



# TUNIKAN

Säsongen 2023 IK TUN



STAY TUNED

# OM IK TUN

IK TUN är en idrottsförening som ligger i Enstaberga drygt en mil Söder om Nyköping och som grundades år 1938. Enstaberga IP har länge varit en populär och omtyckt plats att samlas kring. Våra fina gräsplaner som sköts med stor omsorg och med närhet till samhället och skogen så känns Enstaberga IP som ett extra hem för många. Här samlar vi unga som äldre kring olika aktiviteter och sammankomster vid både högtider och vardag. Mottot är att alla är välkomna.

IK TUN värnar om hälsa och gemenskap och är en förening med över 800 medlemmar, varav 350 aktiva och 40 ledare. Med kunniga och hjälpsamma ledare, föräldrar och ideella eldsjälar så hoppas vi kunna förvalta vår förening till framtida generationer.

Följ oss på sociala medier

Facebook: IK Tun

Instagram: IK\_Tun



## Kontaktuppgifter

### IK Tun

Tunavägen 44  
611 75 Enstaberga

Börje: 070-625 70 25  
kansli@iktun.se  
Anders: 070-371 92 62  
anders@iktun.se

[www.iktun.se](http://www.iktun.se)

## Medlemsavgifter 2023

|  |       |
|--|-------|
| Familj _____                               | 700:- |
| Vuxen _____                                | 500:- |
| Barn- och ungdom _____<br>(upp till 19 år) | 400:- |
| Pensionär _____                            | 200:- |

## Stöd verksamheten genom att bli medlem i IK Tuns Stödförening!

IK Tuns Stödförening är en förening som bedrivs helt fristående från IK Tuns övriga verksamhet och idag har stödföreningen ca 400 medlemmar. Stödföreningen bidrar med ekonomiska bidrag till olika aktiviteter som IK Tun har hand om. Vill du vara med i IK Tuns Stödförening så måste man erlægga en årsavgift på 100 kr. Alla medlemmar deltar sedan i ett lotteri där man kan vinna tillbaka lite pengar som man satsat.

Vill du vara med och STÖDJA IK Tuns verksamhet så är du välkommen att sätta in 100 kr på Pg.841039-1.

(P.s. Glöm inte att skicka med ditt namn och din adress. D.s.)

Vid frågor kontakta kansliet så hjälper dom dig vidare! **Till oss är ALLA välkomna!!!**



## Stöd IK Tun!

Välj Svea Internet som internetleverantör så ger vi föreningsbidrag för varje ny abonnent.

**Glöm inte säga till att du vill sponsra IK Tun!**

► Läs mer på [www.sveainternet.se](http://www.sveainternet.se)

# LÄR KÄNNA OSS

## Anders Johansson

**Ålder:** 59 år

**När började du arbeta för IK Tun:**  
2021 började jag och jobbar 75%

### Hur ser dina dagar ut:

Alla dagar ser olika ut. Sköter om mejlkontakt med Tuns ledare och andra föreningar. Ordnar med info som går ut på laget.se. Är bingo kontrollant och förestår matlotteriet som vi har tillsammans med ICA Maxi. Hjälper till med diverse försäljning av lotter, loppisar och andra tillställningar.

### Intressen:

All sport, sambo och katterna samt musik. Rock o Blues är det som gäller, och gärna med 1 eller 2 chipspåsar till.

## Mensur Harasic

**Ålder:** 59 år

**När började du arbeta för IK Tun:**  
2022 började jag och jobbar 50 %

### Hur ser dina dagar ut:

Vaktmästararbete, mycket jobb utomhus med både snickeri och trädgårdsarbete. Håller ordning på lagens matchkläder och tvättning av dessa.

**Intressen:** All slags sport och familjen.



## Börje Thunholm

**Ålder:** 75 år

**När började du arbeta för IK Tun:**  
Började på halvtid 1983 och fick en heltidstjänst 1986. Jobbar nu som ideell pensionär.

### Hur ser dina dagar ut:

Inga dagar är den andra lik. Lottförsäljning, gräsklippning, kritning av plan, kontakt med ledare och andra lag. Hjälper till att styra upp evenemang som anordnas så som tipspromenad, bingo m.m.

### Intressen:

Intresserad av all sport, tycker om att laga mat speciellt husmanskost. Mitt största intresse är dock IK TUN.

# Styrelse 2023

Tomas By  
Börje Thunholm  
Eva Gustafsson  
Lena Karlsson  
Pernilla Sager  
Per Carlsson  
Johanna Karlsson  
Jessica Lundin  
Björn Carlsson  
Emilia Lindvall

Ordförande  
V.Ordförande  
Sekreterare  
Kassör  
Ledamot  
Ledamot  
Suppleant  
Suppleant  
Suppleant  
Suppleant





# Ungdomslag



**P07/08**  
Magnus Johansson  
070-717 78 89  
magnus@sobchak.se

**Bakre ledet fr. v.:** Melwin Eriksson, Samuel Landler, Tomas Axelsson, Sebastian Forsberg, Wilhelm Wetterblad, Hani Eid, Ville Sivén Eklund  
**Mittenledet fr. v.:** Niklas Sager, Liam Taengh, Noel Andersson, Oskar Granath Aspblad, Anthon Malmquist, Magnus Johansson  
**Sittande fr. v.:** Adam Nordenskjöld, Linda Dahl, Theodor Ekroth, Adam Sager, Sammy Westh, Tomas Forsberg, Emil Bergenlid



**P15**  
Jan Andersson  
070-249 26 50  
fakelobster@hotmail.com

**Bakre ledet fr. v.:** Loke Åberg, Edvin Frisell – Andersson, Amin Saeed, Aston Englund, Salahdin Ali Abdulkarim, Adam Axelsson  
**Mittenledet fr. v.:** Jan Andersson, Noah Hallsten, Vincent Eklund, Elton Erixon, Colin Andersson, Jack Andersson, Jonathan Eklund  
**Sittande fr. v.:** Dennis Malmkvist, Leo Ojvall, Elias Anklev Gustavsson, Noah Blomstedt, Casper Argenius, Eskil Engström, Oliver Argenius, Ludvig Andersson



**P11/12**  
Johan Lind  
073-643 22 01  
pog.nyk@gmail.com

**Bakre ledet fr. v.:** Elton Undegård, William Gustafsson, Ludvig Sandberg, Viktor Yderman, Lukas Forsberg, Love Enoeksson Mroczek, William Lind, Adam Shalaan, David Berglin  
**Mittenledet fr. v.:** Johan Lind, Alfred Lehnbohm, Sam Lundin, Umrán Korkut, Charlie Österberg, Elis Viklander, Aser Allazawi, Alva Pettersson Mård, Edvin Lindberg, Joakim Undegård  
**Sittande fr. v.:** Alwin Groth, Alexander Sköld, Rasmus Lindeskov, Villem Ekblom Cronhielm, Camilla Pettersson, Liam Johansson, Ulrik Larsson, Leo Becker, Måns Axelsson



