



Verksamhetsberättelse LIF 2023

GLÄDJE GEMENSKAP OCH EN AKTIV FRITID



Övergripande

Bevattningsprojekt

Under året genomfördes den näst sista etappen av bevattningsprojektet som innebar inkoppling av vatten och el mellan kiosken vid mötesplats Vretalund och pumpstationen i hörnet av A-planen. Målet med projektet är säkerställa bevattningsmöjlighet av planer på Vretalund. Det ska ske genom att hämta vatten från Garphytteån vid Källtorp och sedan pumpa upp det till Vretalund. Fördelen med den lösningen är att vi inte behöver använda oss av kommunalt vatten samt att vi får naturlig gödning. Det kvarvarande arbetet med inkoppling av sugledning vid Källtorp och installation av nya pumpar planeras att genomföras under kvartal 2 2024.

Uthyrning klubblokal som fritids

Klubblokalen var under vårterminen uthyrd till Hidinge skolans fritidsverksamhet då fritids nuvarande lokaler har rivits i samband med att skolan byggs ut. Fritids flyttade ut strax innan höstterminens början. Uthyrningen har överlag fungerat bra och föreningen har kunnat driva sin verksamhet ändå då t.ex. omklädningsrummen inte varit uthyrda. Dock har uthyrningen inneburit viss begränsning gällande tillgång till de allmänna samlingsytorna. Det är dock glädjande att föreningen har kunnat hjälpa till så att fritids har kunnat bedriva sin verksamhet under utbyggnaden av skolan.

Renovering av klubblokalen

En välförtjänt städning av utrymmena i klubblokalen genomfördes som en aktivitet med styrelsen efter att fritids hade flyttat ut. En hel del sorterades ut och gav en bra förutsättning för att påbörja renoveringen. De gamla vitvarorna såldes bland annat och kom till glädje för andra.

Renoveringen har omfattat entrén, hallen utanför toaletterna och fram till omklädningsrummen, hallen fram till köket, stora samlingssalen, köket och konferensrummet. Samtliga väggar har målats i ljus nyans, ny golvmatta har lagts in, köket har totalrenoverats inkl. nya vitvaror, ny inredning och belysning har köpts in.

Klubblokalen var sliten efter många års användande och uthyrningen av lokalen till skolans fritids möjliggjorde renoveringen. Förhoppningen från styrelsen är att klubblokalen framöver ska bli en varm och naturlig samlingsplats för föreningens medlemmar i form av aktiviteter för våra grupper/lag, möten av olika slag och arrangemang i föreningens regi. Föreningen räknar också med att klubblokalen kommer att bli mer attraktiv framöver att hyra för privata/företags arrangemang såsom fester, dop, kalas etc.

Under verksamhetsåret 2024 kommer även utsidan av klubblokalen att fräschas upp med bland annat ny målning.

Ledarträffar, ungdomssektionen och utbildning

En ledarträff med deltagande från flera sektioner genomfördes i november på Lannalodge. Inbjuden gäst var Henrik Andersson, RF-SISU som genomförde en föreläsning på temat: *"Hur vi skapar en motiverande och inkluderande idrottsmiljö för barn och unga"*. Föreläsningen var mycket inspirerande och våra föreningsledare fick många lärdomar och tips att ta med sig till sina grupper/lag. Henrik har även tagit fram några häften som man kan använda sig av som verktyg när man arbetar med motivation och uppföljning. Dessa har ledarna fått tillgång till och tanken är att en uppföljande föreläsning skall genomföras under 2024.

Ungdomssektionen hade 7 möten under året. Ungdomssektionen har gjort ett generationsskifte gällande planering och genomförande av möten där ansvaret fördelats mellan lagen och det har hittills fungerat bra. Arbetssättet är framtaget för att på ett enklare sätt sprida kunskapen mellan lagen och samtidigt göra organisationen mindre sårbar om ledare slutar.

Flera ledare har under året utbildat sig inom Fotbollens Spela Lek och Lär, de olika spelformerna samt Tränarutbildning D och C. Ledare inom gymnastiken har även deltagit i utbildningar som förbundet har genomfört. Föreningen förväntar sig att nya ledare genomför de grundläggande utbildningarna i respektive idrott och det är glädjande att ledarna tar ansvar och deltar i dem.

