelas, i samband med årsmötet, en aktiv spelare, ungdomsledare eller annan engagerad person inom föreningens verksamhet.

Föreningen har under året fått bygdemedel beviljade till bygga en ny fikabod på Hårkmovallen, vilket nu pågår.

En ny belysningsanläggning planeras att uppföras 2023 och finansieras bland annat via bygdemedel som IFK Lit tidigare fått via Länsstyrelsen, samt via ett bidrag från RF-SISU.

*Jörgen Tyrebo Ordförande*

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR FOTBOLLEN 2022

### P/F 2017

Den nystartade träningsgruppen för barn födda 2017 genomförde den 2 oktober 2022 sitt första träningspass. Sedan dess har vi tränat ett pass per vecka med ett kortare uppehåll över jul och nyår. 8 spelare har än så länge registrerat sig på laghemsidan och vi hoppas bli fler framöver. På träningarna brukar det vara 6-8 spelare där vissa inte registrerat sig än. Än så länge finns det inga serier eller cuper att anmäla laget till, så vi kör endast träningar.

Vi som startade laget var Jimmy och Emma Kluge men vi försöker utöka ledarstaben. Det verkar lovande då föräldrar redan har hoppat in och hållit i träningar när vi haft förhinder.

Emma Kluge (*tränare*)

Jimmy Kluge (*tränare*)

### P/F 2015-2016

Laget såg dagens ljus för första gången en tisdag i April 2022. I laget välkomnades både tjejer och killar och det blev en bra uppslutning redan från början. Vi upptäckte tidigt att vi var för få ledare varpå Åsa och Amanda hoppade in som hjälptränare.

Träningsstiden har varit tisdagar och fokus har legat på glädje där vi inledningsvis haft mycket lekar men har också succesivt växlat upp med klassiska fotbollsövningar.

Försäsongen i sporthallen blev smått kaotisk emellanåt med ibland 25 barn med olika viljor och laget växte nästan för varje vecka som gick så när vi äntligen kunde lägga träningarna utomhus tror jag att alla, både tränare och barn kände en lättnad att få röra sig på större ytor.

Laget fortsatte att växa under säsongen och efter sommaruppehållet hade laget över 30 spelare. Vi tog beslutet att dela på tjejer och killar för att minska laget men även för att försöka locka fler tjejer att våga testa på. Åsa Jufvas och Amanda Nordh tog hand om tjejlaget samtidigt som Tina Håkansson hoppar in och hjälper till i kill-laget.

På Laget.se har vi idag 24 anmälda killar och senast förra veckan ringde en pappa som ville höra sig för om hans son fick komma och testa.

Peter Semb (*tränare*)

Martin Nordman (*tränare*)

Tina Håkansson (*tränare*)

### F 2015-2016

Laget består av 13st glada tjejer som tidigare spelat i ett mixlag fram tills efter sommaren, då vi valde att dela laget. Vi upplever att tjejerna har fått bättre lust att spela och att de vågar ta för sig mer sedan vi delade laget och blev ett rent tjejlag. Vi hann med 10st träningar innan vi tog ett vinteruppehåll. Deltagarsnittet är ca 50% vilket är fantastiskt kul med ett nystartat lag och i så ung ålder. Vi har sett stor utveckling under dessa 10 träningar och under varje träning ser vi någon puzzelbit som faller på plats. Tjejerna är taggade på att spela matcher kommande sommar! Som avslutning innan jul hade vi träning med jultema, det var både tomtar, pepparkaksgummor och lucior som tränade!

Ledare 2022 Ellinor Wall (*lagledare*)

Åsa Jufvas (*tränare*)

Sara Bodén (*tränare*)

Amanda Nord (*tränare*)

Kajsa Logrim (*tränare*)

### **P/F 2013–2014**

Laget består av 27 spelare och 3 tränare. 3 av spelarna är flickor. Merparten av spelarna är födda 2013 så vi har valt att spela i serien pojkar födda 13. Under vintern har vi kört träning 1 gång i veckan och ökade sedan under sommaren till 2 träningar i veckan. 43 träningar och totalt 18 matcher fick laget spela under 2022. Spelarna har gjort väldigt fina matcher både spelmässigt och resultatmässigt. Laget har haft väldigt stor fokus på laganda och fairplay under året. Vi ledare upplever god utveckling och spelglädje hos de allra flesta av spelarna. Träningsnärvaron ligger på ett snitt på ca 50% vilket vi ledare upplever som väldigt god med tanke på ålder och det stora antalet lagmedlemmar. Flera nya spelare har börjat och inga spelare har slutat i laget vilket är väldigt positivt.

