

# Verksamhetsberättelse 2020

## Styrelse:

Joakim Nyberg (ordförande)

Jenny Svärd (kassör)

Malin Nyberg (ledamot)

Anders Appelsved (ledamot)

Claes Hyttlös (suppleant)

**Revisor:** Lina Arverud

## Tränare och hjälptränare:

Joakim, Claes, Anders, Malin, Jim, Fredrik.



## 1. Fakta om året som gått:

Medlemskap i Riksidrottsförbundet och Svenska Triathlonförbundet.

Antal betalande medlemmar vid årets slut: ca 150 st varav ca 80 barn.

Medlemsavgifter: Barn 150 kr/år, Vuxen 250 kr/år, Familj 500 kr/år. Stödmedlemskap 100 kr.

Antal bidragsberättigade sammankomster:

- Våren hade 25 st sammankomster och 499 deltagartillfällen, 98 flickor och 401 pojkar.

- Hösten hade 18 st sammankomster och 354 deltagartillfällen, 81 flickor och 273 pojkar.

## 2. Sammanfattande Verksamhetsbeskrivning för 2020

Vi har under året bedrivit familjeträningar i MTB och Triathlon (löpning och cykel). Vår utgångspunkt har varit att alltid fokusera på rörelseglädje i olika former. Detta har vi försökt åstadkomma genom att genomföra roliga träningar utan krav på prestation, olika typer av hinderbanor, lättsamma prova-på-tävlingar mm. Föreningen har på helgdagar (lördag eller söndag) bedrivit Familjeträning i MTB i skogarna kring Ersboda 4H-gård samt en vardagkväll i veckan genomfört Löp- och cykelträning med fokus på teknik och balans vid Bubblan, Toredal.

Årets största händelse var byggandet och färdigställandet av Bubblans cykelpark. Den består i huvudsak av en större startramp i trä samt en hopplinje och en mindre pumptrack. Med ekonomiskt stöd från RF-SISU samt Salems kommun för materialkostnader och hårt arbete av föreningens medlemmar stod parken klar i juni. Föreningen har skrivit avtal med kommunen och ansvarar för skötsel och drift. Under året har vi som förening använt parken flitigt vid våra träningar och den har också besökts av många barn och vuxna från området.

Föreningen har med bidrag från Triathlonförbundet kunna köpa in vådräkter till barn och

ledare, simglasögon, paddlar, dolmar mm samt en del säkerhetsutrustning för simning i öppet vatten.

I april startade vi upp säsongen med aktiviteten Påskjakten. Denna cykel- och löpjakt efter chokladkontroller i skogen runt Ersboda och Nytorp lockade ca 50 deltagare.

Förutom våra träningar, vilka vi genomför oavsett väderlek, har föreningen arrangerat ett dagläger vid Bergs Gård utanför Trosa både vår och höst. I augusti genomförde vi för andra året familjeaktiviteten Toredalsrundan. Det är en omvänd lagtriathlon där vuxna och barn deltar tillsammans och utför en eller flera grenar. I år deltog 16 st lag och vi fick även till en extra individuell start för de vuxna som ville prova. Detta arrangemang ingår i föreningens verksamhetsplan och kommer tillbaka hösten 2021. Vi har under sommaren även genomfört ett par aktiviteter som vi kallat Simhäng, en introduktion till simning i öppet vatten.

Under säsongen hade vi även besök av Lina Hörnbäck som är barn- och ungdomsansvarig på Triathlonförbundet. Hon deltog på en av våra Bubblanträningar och hon var mycket imponerad av den uppslutning av barn och vuxna vi har på våra aktiviteter och av vår verksamhet generellt. Hon och Triathlonförbundet delar synen gällande vår verksamhetsidé, där rörelseglädje utan krav på prestation utmärker alla våra träningar och aktiviteter, vilket naturligtvis känns glädjande.

Under allhelgonahelgen arrangerade vi en trivselaktivitet i form av en uppskattad tipspromenad med spökinslag i skogen vid Bubblan, Toredal.

Under året har flera av våra medlemmar, unga som äldre, deltagit på ett par guidade turer på XCO-banan i Flottsbro. Dessa tillfällen har Jim och Fredrik ansvarat för och vi hoppas kunna fortsätta med detta även under 2021. Jim och Fredrik har under året även hjälpt till som hjälptränare vid våra ordinarie träningar.

På grund av coronaviruspandemin har större delen av tävlingsverksamheten legat nere och ytterst få tävlingar har genomförts. Några medlemmar deltog under sommaren i Try Triathlon vid sjöhistoriska, ett prova-på arrangemang i Triathlonförbundets regi.

Vi har under 2020 fått många nya medlemmar och växt som förening vilket såklart är glädjande. Vi har inte påverkats så hårt av den rådande situationen utan har kunnat genomföra våra aktiviteter i stort sett enligt plan. Vi vill tacka alla medlemmar för er härliga inställning och er hjälpsamhet. Utan den skulle inte våra aktiviteter och träningar vara möjliga att genomföra.



---

Joakim Nyberg, Ordförande

Bilder från årets aktiviteter:









### 3. Kortfattad Verksamhetsplan för 2021

Vi vill under 2021 fortsätta att arbeta enligt samma verksamhetsidé som tidigare år vilken finns presenterad i våra stadgar. Följande aktiviteter planeras för året:

- Bedriva träning i MTB och Löpning & cykel.
  - Ca 20 st MTB-Familjeträningar vid Ersboda/Nytorp.
  - Ca 20 st MTB-Distansträningar vid Ersboda/Nytorp.
  - Ca 20 st Löp- och cykelträningar vid Bubblan.
- Genomföra några "prova-på-tillfällen" för simning i öppet vatten som vi kallar Simhäng.
- Genomföra ett Dagläger i MTB på annan plats än Rönninge vår och höst.
- Genomföra ett Dagläger i Triathlon för barn/ungdomar i Rönninge.
- Arrangera Toredalsrundan, vår egen Tri4Fun-aktivitet i augusti. I år hoppas vi även kunna erbjuda en individuell "prova-på-tävling" för vuxna medlemmar.
- Genomföra årsmöte och arbetsdag vid Bubblan i april samt en arbetsdag vid Bubblan under hösten.
- Genomföra några tillfällen med träning på XCO-banan vid Flottsbro.
- Delta som förening på någon swimrun-, mtb- och/eller triathlontävling om detta är möjligt pga coronapandemin.

#### 4. Ekonomi

<b>Resultaträkning 2020-01-01 -- 2020-12-31</b>					
			2020-01-01		2019-01-01
			2020-12-31		2019-12-31
	<b>Intäkter</b>				
4.1	Medlemsavgifter		19 800,00 kr		9 150,00 kr
4.2	Bidrag		93 724,40 kr		46 144,00 kr
	Försäljning	480,00 kr			5 285,00 kr
	Sponsoring	- kr			10 000,00 kr
4.5	Rörelseintäkter		480,00 kr		- kr
				<b>#####</b>	<b>70 579,00 kr</b>
	<b>Kostnader</b>				
4.11	Rörelsekostnader			<b>#####</b>	<b>- 54 207,07 kr</b>
	<b>Årets Resultat</b>		<b>4 084,36 kr</b>		<b>16 371,93 kr</b>

<b>Balansräkning 2020-12-31</b>					
5.11	Bank		20456,29		
				20456,29	
5.12	Eget Kapital				
	Balanserat Resultat		-16371,93		
	Årets Resultat		-4084,36		
				-20456,29	
		Kontroll			0