**PF16/17**  
Josefine Lindberg  
073-675 61 69  
jossanj@hotmail.com

**Bakre ledet fr. v.:** Noah Damra, Benjamin Karlsson, Viggo Frostenstedt, Elna Malmkvist, Wilda Anrixon, Isak Bektasevic  
**Mittenledet fr. v.:** Josefine Lindberg, Ruden Hoff Gröndin, Topper Markstedt, Alfred Karlsson, Ake Bodén, Edvin Forslund, Jesper Mindemark  
**Sittande fr. v.:** Dewin Nettelblatt, Leo Damra, Charlie Thorén Hirvela, Ludvig Karlsson, Julia Nordström, Oliver Linke, Noel Vahlström, Nino Nettelblatt



**P13/14**  
Malin Lehnbohm  
070-776 54 41  
malinlehnbohm@hotmail.com

**Bakre ledet fr. v.:** Felix Lehnbohm, Pelle Ahlén, Ludvig Nordström, Karrar Raheem, Viktor Sandberg, Jonatan Karlsson, Fred Undegård, Emil Sjöberg, Jacob Damra, Melvin Holmér, Viggo Pettersson  
**Mittenledet fr. v.:** Jesper Mindemark, Sixten Karlsson, Bill Nordén, Liam Ludvigsson, Leo Andersson, Liam Björk, Isak Ólafsson, Walter Lindberg, Vidar Engström, Vide Nordahl, Adam Damra, Tommy Nordahl  
**Sittande fr. v.:** Henrik Blomstedt, Elliot Argenius, Santiago Kjellberg, Alonso Muhamed, James Argenius, Johanna Karlsson, Arvid Jansson, Billy Blomberg, Timothy Sköld, Hugo Blomstedt, Malin Lehnbohm



**F05/08**  
Jonas Berglin  
070-244 36 23  
jonas@berglin.nu

**Bakre ledet fr. v.:** Jennifer Hultgren, Linnea Arentsen, Agnes Nylund, Thea Björkberg, Elwira Nilsson, Freja Hultgren, Lovisa Englund, Amanda Andersson, Daniele Grudzinskaite  
**Mittenledet fr. v.:** Johan Nilsson, Maja Lundin, Natalie Lundin, Tuva Svensson, Alice Berglin, Lilly Liljengren, Ottilia Ringgren, Jonas Berglin  
**Sittande fr. v.:** Sofia Karlsson, Tyra Mellberg, Cornelia Skuthålla Hirvela, Maja Timan Gustafsson, Ebba Karlsson, Emma Lindkvist, Lisa Enocsson, Agnes Lind, Tobias Andersson



**F11/13**  
Sofia Berglin  
076-813 28 02  
sofia@ekonomitankar.se

**Bakre ledet fr. v.:** Lovisa Adamsson, Julia Renman, Solin Majid, Melissa Holmér, My Sjöberg  
**Mittenedet fr. v.:** Olivia Wolfenstein, Alva Pettersson Mård, Elvira Holmberg, Leah Lindahl, Ellie Björk, Johanna Wallidén  
**Sittande fr. v.:** Juni Jernberg, Ebba Hallkvist, Wilma Wallentin, Sofia Berglin, Tiide Eklöv, Molly Gustavsson, Inez Wallidén



**F14/15**  
Sonny Säterkvist  
073-565 63 15  
sonny.saterkvist@hotmail.com

**Bakre ledet fr. v.:** Jonas Pettersson, Cassandra Johansson, Idun Frostenfeldt, Greta Hallkvist, Annabelle Lundgren Mellberg, Linn Rudengren, Sonny Säterkvist  
**Mittenedet fr. v.:** Denize Rosenström Winscher, Leah Thorén Hirvelä, Linnea Larsson, Hanna Rüdén, Ingrid Hallkvist, Lovisa Lagerlund  
**Sittande fr. v.:** Juny Blomberg, Lovis Pettersson, Vilma Säterkvist, Lovisa Becker, Nova Kemeberg, Josefine Larsson, Ebba Linke

### PF18

Vi planerar att starta upp pojkar och flickor födda 2018 under våren.  
Finns det föräldrar som vill vara med som ledare och starta upp så vill vi att ni kontaktar någon av oss:

Fotbollsutvecklare: Magnus Johansson  
070-717 78 89 • magnus@sobchak.se  
Ungdomsansvarig: Anders Johansson  
070-371 92 62 • anders@iktun.se

## Råsbäcksplanerna





# Discgolf

## Discgolfbanan

Banan är nu invigd och har hunnits användas av många besökare detta år. Så roligt att läsa och höra hur omtyckt den är. Discgolf banan består av 21st hål. Den sträcker sig igenom Enstabergaskogen och genom grusgropen i en fantastisk fin miljö Vid parkeringen finns det bänkar, bord och en liten grillplats.

Hittills har det hållits två tävlingar, och fler är på gång.

Följ gärna Facebook sidan där du kan läsa mer om tävlingar med mera:

Diskar finns att hyra eller köpa på kansliet vid Enstaberga IP.

Du som medlem spelar gratis annars tar vi ut en greenfee på 40kr/spelare & dag

På Enstaberga IP finns det även tre hål med multifunktion – Discgolf, parkgolf och fotbollsgolf.

