



2023

VERKSAMHETSPLAN 2024

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 och badminton som är de sporter vi bedriver träningsverksamhet i. På försök har vi testat en ny sport "Ultimate frisbee", vi får se om det kan bli populärt under 2024.

Föreningen har även testat Gåfotboll i samarbete med PRO och SPF vid 3 tillfällen, flest deltagare var det vid fotbollsavslutningen i september, alla deltagarna barn och vuxna hade mycket roligt! Blir troligen en fortsättning på det under 2024.

- 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.

Det är svårigheter att rekrytera ledare, ett problem som vi arbetar med att lösa med bl a föräldramöten i de olika lagen. Det har gett resultat och vi har inga vakanta platser i styrelsen mm. Flera ledare har under året deltagit i Tränarutbildningar, lärgupper i RF-SISUS regi mm som nu kommit igång bra.

Under 2024 kommer det att startas ett nytt fotbollslag PF-18.

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 2023

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 2024.

IFK Lit har under 2022 startat en Minnesfond till minne av Hans Andersson, för utdelning av ett årligt Stipendium. Det delades ut 2023 till Miriam Sjöln Krylén, i samband med årsmötet, för hennes långvariga och mångåriga engagemang i IFK Lit.

Föreningen har under året uppfört en ny fikabod på HårkmovalLEN, via beviljade bygdemedel. En ny belyningsanläggning planeras att uppföras 2024 och finansieras bland annat via bygdemedel som IFK Lit tidigare fått via Länsstyrelsen, samt via ett bidrag från RF-SISU.

Föreningen har nu även en arbetsgrupp som även samarbetar med kommunen för att projektera en konstgräsplan på HårkmovalLENS grusplan. Markprover har redan tagits. Vi hoppas på mycket på det projektet vilket skulle innebära ökade träningsmöjligheter och en attraktivare idrottsplats.

Jörgen Tyrebo Ordförande

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR FOTBOLLEN 2023

P/F 2017

Laget var under utomhussäsongen inte med i någon serie eller cup då det inte fanns någon rimlig åldersgrupp att anmäla laget till. Istället har vi tränat och genomfört några träningsmatcher mot IFK Lit F2015/2016, Hæggenås samt Stugun. Till innesäsongen anmälde vi laget till futsal i åldergruppen över (2016), tyvärr var det inte några andra lag som anmälde sig dit, så istället fick vi spela mot lag födda 2015. Vi förstod att ålderskillnaden på 2 år skulle bli tuff, men vi valde att vara med så att barnen fick spela matcher. Laget utvecklades mycket och gjorde stora framsteg under dessa matcher. Till nästa utomhussäsong har vi anmält laget till åldergruppen 2016. Det har vi gjort av två anledningar. För det första finns det ingen åldersgrupp för 2017 och för det andra är vi övertygade om att det är utvecklande för spelarna och laget att spela mot äldre motståndare.

Under utomhussäsongen tränade laget 1 gång per vecka. När inomhussäsongen startade utökade vi till 2 träningar per vecka. I tillägg till detta har försök gjorts med "spontanfotboll" 1 gång per vecka där spelare födda 2015/2016/2017 varit inbjudna. Tyvärr har det varit lågt deltagande på dessa extraträningar, möjligtvis p.g.a. opassande tid (lördagar klockan 14).

Just nu är det 10 spelare i laget, 9 killar och 1 tjej. Under året har vi gjort försök till rekrytering då Emma besökt förskoleklassen och informerat om laget samt delat ut gympapåsar från IFK Lit. Under året har antalet ledare fördubblats då vi fått tillskott av Malin Svegårdh och Sandra Falk Jonsson. 2 ledare (Emma Kluge och Sandra Falk Jonsson) har gått tränarutbildning D (SvFF D) under året. Jimmy Kluge har gått föreningsdomarinstruktör för att kunna utbilda föreningens domare på 5 och 7-manna.

Förutom att träna och spela matcher har vi under året deltagit i föreningsavslutningen på hösten och laget ordnade en egen vinteravslutning i Fredriksbacken med korvgrillning och fika.

Jimmy Kluge (*tränare*)

Emma Kluge (*tränare*)

Malin Svegårdh(*tränare*)

Sandra Falk Jonsson(*tränare*)

P 2015-2016

Laget består av 22 pojkar födda mellan 2015 och 2016. Vi tränar en gång per vecka på torsdagar. Under 2023 har det varit 33 planerade träningar inomhus och utomhus, och i snitt är det mellan 13-14 pojkar med på varje träningen, närvaron under året har varit på 57% i snitt per spelare med ett span från 94% till 15%. Mycket arbete har varit att bygga en bra laganda och att ha kul på träningarna samt öka och förbättra barnens bollkontroll och speluppfattning. Under året har det varit några nya pojkar som vill prova att vara med men av olika anledningar så ville dom inte fortsätta.