Seniorlag Damer

Verksamhetsberättelsen för 2022 beskrev ett försök till uppstart av ett seniorlag för damer men som tyvärr misslyckades på grund av för litet spelarunderlag. Ambitionen var då att i framtiden starta upp ett damlag när tillräckligt spelarunderlag finns. Detta inträffade ganska oförväntat redan i april månad 2023 då ett större antal damer från bland annat en kringliggande förening kom och frågade om vi var intresserade av att starta ett damlag. Föreningen uppskattade intresset och beslut togs om att starta upp ett lag tillsammans med de intresserade spelarna och tränarna. Under året har truppen utökats ytterligare med bland annat tidigare aktiva spelare från Lannaområdet samt spelare från Fjugesta. En spelartrupp på ca 28 spelare fanns vid årsskiftet 2023/2024 och därtill 2 tränare.

Damlaget spelade i en 7mot7 serie under utomhussäsongen då anmälan till Div 4 hade gått ut. Serien genomfördes på ett bra sätt med goda resultat.

Damlaget har haft en ambition från första början att satsa mycket på futsal vilket är roligt då det ger inspiration till de yngre inom föreningen. Futsalsäsongen kan ses som lite mindre inspirerande för många inom barnfotbollen så damlagets satsning kan förhoppningsvis ge ringar på vattnet. Futsalserien gick lite upp och ner men spelade cuper gav bra resultat och säsongen avslutades med ett silver i Hartmans Cup.

Under 2024 kommer damlaget spela i Div 4 och föreningen glädjer sig åt att kunna erbjuda både spelare och publik seniorfotboll 11mot11 på hemmaplan. Samarbete med äldsta ungdomslaget har även startats upp på prov.

Fotbollscuper

Lekebergs IF kunde glädjande genomföra båda fotbollscuperna under 2023. Det var stort deltagande i både Kåbe-mattan Cup och Folkpool Cup. Framförallt var det roligt att se alla inspirerade och glada fotbollsspelare i allt från futsal, 3mot3 spel, upp till 7mot7 för de äldsta lagen. Det var fullt med publik både i Hidinge Sporthall samt på Vretalund. Föreningen håller tummarna för lika bra deltagande under 2024.

Sponsring

Sponsoravtalet med Lannalodge avslutades vid årsskiftet 2022/2023 på begäran av Lannalodge. Föreningen försökte teckna ett förnyat sponsoravtal men Lannalodge valde tyvärr att inte fortsätta som sponsor. Det var ett tråkigt beslut då både föreningen och Lannalodge har haft ett bra samarbete under många år som har gagnat båda parter.

Glädjande nog är att Lekebergs Sparbank är kvar som huvudsponsor till föreningen och att våra guld- och cup-sponsorer också är kvar. Nytt långsiktigt samarbetsavtal med laget.se är också skrivet under året.

Flertalet av hjärtsponsorerna är även de kvar vilket föreningen tackar mycket för. LIF får väldigt positiv respons från företag, kommuner, sponsorer och andra föreningar när vi förklarar vad hjärtat är och står för. Den samhällsnytta som föreningen bidrar till att skapa och för att alla skall kunna delta och vara en del av gemenskapen oavsett bakgrund eller social status.

Vretalund och övriga idrottsplatser

Föreningen fick under 2023 hjälp av kommunens arbetsmarknadsenhet med gräsklippning av ytor runt planerna och kiosken. Det var glädjande att se så välskötta delar av Vretalund som oftast annars blir undersatta då det inte riktigt hinns med inom arenagruppen. Det var ett fortsatt samarbete som startade 2022 och som båda parter tyckte fungerade bra. Tyvärr så ser det ut som att arbetsmarknadsenheten inte kan fortsätta samarbetet under 2024. Föreningen har istället blivit erbjudna att anställa en person. Styrelsen har bedömt att det innebär ett stort ansvar att anställa någon både ekonomiskt och i form av ansvar som arbetsgivare. Då föreningen bygger på ideella krafter finns inga förutsättningar för att kunna ha en anställd och därför beslutade styrelsen att det inte är en rimlig väg framåt. Under 2024 kommer därför arenagruppen återta ansvaret för gräsklippningen.