Ledare 2022 Tina Håkansson (*lagledare*)

Åsa Jufvas (*tränare*)

Sara Bodén (*tränare*)

### **P/F 2011-2012**

Laget består av 16 spelare varav 10 st födda 2012 och 6 st 2011. Under året hade vi 65 träningar och 12 matcher, vi hade i snitt på 63% i närvaro (vilket är ett mål vi har att slå nästkommande år). Vi spelade i serien pojkar födda 2012 med dispens för de äldre barnen för att få så jämna och rättvisa matcher som möjligt. Vi har fokuserat på laganda och att ha roligt samtidigt som vi utvecklas för att behålla alla spelare. Förutom inneträningar och uteträningar så körde vi några fyspass i form av hinderbana i sporthallen samt snörugby ute. Som avslutning på sommarsäsongen bjöd vi alla i laget på pizzeriabesök och bowling, en mycket trevlig kväll med många skratt! Föräldrarna har hjälpt till med fikaförsäljning/bakning på hemmamatcherna samt jobbat på danser och klippt gräs på Hårkvallen.

Ledare 2022 Sara Bodén (*tränare*)

Johan Eriksson (*tränare*)

Anders Hellström (*lagledare*)

Zandra Rönnberg (*lagledare*)

### **P 2009–2010**

Laget har bestått av 12 spelare som spelat i många år tillsammans, de var under året med och spelade i seriespel P12 N/Ö Jämtland-Härjedalen, samt ett antal cuper. På försäsongen hade laget en träning per vecka inomhus och under utomhussäsong hade laget två träningar per vecka + matcher. Säsongen avslutades med gemenskap på Jumpyard i Åre vilket var väldigt uppskattat. Under hösten så började 3 spelare träna i Östersund i stället, 3 av tränarna slutade efter avslutningen, efter lång och trogen tjänst. De kvarvarande spelarna tränade framöver hösten, men laget avslutade sedan sina träningar då de var för få för att kunna vara med i seriespel under 2023.

4 av de kvarvarande spelarna tränar nu i Häggenås SK.

Kattis H (*tränare*)

Tomas E (*tränare*)

Gabriel D (*tränare*)

Joakim L (*tränare*)

### **F 2009–2010**

Under 2022 var vi ca 13 tjejer i laget som tränade och spelade matcher i 7 mot 7.

Vi började med inomhus träningar 1 dag/vecka i februari som sedan övergick till träningar 2 dagar/vecka utomhus från maj-september. Det har varit bra uppslutningar på alla träningar och det fanns en härlig gemenskap i hela gruppen. Laget var med i Ås-cupen och i seriespelet under 2022.

Laget hade en avslutning med fotbollsgolf i Brunflo efter säsongen. Det bestämdes under hösten att laget fick läggas ner inför 2023 då vidare spel i 9-mannalag krävde fler spelare än man kunde få ihop. 1 dag spelar 7 av de tidigare lagmedlemmarna i Ope.

Anna Mehner (*tränare*)

Emilie Edberg (*tränare*)

## **F 2006–2009**

Laget slutade i och med utgången av 2021 på grund av för få spelare för att klara av 11-mannalag.

## **P 2006-2008**

Tyvärr såg vi i slutet på säsongen 2022 att antalet spelare inte skulle räcka för att kunna fortsätta med 11-manna säsongen 2023. Vi beslutade därför att lägga ner laget och hade gemensam avslutning i slutet på 2022, men för att alla skulle ha någonstans att spela under vintersäsongen 2022/2023 anmälde vi oss till futsalserierna för pojkar 2008 och pojkar 2006 och fortsatte att träna.