Tränare har arbetat mycket med att få pojkarna att stanna upp och lyssna på instruktioner så att träningarna och övningarna kan mer tids-effektiva det vill säga mer tid med boll.

I slutet av året har pojkarna i p15-16 varit med i sitt första sammandrag i futsal, laget tog med sig vad som fungerade bra och vad som behövdes jobba på efter de fyra första matcherna. Laget gjorde det bra då de var de första matcherna som man har spelat.

Vi ser att pojkarna i gruppen har växt mycket som spelare och lagkamrater under det gångna året.

Under året har vi ytterligare stärkt upp med fyra hjälptränare Thomas Gustavsson, Patrik Forman Magnus Matsson samt André Önnebro.

Peter Semb (*tränare*)

Martin Nordman (*tränare*)

Tina Håkansson (*tränare*)

Thomas Gustavsson

Patrik Forman (*hjälp*tränare)

Magnus Matsson (*hjälp*tränare)

André Önnebro (*hjälp*tränare)

F 2015-2016

Laget består av 12 spelare och 3 tränare. 5st födda 2015, 6st 2016 och 1st 2017. Laget hade 32 träningar och 5 sammandrag under året. Några av spelarna kommer från Bringåsen och andra från Lit. Att spela sin första match någonsin var nervöst för alla tjejerna men de var snabbt inne i det och utvecklingen från första till sista matchen för säsongen var väldigt stor. Vi fokuserar på att ha roligt och skapa gemenskap, vi hoppas på att kunna locka till oss fler tjejer framöver så att vi får ha med oss ett renodlat flicklag i 7mannan framöver!

Vi har en fin närvarostatistik med tanke på tjejernas ålder vilket tyder på att de tycker att det är roligt. Snittet är 54% (högsta 89% lägsta 19%)

Sara Bodén (*tränare*)

Amanda Nord (*tränare*)

Åsa Jufvas (*tränare*)

Ellinor Wall (*adm ledare*)

P/F 2013–2014

Säsongen 2023 har 30 barn deltagit på våra träningar och matcher för P/F 13/14 laget. Några av barnen tog en paus under vintern-sommaren och återkom sedan under hösten.

Fördelningen mellan pojkar-flickor är 27-3.

Vi började med inomhusträningen efter sportlovet, då med en träning i veckan. Under inomhussäsongen spelade vi en träningsmatch, mot Häggenås SK.

I mitten av maj klev vi ut på grusplanen på Hårkmoallen och den efterlängtdade utomhussäsongen kunde äntligen börja. Samtidigt som utomhussäsongen startade, började laget träna två gånger i veckan. Deltagarantalet på träningarna har legat kring 20 barn per träning. Under början av utomhussäsongen började Johanna Jansson som tränare.

Vi har haft besök av två gästtränare under utomhussäsongen. Först, Åsa Hallkvist, tränare från Häggenås SK och fd storspelande fotbollsmålvakt. I två omgångar gästade Åsa våra träningar och höll i målvaktsträning för de barn som ville.

Förutom Åsa, fick laget besök av tränare Jimmy Anjevall från Ope IF. Han höll i en mycket uppskattad träning för våra IFK Lit spelare. Vi hoppas att få se både Åsa och Jimmy fler gånger på Hårkmoallen under säsongen 2024.

Fokus på träningarna har varit samarbete, spel- och rörelseglädje. Laget och varje spelare har haft en positiv utvecklingskurva under året. Vi har sett spelarna utvecklas mentalt, fysiskt, socialt och fotbollsmässigt, vilket har gynnat laget och lagandan. Laget har haft ett bra stöd från föräldrarna, som ställer upp på att skjutsa till träningar och matcher, ordna med fikaförsäljning, gräsklippning, fikat till PRO danserna på Hårkvallen, målning av den nya fikaboden mm. Förutom matchspel, både i sammandrag och singelmatcher, har laget spelat i Åscupen.

Den 1 oktober började inomhussäsongen och barnen fortsatte med två träningar i veckan. Där laget hade gemensam träning på söndagarna, med fokus på samarbete, fysik och (beroende på antal deltagare) spelades det smålagsspel. Under torsdagsträningarna delades gruppen upp i två träningsgrupper, som tränade varannan torsdag. Fokus låg på spelförståelse och fotbollsteknik.