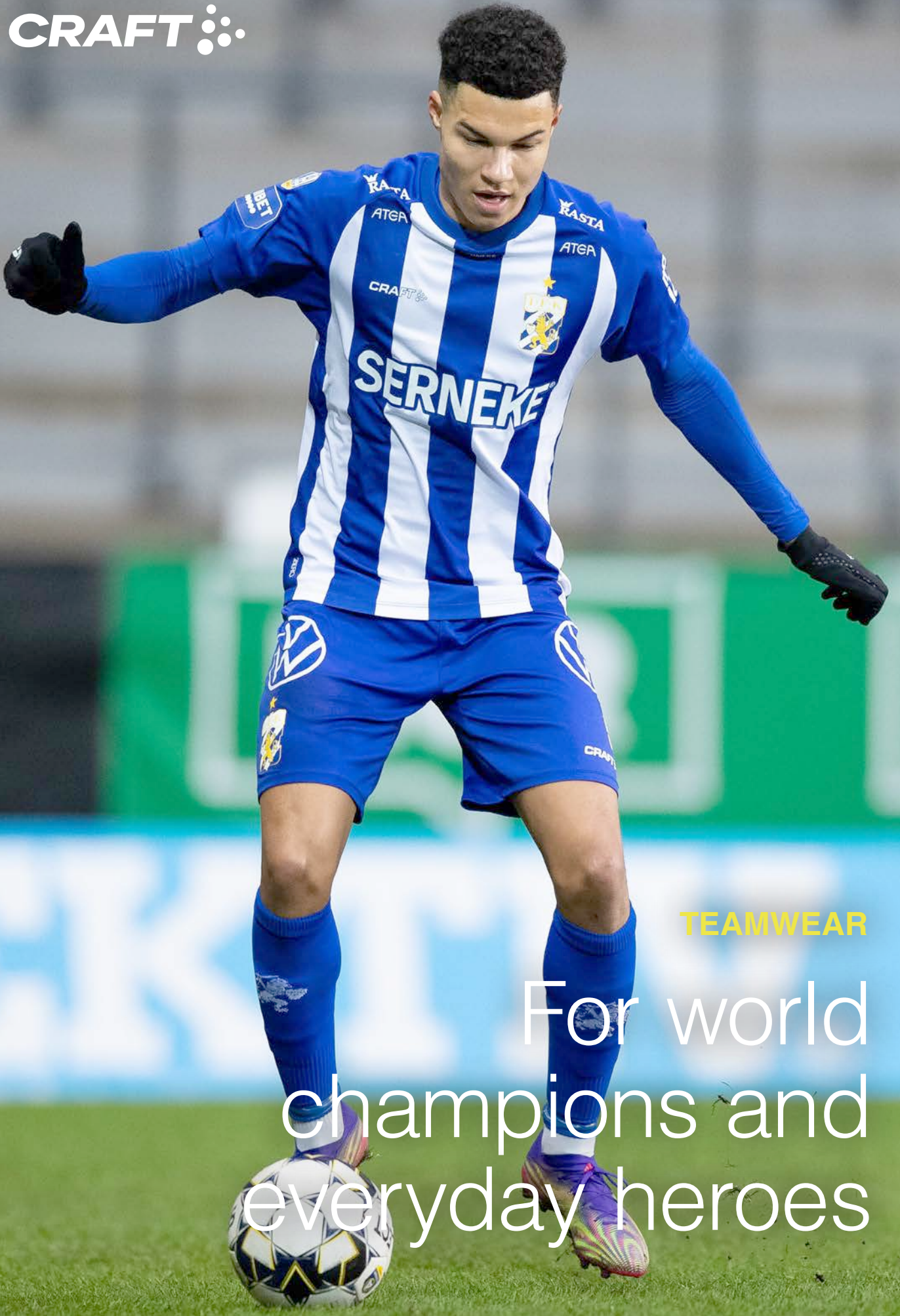


Gravel Pit Discgolfpark - Enstaberga





CRAFT



TEAMWEAR

For world  
champions and  
everyday heroes

# Bilbingo



Vår populära bilbingo spelas varje söndag från och med 14 maj. Finns begränsat antal sittplatser inomhus.

Vi spelar 20st söndagar till och med den **24 september**.

Starttiden är kl. **15.45** med väntbingo.

**3, 10, 17 och 24 september** börjar vi kl. **14.45** med väntbingo.

Vi delar ut **10.000 kr** varje söndag på TUN-brickan, jackpott på finalspelet.

Alla brickor kostar 40 kr styck och säljs innan bingon startar.

Endast kontant betalning.  
Kioskverksamhet, chokladhjul, lotterier m.m.

**Hjärtligt Välkomna!**  
**IK TUN**

# Tunrundan

Denna tradition har funnits i många år och varje gång springer duktiga idrottare och vardagsmotionärer tillsammans. Slingan går i skogen på mjukt underlag med elljusspår och motionärer som hejar på i skogen. Kiosk finns på plats och en fin skänkt prisutdelning brukar avsluta kvällen.

Barnloppssträckan är ca 400m och går runt fotbollsplanen.  
(även föräldrar är välkomna att springa med)

Barn/ungdomsloppet- Nytt för i år! Ca 3 km långt.

Herr/dam-loppet är 5km långt.





# Herrlag A/U

## Intervju med Elmin Muzurovic

• **Säsongen 2022 slutade ni på en 9:e plats med väldigt blandade resultat. Nöjda med att hänga kvar i div 6 eller var målsättningen högre?**

Jag anslöt klubben precis innan seriepremiär och hade då fokus som enbart utespelare så vet inte vad vi hade för målsättning. Vi började året väldigt bra och gick obesegrade de 7 första matcherna. Därefter krockade träningar och matcher med en hel del andra aktiviteter och vi hade problem med att få lag men låg ändå topp 3 inför hösten. Tyvärr försvann spelare till höstsäsongen och vi fick ställa in träningar och i samma veva tog jag över som huvudtränare. Vi startade här ett samarbete med äldsta pojklaget vilket hjälpte oss kvar i div 6 så efter alla omständigheter så är vi nöjda med hur säsongen blev.

• **I skrivande stund har det inte gått så långt av försäsongen men hur tycker du det sett ut?**

Jag är väldigt förvåntansfull inför säsongen 2023 och så här långt går allting över förväntan. Vi vann en inomhusturnering i Gnesta som även ger oss självförtroende till utomhussäsongen. Från att förra året behöva ställa in träningar och matcher så har vi nu anmält 2 lag till senior-spel vilket känns väldigt kul.

• **Hur ser truppen ut, har ni fått in något nytt?**

Vi är en väldigt intressant trupp i år där vi blandar unga hungriga spelare med flera äldre rutinerade spelare. Jag lovade grabbarna att vi ska bli ett seriöst herrlag och mitt största fokus var att behålla stommen med spelare som spelat flera år i IK Tun och sedan fylla på med lite nytt. Så jag och Magnus (ungdomstränare) pratade ihop oss om att ha öppna provträningar en gång i veckan hela november plus att jag har lite kontakter efter många år som spelare i olika lag. Nu har vi en trupp på 27-28 spelare och kommer ha konkurrens på varje position. Vi har som sagt anmält 2 seniorlag och kommer då fylla på med killar från Magnus duktiga gäng

• **Har du som huvudtränare satt någon spelidé inför säsongen?**

Jag som huvudtränare vill gärna spela en anfallsorienterad fotboll där vi jobbar mycket med att försöka vara det spelförande laget, pressa högt och snabbt försöka återerövra bollen och ställa om till kontring

• **Ni kommer spela i div 6 sydvästra med en de härliga derbyn mot Sjösa, Oxelösund och Nyköpings BK. Hur ser du på just de mötena?**

Väldigt kul att vi är fyra lag från Nyköping och vi ser fram emot de derbyfighterna där jag hoppas att det bjuds på underhållande fotboll och att det kommer mycket publik. Och att vi vinner matcherna så klart!

# Några ord från tränarstaben

• **Till sist, kommer IK Tun vara med i toppen och kriga, kan du redan nu sätta topp 3?**

Jag har inte lagt så mycket fokus på de andra lagen i serien men vet att Mariefred var topplag förra året i division 6 så skulle nog lägga favoritskapet på det laget. Sedan vet man aldrig med Södertälje lagen, det känns som att de kan slå alla topplag men även förlora mot bottenlag. Vet att Södertälje FF har ett A-lag i division 4 som de kan låna spelare från. Alltid svårt att tippa så här tidigt men oss Tun tillsammans med Mariefred och Södertälje FF som topp 3. Det som kan vara till vår fördel är att det är 22 matcher och att vi har en väldigt bred trupp och även möjlighet att fylla på med spelare underifrån. Sådant är viktigt under en lång säsong

## Låt inte livet vänta!

Vi levererar din trapphiss inom 1-2 veckor



Vi har Tillfört  
Tillgänglighet i hela  
Sverige sedan 1976.