Gällande mötesplats Vretalund är det som kvarstår att ordna fler bord samt ett plank mellan kiosk och bollförråd. Tyvärr har inget av detta hunnits med under verksamhetsåret.

Åvallen användes inte för träning eller match under året och planen låg i träda under året pga skador från grävlingar. Föreningen behöver under 2024 ta fram en plan för hur och om Åvallen skall användas i fortsättningen.

Det ej förlängda samarbetet med Lannalodge innebar en viss problematik då de har sponsrat med gräsklippningen av föreningens fotbollsytor. Styrelsen ansåg det inte hållbart att lägga det ansvaret på arengruppen då det skulle bli ohållbart. Styrelsen såg snabbt över vilka olika alternativ som kunde vara lösningen. Samtliga lösningar blev ganska kostsamma och innebar antingen utgifter i form av betalning för tjänster alternativt investering av maskiner. Efter mycket övervägande landade det i alternativet som innebar införskaffande av en robotgräsklippare som klarar stora ytor. Driftsättningen genomfördes i början på sommaren och roboten fungerade förhållandevis bra efter inkörsperioden. Det blev uppenbart att anpassade mål som klarar robotgräsklippare behöver köpas in under kommande verksamhetsår då många stopp orsakades av äldre målburar. Men överlag har Vretalunds IP inte varit så välklippt på många år och det innebär även finare kvalitet på gräset. I samband med uppstarten gavs roboten namnet "Bengt" som en hyllning till en av föreningens eldsjälar "Bengt Torége" som gick bort under 2023.

Det kraftiga regnandet under slutet av sommaren medförde att planerna var tvungna att hållas stängda under flera veckor men de klarade sig ändå hyfsat i jämförelse med många andra planer inne i Örebro.

Medlemskap 2023

Antal medlemmar

Ålder	Pojkar/Män	Flickor/Kvinnor	Totalt
0-5 år	61	40	101
6 år	22	26	48
7-12 år	115	74	189
13-16 år	21	11	32
17-25 år	4	3	7
Antal övriga medlemmar	130	132	262
Totalt antal medlemmar i föreningen	353	286	639

Aktiva/idrott

Idrott	Pojkar/Män	Flickor/Kvinnor	Ledare	Totalt
Fotboll	178	118	64	360
Cykel	36	7	9	52
Gymnastik	2	32	4	38
Barngymnastik	45	67	13	125
Övriga idrotter	17	14	3	34
Totalt antal aktiva	278	238	93	609

Kommunikation

Vår Facebook sida:

2023	559 följare	2018	234 gillar
2022	517 följare	2017	194 gillar
2021	392 gillar 411 följer	2016	139 gillar
2020	316 gillar	2015	109 gillar
2019	262 gillar		

Detta är en utåtriktad kanal som även fortsättningsvis har utvecklingspotential. Vi har också vår hemsida på laget.se, där våra olika lag/sektioner lägger upp information om sin verksamhet.

Styrelse

Styrelsen har under året bestått av:

Ordförande:	Robert Kniström
Vice ordförande:	Linda Torége
Sekreterare:	Rullande
Kassör:	Camilla Jarleskog
Ledamöter:	Sofie Dahl Gediz Patrik Lysell Elin Johansson Jonatan Viktorsson Jenny Hallberg Gabriel Jarleskog Jon Hammar
Suppleant:	Gunnel Torége
Revisorer:	Albin Lannhard och Tomas Wikman
Valberedning:	Erik Lannhard och Tobias Nygren

Protokollförda sammanträden har genomförts i februari, mars, april, maj, juni, augusti, september, november och december.