När inomhussäsongen startade ersatte Evelina Skoglund Sara Bodén som tränare. Sara finns dock kvar kring laget och redo för att hjälpa till när det behövs.

Tina Håkansson (*lagledare*)

Åsa Jufvas (*tränare*)

Sara Bodén (*tränare*)

Johanna Jansson (*tränare*)

Evelina Skoglund (*tränare*)

P 2011-2012

Laget består av 15 spelare, varav 10 stycken födda 2012 och 5 stycken födda 2011. Under året hade laget 85 fotbollsträningar och 17 träningspass utan boll. Laget spelade 9 matcher och 4 sammandrag. Vi deltog i två cuper en i inomhuscup i Sundsvall i Januari och storsjöcupen i Östersund i juli. Killarna spelade i serien pojkar 11 där de mötte hårt och jämnt motstånd och det blev många spännande matcher.

Vi har även detta året valt att ge spelarna speltid utefter träningsnärvaro för att locka fler till att komma på träningarna, detta har gett bra effekt och träningsstatistiken har ökat markant! Med högre närvaro på träningarna ser vi inte bara ökad framgång på matcherna utan även en mycket bättre och tighare laganda. Laget har extremt god stämning och de arbetar verkligen som ett lag både på planen och på sidan. Närvaron ligger snitt på snitt 74% av 15 spelare (högsta 85% lägsta 28%).

Laget har satsat en hel del på andra aktiviteter utöver fotbollen, detta för att öka lagkänslan och för att de ska få prova på annat än bara fotboll. Vi har varit med på Häggenåsrännnet en 5km löptävling, vi har varit med på Mudrace, vi har bowlat och vi har sprungit i skogen med pannlampor.

Sara Bodén (*lagledare/tränare*)

Anders Hellström (*adm ledare*)

Johan Eriksson (*hjälp tränare*)

David Elofsson (*hjälp tränare*)

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR INNEBANDY

Innebandy P/F 2008–2009

Under detta år har vi tränat tisdagar och söndagar i Lits sporthall, och det har varit 8-14 spelare som tränat med oss.

I år har vi fått några nya spelare, och några gamla spelare har kommit tillbaka.

Vi har inte spelat i någon serie under året, men vi har spelat matcher mot det yngre laget i Ifk-Lit.

Några av det yngre lagets spelare har även tränat några gånger med oss.

Det är ett otroligt tillskott med sargen 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. Våra spelare är motiverade och utvecklas hela tiden och har otroligt kul tillsammans.

Mikael Enberg (*tränare*)

David Hansson (*tränare*)

Karl Hagström (*tränare*)

Innebandy P/F 2010–2012

Under denna säsong har vi två träningstider, vi kör tisdagar och söndagar. 1 Tim och 20 min. Vi har varit mellan 10-15 stycken i åldrarna 10-14 år.

Vi börjar träningarna med uppvärmning samt lite styrka innan vi kör igång med övningarna.

Har fått in några och yngre spelare, tyvärr så har tjejerna klivit av.

Sammandragen rullar på, mer jämnare indelning i år. Totalt 6 stycken.

I år kommer vi att vara med i en Cup i Mora sista helgen i april. Buster Cup.

Tomas E (*tränare*)

David E (*tränare*)

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR BADMINTON

Badminton Junior P/F - Motion

Som ett alternativ till de lagsporter som redan utövas i föreningen fortsatte vi med träningar i Badminton under 2023. En träningstid på söndagskvällar har vi haft men snart får vi boka en tid till då det börjar bli många på träningarna. Sporthallen har 3 banor så man kan spela upp till max 6 spelare samtidigt (singel), eller 12 spelare samtidigt (dubbel). Det har varit totalt ca 20 olika spelare som deltagit i verksamheten under året med varierande deltagarantal vid varje tillfälle. Vi nu har fått fler ledare vilket gjort det lättare att hålla igång verksamheten.

I december deltog 3 spelare i en tävling i Östersund, Lugnviks Sporthall. Luciacupen, som ingår i 4 tävlingar i Distriktsfjädern, som anordnas av klubbarna i Östersund. En rolig och bra erfarenhet med både vinster och förluster. Nästa tävling i feb 2024 i Odenhallen.

Martin Nordman (tränare)

Roland Lindqvist (tränare)

Jörgen Tyrebo (tränare)

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR BASKET

Basket

Föreningen hade några träningar på hösten 2023, men hade svårt att få igång ett gäng i år, därför avslutades träningarna för den här gången. Planen är att få igång ett ungdomslag inom 1-2 år.

Mattias Danielsson (sammanhållande)