**Globus**  
TILLFÖR TILLGÄNGLIGHET®

|                           |                           |                           |                            |                        |
|---------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------|
| Nyköping<br>0155-20 55 00 | Stockholm<br>08-640 65 60 | Göteborg<br>031-701 02 55 | Helsingborg<br>042-157 075 | Skövde<br>0500-471 270 |
| Jönköping<br>036-100 970  | Örebro<br>019-100 680     | Linköping<br>013-175 970  | Borlänge<br>0243-833 10    | Gävle<br>026-687 090   |

info@globustt.se | www.globustt.se

# Truppen



**Elmin Muzurovic**  
Huvudtränare  
27 år  
Moderklubb:  
Vagnhärads SK



**Anders Forsberg**  
Materialförvaltare  
55 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Tommy Gustafsson**  
Administrationsansvarig  
65 år  
Moderklubb:  
Tystberga GIF



**Casper Borell**  
Målvakt  
19 år  
Moderklubb:  
Arboga södra



**Duoglas Martinsson**  
Målvakt  
18 år  
Moderklubb:  
IK Tun



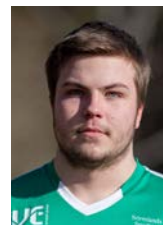
**Benjamin Arnautovic**  
Back  
25 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Erik Hellquist**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Jauri Mugisa**  
Utespelare  
21 år  
Moderklubb:



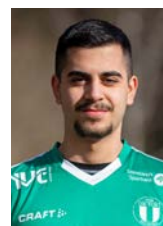
**Lennart Petersson**  
Back  
18 år  
Moderklubb:  
Ålberga GIF



**Omar Baradei**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
Oxelösunds IK



**Leo Lundvall**  
Back  
19 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Antonio Matloub**  
Back  
19 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Valdemar Ahlgren**  
Back  
20 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Erik Tarkpea**  
Mittfältare  
20 år  
Moderklubb:  
Hargs BK



**Kevin Gejskog**  
Back  
18 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Joseph Tsegaye**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Dennis Nguyen**  
Back  
19 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



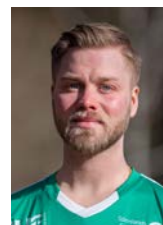
**Jonas Tsegaye**  
Utespelare  
20 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Dennis Salcin**  
Back  
18 år



**Rodel Thomsson**  
Back  
18 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Simon Lindqvist**  
Forward  
31 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping





**Barzan Nawroli**  
Back  
29 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Mohammad Ali  
Sheikh Haidar**  
Back  
18 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping



**Faraj Ibrahim**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



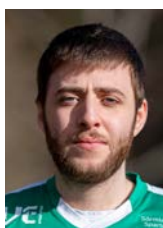
**Hasim Harri  
Jaganac**  
Forward  
26 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Flurimu Njaza**  
Back  
21 år



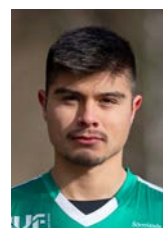
**Gabriel Holmsell**  
Forward  
19 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Hamza Nahhas**  
Back  
20 år



**Lucas Ölander**  
Back  
19 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Liam Grenestam**  
Utespelare  
19 år



**Nermin Semovic**  
Forward  
25 år

## Bilar, Husbilar, Husvagnar och Släp



Fordonslyx för oss vanliga

Nyköpingsvägen 31 • Bergshammar, Nyköping • [www.hcbil.com](http://www.hcbil.com)  
Tel: 0155-580 14 • Öppettider: Mån-Fre 10-18, Lörd 10-14

## ...intervju med Hampus Dahlström

• **Tuffa förutsättningar förra året när division 1 serierna skulle läggas om till 2023. Vi blir 8:a med 27 poäng, samma placering som 2021 (22 p) men åker ändå ur serien. Så här med flera månaders distans, hur kändes det att åka ur och istället spela division 2 ?**

Det är aldrig kul att åka ur en serie såklart, vi spelade jämnt med de flesta lagen men hade en alldeles för dålig period direkt efter sommaruppehållet där vi bara tog 1 poäng på fem matcher vilket är för lite när så pass många lag åker ur.

Jag tror däremot det kan vara bra för TUN att få börja om en serie, om vi hade lyckats klara oss kvar är min känsla att vi tappat flera av våra bärande spelare. Nu får vi chansen att långsiktigt utveckla de unga spelare som finns i truppen och göra dem redo för att vara ryggradsspelarna nästa gång man går upp i div 1.

• **Nu är vi inte så långt inne i försäsongen men hur tycker du det ser ut så här långt?**

Jag är nöjd med hur det har sett ut hittills, redan nu kan man se att tempot och engagemanget på träningen är högre i år vilket är en förutsättning för att lyckas.

• **Lag som åker ur en serie brukar kunna tappa spelare, hur ser Tuns trupp anno 2023 ut? Några nya resp tappade spelare?**

Vi har fått behålla de flesta spelarna. Vi har än så länge bara Ebba Karneheov som lämnat för Smedby.

På nyförvärvs fronten så har vi Wilma Nilsson som flyttats upp från flicklaget, Hilda Glysing från IFK Nyköping, Joline Selstig från Nyköpings Bis och Vanessa Fleetwood som kommit tillbaka från 2 års uppehåll.

Till U-laget har Liv Kroon och Adena Kroon från HBK kommit.

Vi har även fått in Cornelia Skuthälla Hirvelä, Lily Liljegren och Ida Olsson från Nyköpings Bis flicklag. De kommer att börja i flicklaget men säkerligen göra en hel del matcher med U-laget.

• **Har ni någon ambition med säsongen, har ni satt någon målsättning för resp lag (div 2 och 3) ?**

Laget har inte satt någon målsättning ännu, den kommer spelarna att gemensamt få diskutera fram under träningslägret.

Vi i ledarstaben är väldigt måna om att de yngre spelarna i truppen tar stora kliv i sin utveckling. Kan de göra

# Några ord från tränarstaben

det så kommer vi kunna vara med och fightas i toppen av serien men framför allt vara bättre förberedda den dagen man lyckas vinna serien och ta klivet tillbaka till div 1.

För att ge tjejerna de bästa förutsättningarna för att utvecklas så har vi bland annat startat en utvecklingsgrupp på 8 spelare som erbjuds individuella fotbollspass efter deras önskemål på vad de vill utveckla. Vi har också ett nära samarbete med Performa som har gett tjejerna individuella träningsprogram utifrån vad dem behöver utveckla fysiskt.