Eftersom vi meddelat spelarna att vi inte skulle kunna fortsätta med 11-manna började de som ville fortsätta att leta sig till nya klubbar. Vi ledare hjälpte även till att söka nya lag för spelarna, det fanns inget lag med samma åldersspann som vårt lag som kunde ta emot alla spelare. Slutet av futsalsäsongen kunde vi inte fullfölja då många spelare slutat eller bytt till nya klubbar där deras nya aktiviteter krockade med vår futsalsäsong.

IFK Östersund lät alla 2008:or som ville komma till samma lag trots att de egentligen hade ett kösystem. Några 2007:or och 2006:or provspelade med Frösön. Vissa fortsatte, några valde att börja träna med Norra Lits IF.

*Jimmy Kluge (tränare)*

*Simon Pahlsson (tränare)*

*Mattias Krylén (tränare)*

*Mikael Olofsson (målvaktstränare)*

*Stefan Håkansson (tränare)*

*Miriam Sjöhlén Krylén (administrativ lagledare)*

## **Löpträning medlemmar**

Under våren 2022 testade vi att hålla löpträningar för intresserade medlemmar för lite konditionsträning, de som var med tyckte det var givande och de kände att det var bra, sammanlagt blev det ca 30 person-löpgrunder sammanräknat totalt för medlemmarna under våren sommaren. Kanske provar vi igen till våren!

*Jörgen Tyrebo (tränare)*

*Emma Tyrebo (tränare)*

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR INNEBANDY

### Innebandy P/F 2008–2009

Under detta år har vi tränat torsdagar i Lits sporthall, och det har varit 6-10 spelare som tränat med oss. Tyvärr fortsätter vi att tappa spelare som är svåra att locka tillbaka, orsakerna är att andra idrotter tar mer tid och förändrade fritidsintressen.

Med den minskade mängd deltagare har vi ej kunnat spela några matcher under året.

Efter många försök och turer har David Hansson äntligen lyckats att få hem en sarg som vi kan använda i Lits sporthall. Det är ett otroligt efterlängtat tillskott som nu bidrar till att vi kan utöva innebandyn som det är tänkt. I förlängningen hoppas vi att detta också bidrar till att locka fler spelare. De spelare som är kvar är fortsatt motiverade och utvecklas hela tiden.

*Mikael Enberg (tränare)*

*David Hansson (tränare)*

### Innebandy P/F 2010–2012

Under detta år har vi tränat på tisdagar i Lits sporthall. 10-15 spelare på träningarna + nån gäst på några. David H och David E har fixat en sarg som uppskattades väldigt mycket, kommet att utvecklas med den. 3 st sammandrag har vi haft Östersund, frösön och ett vi hade i Häggenås. Med lite blandade resultat. Efter nyår har vi kört ett i Torvalla och kommande 2 till (Dorotea och Duved) I nuläget har vi 15 medlemmar 11 killar och 4 tjejer.

*Tomas E (tränare)*

*David E (tränare)*

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR BADMINTON

### Badminton Junior P/F, Motion (alla åldrar)

Som ett alternativ till de lagsporter som redan utövas i föreningen fortsatte vi med träningar i Badminton under 2022. En träningstid på söndagskvällar för skolungdomar och en motionstid för alla medlemmar lite senare på kvällen på tisdagar under våren. Under hösten bokade vi enbart Motionstider på söndagskvällar för att det saknades ledare för mer verksamhet. Sporthallen har 3 banor så man kan spela upp till max 12 spelare samtidigt (dubbel). Det har varit totalt 20 olika spelare som deltagit i verksamheten under året med varierande deltagarantal vid varje tillfälle. Med fler ledare skulle verksamheten kunna få en skjuts framåt.

*Jörgen Tyrebo (tränare)*

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR BASKET

### Basket Mix

Föreningen har haft ett gäng som frekvent under året träffats och tränat basket en gång i veckan. Inget deltagande i matchspel utan mest för att hålla igång och göra roliga träningar som aktivitet.

Mattias Danielsson (sammanhållande)