

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED

Konståkning 2023

Om truppen

Vår grupp med åkare har utvecklats och idag är vi 17 deltagare i åldrarna 8-16 år med en spridning från Mariefred, Stallarholmen, Strängnäs och Åkers Styckebruk. Åkarna består idag endast av flickor.

Vår säsong

Under våren hade vi träningar med 2 pass på is per vecka, torsdag (Hammarens ishall) och lördag (Åkers), fram till 1 april.

I januari 2023 deltog av våra konståkare med en uppskattad uppvisning under periodpausen av Kändismatchen på Hammarens IP.

När Strängnäs Kommunen ordande skridskodisko på Hammaren i februari bidrog konståkningssektionen med att sköta cafeterian.

Höstsäsongen startade med första isträning 19 augusti 2023 i Åkers ishall. Till en början tränade vi 2 ggr/vecka, det reducerades sedan till enbart ett pass/vecka.

För att stärka upp träningen hade istället markträning i Lilla gymnastiksalen på Mariefredsskolan 1 dag/vecka med fokus på dans, koreografi, styrka och rörlighet. Under höstlovet v44 hade vi dessutom ett extra långt pass med markträning som lovspecial.

Först när Hammaren öppnade kunde vi åter börja träna på is 2 gånger per vecka.

Under hösten tog vi fram en symbol/logga för vår sektion för att stärka teamkänslan och gruppen. Vi arbetar på att ta fram till exempel en gemensam träningsjacka för sektionen.

Vårt resultat (utveckling, deltagande):

Under året har våra åkare som inte tagit Konståkningsförbundets kunskapsmärke Leo (8 kunskapssteg) jobbat vidare på dem och de allra flesta har klarat dem under året. De åkare som tagit märke 8 har börjat öva på nästa kunskapsnivå, de så kallade tävlingstesterna.

Våra utmaningar:

Vi har för få istider och tränare.

Just nu arbetar Konståkningsförbundet fram nya system för träning och tävling. Vi deltar löpande i informationsträffar och tar del av deras information för att anpassa vår verksamhet efter de nya reglerna och riktlinjerna.

Höjdpunkter under säsongen:

Uppvisningen under Kändismatchen.

Övrigt:

Vi får många förfrågningar om att få in nybörjare i gruppen. Vi kan inte ta emot nybörjare som det ser ut just nu men erbjuder dessa stöd och hjälp för att just starta upp nybörjargrupper. Dock har ingen haft möjlighet att ta det ansvaret och därför startas inga nya grupper just nu. Det krävs att man likt andra idrotter finner tränare och bokar egna ispass för att möjliggöra för nybörjare att påbörja grunderna i konståkning.

Tränare: Jennie Nyström, Lene Valdebenito, Klara Pappila, Magda Marzec, Veronica Rudfeldt, Melinda Nordgaard

Lagledare: Sara Grimlund, Karin Johansson