• **I förra årets Tunika gick att läsa att er spelidé bl a var att ha ett högre försvarsspel än tidigare, ha en ambition att spela bollen längs backen och ha snabba omställningar. Något du tycker fungerade och som du kommer bygga vidare på även i år?**

Jag tycker att vi fick till det höga presspelet väldigt bra, vi var väldigt svårspelade för motståndarna och störde dem ofta i deras uppspelsfas. Omställningarna var även det ett farligt vapen för oss men vi borde fått en större utväxling på dem chanser vi hade.

I år så kommer stora delar av försäsongen handla om vad vi vill göra när vi har bollen, vi behöver bli modigare i hur vi vill spela och kunna komma in på motståndarnas planhalva med kontroll. Vi vill även främja utveckling och för att kunna göra det behöver vi bli ett mer spelande lag så tjejerna får göra fler aktioner med boll.

• **Kommer IK Tun vara med att kriga i toppen av respektive serie? Har du hunnit titta på kommande motståndare och kan sätta topp 3**

Om tjejerna fortsätter med en högträningsnärvaro och bibehåller det engagemang och intresse som dem visat hittills så finns alla förutsättningarna för att kunna vara i toppen av bägge serierna.

Jag har sett att vi fått med oss Sätra, Stuvsta och Stureby från förra årets div 1, övriga lag har jag inte så bra koll på.



# Truppen



**Hampus Dahlström**  
Coach A-lag  
30 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Fredrik Johansson**  
Coach U-lag  
49 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Lena Karlsson**  
Lagledare  
71 år  
Moderklubb:  
IK Tun



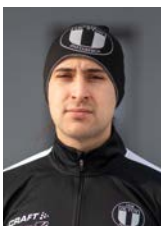
**Robert Lundin**  
Målvaktstränare  
49 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Ola Carlsson**  
Coach U-lag  
52 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Dennis Hirvelä**  
Coach U-lag  
41 år  
Moderklubb:  
Runtuna Löthen



**Simon Söderman**  
Ass. Tränare  
31 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping



**Lovisa Ederström**  
Ass. Tränare  
35 år  
Moderklubb:  
Nävekvärn GOLF

# Värdegrund

## Gemenskap och Glädje

Vi kan, vi vill - tillsammans!

Alla medlemmar får uppleva vår kamratskap och glädje och skolas in i föreningens anda. Alla kan hitta sin plats och bidra utifrån sina intressen och kompetenser. Det innebär att vi alla ska jobba för att skapa gemenskap där människor känner sig välkomna och delaktiga. Det skall vara roligt att delta och bidra till verksamheten.

Du kanske är duktig på att organisera cuper, är en hejare på att sälja korv eller kan tvätta lagets matchtröjor varje söndag. Oavsett vilken insats du kan tänka dig att bidra med så finns en plats för dig i föreningen.

## Engagemang

Det skall belönas att vara engagerad i föreningen och bidra till klubbens utveckling. Föreningen skall ta hand om medlemmarna så att alla känner föreningens klubbkänsla.

## Respekt – Fair Play

Vi inom föreningen skall alltid respektera varandra i det vi gör och i vårt sätt att representera vår förening. Som ledare i föreningen så är du en representant mot folk /lag vi möter. Vi i föreningen tror på Fair Play inom alla grenar.

## Utveckling

Vi utgår från vad varje individ vill och kan. Som ledare så utgår vi alltid från varje spelares kunskaper och behov och utifrån det utvecklar vi varje person. Vi har en utbildningspolicy för ledare så att de ständigt kan utvecklas i takt med laget.

## Kommunikation

Föreningen har en öppen kommunikation både inom som utom föreningen. Där alla medlemmar känner till verksamheten och vi tillsammans formar vår förening.

Alla ges möjlighet att bidra med sina idéer och förslag där årsmötet är det tillfälle på året där varje medlem använder sin rösträtt.



**Liv Kron**  
Målvakt  
19 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Sabina Robertsson**  
Målvakt  
27 år  
Moderklubb:  
Bollstanäs



**Joline Selstig**  
Målvakt  
15 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Tilda Eklund**  
Back  
18 år  
Moderklubb:  
Sjösa IF



**Amanda Ceder**  
Back  
22 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Vanessa Fleetwood**  
Back  
21 år  
Moderklubb:  
Oxelösunds IK



**Ella Ek**  
Back  
18 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Hanna Lundmark**  
Back  
35 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping



**Cecilia Faviez**  
Back  
20 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Rebecka Gustafsson**  
Back  
23 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Ilma Liljengren**  
Wingback  
18 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Wilma Valberg  
Kindborn**  
Mittback  
18 år  
Moderklubb:  
Oxelösunds IK



**Hilda Glysing**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
Sjösa IF



**Linn Thorell**  
Mittfältare  
22 år  
Moderklubb:  
Hargs BK



**Line Höök**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Alicia Kaski Karlsson**  
Mittfältare  
24 år  
Moderklubb:  
Oxelösunds IK



**Lovisa Lindvall**  
Mittfältare  
22 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Emilia Jonsson**  
Mittfältare  
20 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Katja Andersson**  
Mittfältare  
28 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Sandra Rehn**  
Mittfältare  
26 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Alice Jonsson**  
Mittfältare  
17 år  
Moderklubb:  
IK Tun





**Karolina Schewenius  
Lundberg**  
Mittfältare  
19 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Ebba Åkerman**  
Mittfältare  
20 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Wilma Grenryd**  
Wingback/Ytterback  
20 år  
Moderklubb:  
Nyköpings BIS



**Adena Kron**  
Mittfältare  
17 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Moa Ståhl**  
Mittfältare  
16 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Ella Asplund**  
Forward  
17 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping



**Monika Linder**  
Mittfältare  
31 år  
Moderklubb:  
Norrby SK



**Melinda Hall**  
Mittfältare  
33 år  
Moderklubb:  
Hargs BK



**Elin Svedling**  
Forward  
28 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Edvina Jonsson  
Lundmark**  
Forward  
21 år  
Moderklubb:  
Hargs BK



**Wilma Nilsson**  
Forward  
16 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Maja Larsson**  
Forward  
24 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Elin Edberg**  
Forward  
21 år  
Moderklubb:  
IK Tun



**Amanda Johansson**  
Forward  
29 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping



**Ebba Engdahl**  
Forward  
22 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping



**Emmelie Jönsson**  
Forward  
31 år  
Moderklubb:  
Vagnhärad SK



**Agnes Nord**  
Forward  
18 år  
Moderklubb:  
Stigtomta IF



**Hanna Lundqvist**  
Mittfältare/Forward  
32 år  
Moderklubb:  
Ingarö IF



**Jennifer Askesten**  
Forward  
27 år  
Moderklubb:  
IFK Nyköping

---

# Påhlsons Daylight

---

BE YOUR BRAND



Yrkeskläder  
Profilkläder  
Klubbkläder  
Jaktkläder  
Screentryckeri  
Skyltproduktion  
Bildekor  
m.m.



## FRI ENTRÉ

**12:00** Div 2 Damer  
IK Tun - Mälarhöjden-Hägersten FF

**15:00** Div 7 Herrar  
IK Tun U - Stigtomta IF U

Grillade hamburgare, kiosk och olika aktiviteter kommer att finnas under dagen.

**Ta med din kompis, granne, släkting!**



Köp årskort och få fritt inträde till alla seniormatcher under säsongen.  
Gäller alla hemmamatcher på Enstaberga IP för IK Tun

**500kr**  
Köpes via kansliet

Välkommen till

# Nya KRETA

PIZZERIA, KOLGRILL & RESTAURANG

## DAGENS LUNCH

Mån - Fre 11:00 - 14:00



### ÖPPETTIDER

Mån - Fre 11.00 - 21.00

Lör - Sön 12.00 - 21.00

Nu kan du beställa och  
betala direkt i vår app.



0155 - 582 22



Nyköpingsvägen 31  
611 50 Nyköping



Info@nyakretapizzeria.se



www.nyakretapizzeria.se



Hemkörning



# Midsommar

En lång tradition som fortsätter!  
Varmt välkommen att fira midsommar med oss. Med dans och sång runt midsommarstången, lotterier, bollkastning, fiskedamm och ponnyridning med mera. Så ser vi fram emot ytterligare en härlig dag tillsammans. Kiosk och kaffeservering finns öppet som vanligt.  
Dagen startar 14:00 den 24 Juni



## - Vi skapar innovativa lösningar för hela din arbetsplats



Vi är din lokala helhetsleverantör för IT-tjänster, videokonferens, digitalisering, kontorsmaterial och mycket mer.

Välkomna in till oss på Gumsbacken!

**gibon**

Gumsbackevägen 12 Nyköping | Tel: 0155-20 58 00 | Mån-fre: 8-17

# Boule

Det finns 9st banor att hyra på Enstaberga IP.  
Vid frågor kontakta kansliet.



# Arenagruppen

Tar nya tag i år!

Det har investerats i en markduk till fotbollsplanen som förhoppningsvis ska påskynda processen så vi kan börja använda A-planen tidigare om även vädret är med oss.

Vi kommer att under året att fortsätta med arbetet med fotbollsplanerna som påbörjades förra året, bland annat så kommer vi att gödsla alla planer vid tre tillfällen under säsongen och detta tillsammans med luftning och dressning med sand vid ett flertal tillfällen kommer att göra att vi får ändå bättre och tåligare planer både på A-plan och Råsbäcken.

Det planeras även att avverka lite träd runt långsidan av fotbollsplanen för att få in mera sol. Kommunen har också lovat att hugga ned träd utanför staketet på deras mark.

En del av kiosken på Råsbäcksplan har gjorts om till bollskåp för ungdomslagen.

Nu finns det även sittbänkar utmed motionsspåret. Där vi också fortsätter att byta ut resterande belysning till nya ledlampor. Detta har vi kunnat göra tack vare er som stöttat genom att köpa namnskyltar på spåret. Det finns fortfarande några platser kvar att köpa för dig som är intresserad.





# Spelprogram Hemmamatcher

## Herrar Division 6 Sydöstra Södermanland

|          |  |
|----------|--|
| 28 April | IK Tun - Oxelösunds IK - KI 18:30      |
| 16 Maj   | IK Tun - Nyköpings BK - KI 19:00       |
| 26 Maj   | IK Tun - Nya Södertälje KFF - KI 19:00 |
| 12 Juni  | IK Tun - Sködinge IF - KI 19:30        |
| 20 Juni  | IK Tun - Sjösa IF - KI 19:00           |
| 11 Aug   | IK Tun - Södertälje FF U - KI 19:00    |

|        |                                     |
|--------|-------------------------------------|
| 18 Aug | IK Tun - Hölö-Mörkö IF - KI 19:00   |
| 1 Sep  | IK Tun - Gnesta FF - KI 19:30       |
| 13 Sep | IK Tun - Trosa Balkan FC - KI 19:30 |
| 22 Sep | IK Tun - Järna SK - KI 19:30        |
| 7 Okt  | IK Tun - Flens IF - KI 13:00        |

## Herrar Division 7 Sydvästra Södermanland

|          |                                     |
|----------|-------------------------------------|
| 29 April | IK Tun - Tystberga GIF - KL 14:00   |
| 13 Maj   | IK Tun - Stjärnhovs IK - KI 14:00   |
| 27 Maj   | IK Tun - Nävekvarns Golf - KI 16:00 |
| 17 Juni  | IK Tun - Hargs BK U - KI 14:00      |
| 19 Aug   | IK Tun - Vrena IF - KI 14:00        |
| 2 Sep    | IK Tun - Stigtomta IF U - KI 15:00  |

|        |                                     |
|--------|-------------------------------------|
| 16 Sep | IK Tun - Västerljungs IF - KI 16:00 |
|--------|-------------------------------------|

## Damer Division 2 Östra Svealand

|          |   |
|----------|---|
| 22 April | IK Tun - Värmdö IF - KI 14:00           |
| 5 Maj    | IK Tun - IFK Aspudden-Tellus - KI 19:00 |
| 12 Maj   | IK Tun - Hällbybrunns IF - KI 19:00     |
| 27 Maj   | IK Tun - Rågsveds IF - KI 12:00         |
| 9 Juni   | IK Tun - Stureby FF - KI 19:30          |
| 21 Juni  | IK Tun - Sätra SK - KI 19:30            |

|        |  |
|--------|--|
| 1 Aug  | IK Tun - Telge United FF - KI 19:00      |
| 12 Aug | IK Tun - Älta IF - KI 16:00              |
| 2 Sep  | IK Tun - Mälarp.-Hägersten FF - KI 12:00 |
| 16 Sep | IK Tun - Skogstorps Golf - KI 12:00      |
| 30 Sep | IK Tun - Stuvsta IF - KI 12:00           |

## Damer Division 3 Södermanland

|         |                                       |
|---------|---------------------------------------|
| 8 Maj   | IK Tun - Hargs BK - KI 19:00          |
| 22 Maj  | IK Tun - Torshälla-Nyby IS - KI 19:30 |
| 4 Juni  | IK Tun - Enhörna IF - KI 11:00        |
| 19 Juni | IK Tun - IFK Nyköping - KI 19:30      |
| 26 Juni | IK Tun - DFK Värmbol - KI 19:30       |

|        |                                       |
|--------|---------------------------------------|
| 15 Aug | IK Tun - Julita Golf - KI 19:00       |
| 3 Sep  | IK Tun - Nykvarns SK - KI 11:00       |
| 17 Sep | IK Tun - Stallarholmens SK - KI 11:00 |
| 1 Okt  | IK Tun - IK Viljan - KI 13:00         |

Reservation för ev. ändringar, för mer info se [www.iktun.se](http://www.iktun.se)

## Funktionärer

En idrottsklubb skulle aldrig fungera utan hjälp från funktionärer som ställer upp och bidrar med sin egna tid och engagemang. Har du möjlighet att hjälpa till på något sätt hör gärna av dig till oss. Litet som smått tar vi gärna emot din hjälp.

Aktiviteter som vi söker folk till

- Tipspromenad
- Bilbingo
- Kioskverksamhet, entré, speaker på matcher osv
- Midsommarfirande, försälj av lotter, fika m.m.
- Julmarknad
- Tunrundan

Kontakta Anders Johansson på:  
070-371 92 62



## Hyra av klubbstuga eller möbler

Ska du ha kalas eller någon annan tillställning är du välkommen att hyra vår klubbstuga. Här finns en öppenlokal med tillgång till kök med diskmaskin och toaletter. I köket finns en ganska stor uppsättning av tallrikar, skålar, bestick och glas. I lokalen finns också bord och stolar att möblera med.

Det finns även möjlighet att hyra stol och bord av oss.

Klubbhus – icke medlem 1000 kr/per dag, medlem 500 kr/ per dag.

Uthyrning stol- 5 kr/ st, bord 10kr/st

Kontakta kansliet för mer information.

**-Vi levererar betongen!**



**ENSTABERGA  
CEMENTGJUTERI AB**

**”Se det som gjutet”**

**Tel: 0155-57 840**

**[www.enstabergacement.se](http://www.enstabergacement.se)**



# Arbetsgrupper

**Sportgruppen**  
Vakant

**Ungdomssektionen**  
Anders Johansson  
anders@iktun.se  
070-371 92 62

**Arena**  
Per Carlsson  
carlsson.per.54@gmail.com  
076-318 04 33

**Arrangemang**  
Lena Karlsson  
lena@enstabergacement.se  
070-297 19 70

**Marknadsgruppen**  
Tomas By  
ordforande@iktun.se  
070-363 75 90

**Kansli**  
Anders Johansson  
anders@iktun.se  
070-371 92 62

Börje Thunholm  
kansli@iktun.se  
070-625 70 25

# Träningskläder

IK Tuns träningskläder finns för utprovning på kansliet.



# Produktion av Tunikan

Idé, foto, texter och layout

Emilia Lindvall - Björn Carlsson - Lars Jansson (huvuddelen av fotona) - Pierre Wigardt - Tomas By

# Bingolotto



Stöd IK Tun genom att köpa Bingolotter, Sverigelotter eller Färgfemmanlotter av oss.

Det finns flera alternativ att välja mellan:

## Köp lotten på ÖoB

Köp lotten av oss på ÖB. Vi finns på plats:

Fredagar

**10.00 - 16.00**

Lördagar

**10.00 - 15.00**

## Köp lotten digitalt

Du kan även köpa Bingolotterna digitalt via dator, surfplatta eller mobil.

Detta gör du på:

**bingolotto.se**

## Prenumerera på lotter

Det enklaste är att prenumerera på lotter, gå in på: [bingolotto.se/prenumeration](http://bingolotto.se/prenumeration) och logga in på mina sidor och välj IK Tun.

Automatisk vinstbevakning & vinstpåminnelse! BingoLotto håller koll på när du vinner och påminner dig om det i ditt nästa lottutskick. Allt du behöver göra är att spara dina lotter – då riskerar du aldrig att gå miste om en vinst!

**Bingo  
Lotto**



# Inne- & Utegym

## Inne och utegym

På Enstaberga IP hittar du både ett ute och inne gym. Där finns redskap för hela kroppen.

Utomhus finns det sex gymmaskiner varav en med multifunktion. Gymmet har även belysning kvällstid.

Gymmet är till för alla, gammal som ung och även med funktionshinder eftersom man kan rulla in en rullstol i maskinerna och sitta o göra övningarna.

Innegymmet har ett litet mindre utbud med maskiner men det räcker ändå för att hålla igång hela kroppen.

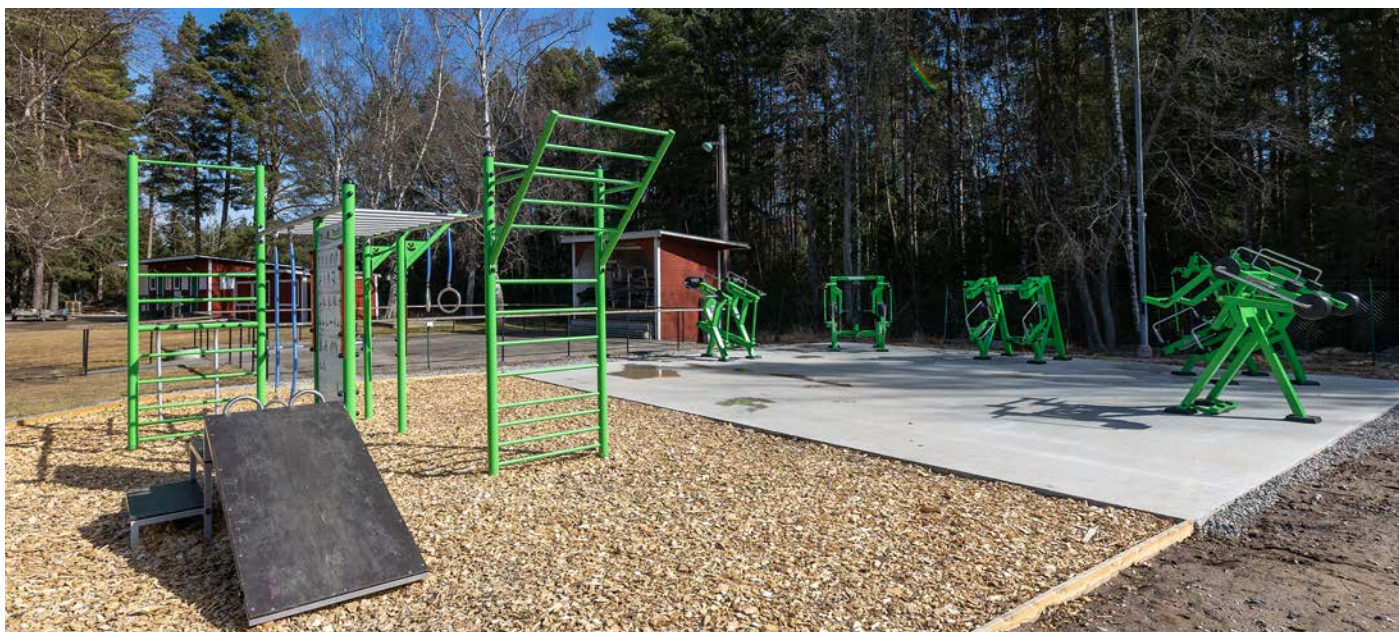
Alla som är medlemmar i IK TUN tränar gratis.

Viktigt att veta är att ungdomar mellan 12-16 år tränar endast i vuxens sällskap och barn under 12 år får ej träna i gymmet.

Tänk på att vara noga med hygien och sprita av alla maskiner innan och efter ditt pass.

Ytdesinfektion och papper finns på plats i gymmet.

Innegymmet har öppet alla dagar mellan 08.00 – 20.00





# Elljusspår



Vi har ett elljusspår som utgår från Enstaberga IP som är 4,8 km långt. På vintern vid bra förhållande så finns det även skidspår.

Det finns även ett uppmärkt spår som är 7,5 km dock utan elljus.

Vi kommer under hösten att byta ut resterande belysning till LED.

Det finns fortfarande möjlighet att köpa stolpar för 1000kr, kontakta kansliet vid intresse.

Tiderna som spåret är belyst är:  
05.00-09.00  
15.30-21.30.



# MINE AB

## Schakt & Spårarbeten

### 070-424 03 01

## Julmarknad

Lördagen den 9:e December arrangerar IK Tun sin årliga Julmarknad mellan 11:00-13:00. Här erbjuds det försäljning av Hembakat bröd, dörrkransar, julklappslotteri med mera.

Kaffeservering, glögg och pepparkakor kommer också att finnas.



## Fotbollsskola

Fotbollscamp  
Pojkar/flickor 6-12 år  
V 25 19-22 Juni Måndag -Torsdag kl 09.00-15.00  
Kostnad 500:-  
Sista anmälningdag 31 Maj

## Tipspromenad

Tipspromenad  
Under vår och höst anordnas det tips/bingo promenader. Det är 10 tillfällen under respektive årstid. Promenaden man går är 3,5 km lång och har ett mjukt underlag i skogen.  
Kluriga frågor med blandat kompot och en lurig skilje-fråga kan vara ett mysigt avslut på helgen. Finns även frågor till alla barn med lite lättare barnanpassade frågor som sedan belönas med en godisbit för dom som vill.

Promenaden är öppen att gå mellan 09:00 – 11:30 med försäljning av fika efteråt.  
Vår: söndag den 12 mars - tom den 14 maj.  
Höst:



## Loppis

IK Tun välkomnar säljare och besökare till loppis på "Stora Träffen" i höst.

Datum: 1/10 & 26/11.

Detta är nytt för i år och vi hoppas att det ska bli en tradition som fortsätter vår och höst.

Marknadsföring av denna loppis kommer att ske på sociala medier, affischering, mailutskick samt på olika hemsidor för loppisarrangörer.

Om du har frågor eller vill boka ett bord för loppis kontakta Anders på IK TUN.

Mail: anders@iktun.se  
Telefon: 070-371 92 62



Bild från premiären för IK:Tuns loppis Mars 2023

**Söndag 1 okt och 26 nov 2023**

# STOR LOPPIS!



**Folkets Park  
Träffen, Nyköping**  
Klockan 11-14 (fri entré)

**Platsbokning** (inkl bord 180 x 75 cm):  
Mail: anders@iktun.se eller Tel: 070-371 92 62.  
Bokningsbekräftelse erhålls efter bokning.

**1 bord 200:- | 2 bord 350:- | 3 bord 450:-**

Insläpp för säljare från kl 08.00. Betalning sker till IK Tun:  
Swish 123 115 8625 eller BG 5392-8446.

**Servering finns: Kaffe, fikabröd, korv, dricka mm.**



Arrangör:





Finns att köpa av våra spelare & på kansliet.

# IK Tun Matlotteri 2023

LOTTPRIS: 100 KR

**IK Tun:s Matlotteri våren 2023**

I samarbete med

NYKÖPING  
**MAXI**  
ICA STORMARKNAD

**50:-  
rabatt!**

Du får

när du handlar för minst 500 kr på ICA MAXI Stormarknad i Nyköping

(Gäller endast i butik, ej online och ej i förbutiken. Rabatten gäller ej på tobak, tidningar och läkemedel. En kupong/köp. Kan ej bytas mot kontanter.)

**Lämnas i kassan!**

(får utnyttjas t o m 31 Juli 2024)

**TEAM SPORTIA**  
SPORT • JAKT • FISKE  
NYKÖPING 0155-21 05 53  
VÄSTRA STORGATAN 19

**100:-  
rabatt vid köp för över 500:-**

Gäller ej på presentkort eller ammunition.

(får utnyttjas t o m 31 aug 2023)

1938  
IK TUN  
ENSTABERGA

**VINSTER FÖR 100.000:-**

KLIPP I HÄR

Lott nr: 1500

**Vinstplan IK Tun:s Matlotteri**

Presentkort på ICA MAXI Stormarknad i Nyköping (gäller EJ i förbutiken).

| Antal vinster |            |          |
|---------------|------------|----------|
| 1             | 1:a pris   | 30.000:- |
| 1             | 2:a pris   | 15.000:- |
| 1             | 3:e pris   | 10.000:- |
| 3             | 4-6 pris   | 4.000:-  |
| 5             | 7-11 pris  | 2.000:-  |
| 10            | 12-21 pris | 750:-    |
| 31            | 22-52 pris | 500:-    |

**VINN PRESENTKORT PÅ ICA MAXI i Nyköping**

LOTTPRIS: 100 KR

**TEAM SPORTIA**  
SPORT • JAKT • FISKE  
NYKÖPING 0155-21 05 53  
VÄSTRA STORGATAN 19

**100:-  
rabatt vid köp för över 500:-**

Gäller ej på presentkort eller ammunition.

(får utnyttjas t o m 31 aug 2023)

NYKÖPING  
**MAXI**  
ICA STORMARKNAD

Du får

**50:-  
rabatt!**

när du handlar för minst 500 kr på ICA MAXI Stormarknad i Nyköping

(Gäller endast i butik, ej online och ej i förbutiken. Rabatten gäller ej på tobak, tidningar och läkemedel. En kupong/köp. Kan ej bytas mot kontanter.)

**Lämnas i kassan!**

(får utnyttjas t o m 31 Juli 2024)

2 000 lotter. Totalt antal vinster 52 st. Totala vinstsumman 100 000 kr. Dragning kl 18.00 fredagen den 30 juni 2023 utanför ICA MAXI i Nyköping. Även ev. osålda lotter kommer att vara med i dragningen.

Lotterikontrollant: Ann Eriksson tel 0155-45 74 05. Lotteriföreståndare: Anders Johansson telefon 070-371 92 62. Tillstånd utfärdad av Nyköpings Kommun. Försäljningsperiod 1 april-30 juni 2023.

Dragningslista finns på IK:Tuns hemsida: [www.laget.se/IKTun](http://www.laget.se/IKTun). Vinster avhämtas på IK Tuns Kansli fr o m lördagen den 1 Juli mot uppvisande av lott (Vinster som EJ avhämtats senast den 30 Sept 2023 tillfaller lotteriet).

I samarbete med

NYKÖPING  
**MAXI**  
ICA STORMARKNAD