Styrelsens mål 2023

Styrelsens mål för 2023 var följande:

- Arbeta vidare med att implementera resultatet av att vara en diplomerad förening: *(målet delvis uppfyllt)*
 - Spelarutbildningsplan
 - Ledarförsörjningsplan
 - Polycys och kommunikationsplan
 - Genomföra en ny utvärdering
- Arbeta strategisk för att säkerställa framtida tillgång till idrottsplatser *(målet uppfyllt)*
- Implementera planen för nödvändiga investeringar och renoveringar *(målet uppfyllt)*
- Slutför projekt bevattnings Vretalund *(målet delvis uppfyllt)*
- Slutför kioskprojektet Vretalund. *(målet ej uppfyllt)*

Huvuddelen av styrelsens mål för 2023 har blivit uppfyllda. Några av målen har fått prioriterats ner till fördel för arbetet med att implementera resultatet av att vara en diplomerad förening. Tid har även fått läggas på att ta fram en långsiktig lösning för gräsklippning av planerna på Vretalunds IP.

Styrelsens arbete bedrivs ideellt vilket också återspeglar sig delvis i att inte helt orka med att uppfylla alla ambitiösa mål. Implementeringen av diplomeringen är klar men ingen ny utvärdering har hunnits med under verksamhetsåret. Det finns med som mål under 2024.

Styrelsen har fortsatt det strategiska arbetet med att säkerställa framtida tillgång till idrottsplatserna. Kontinuerlig dialog sker med flera parter vid lämpliga tillfällen och dialog förs även med kommunen.

Implementeringen för nödvändiga investeringar och renoveringar har påbörjats under året i form av renovering av inuti klubbstugan, inköp av robotgräsklippare och initierad renovering av klubbstugans fasad. Planen kommer att fortgå de kommande åren med nödvändiga åtgärder för att säkerställa god status på våra tillgångar.

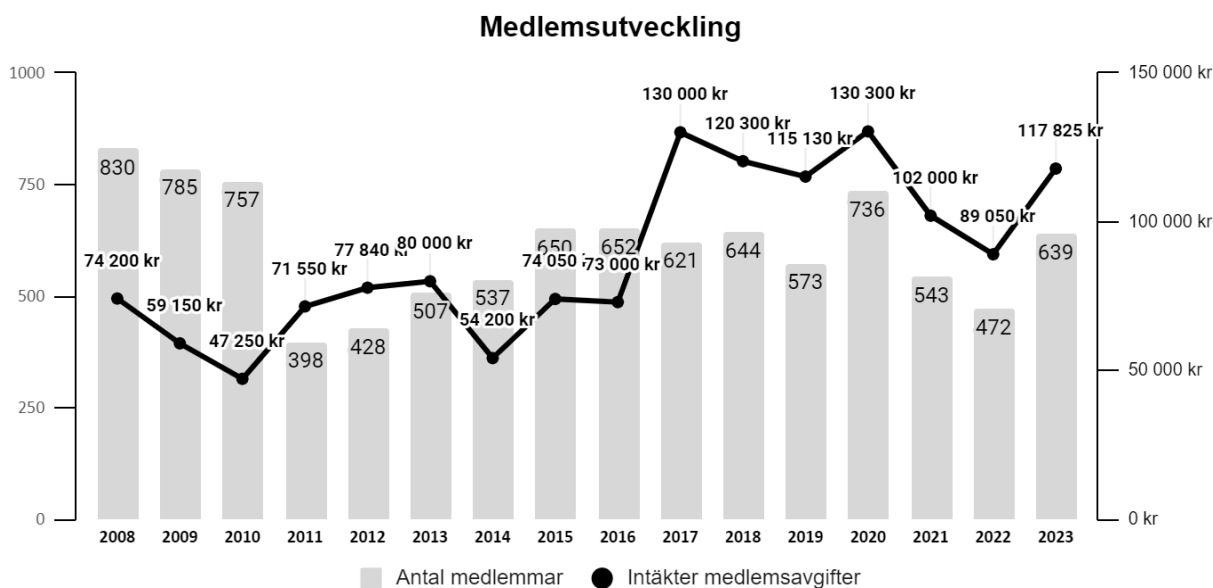
Ekonomi 2023

Bokföringen och föreningens löpande räkningar/utbetalningar har under året skötts av Emmy Jarleskog med stöd från Kassör Camilla Jarleskog.

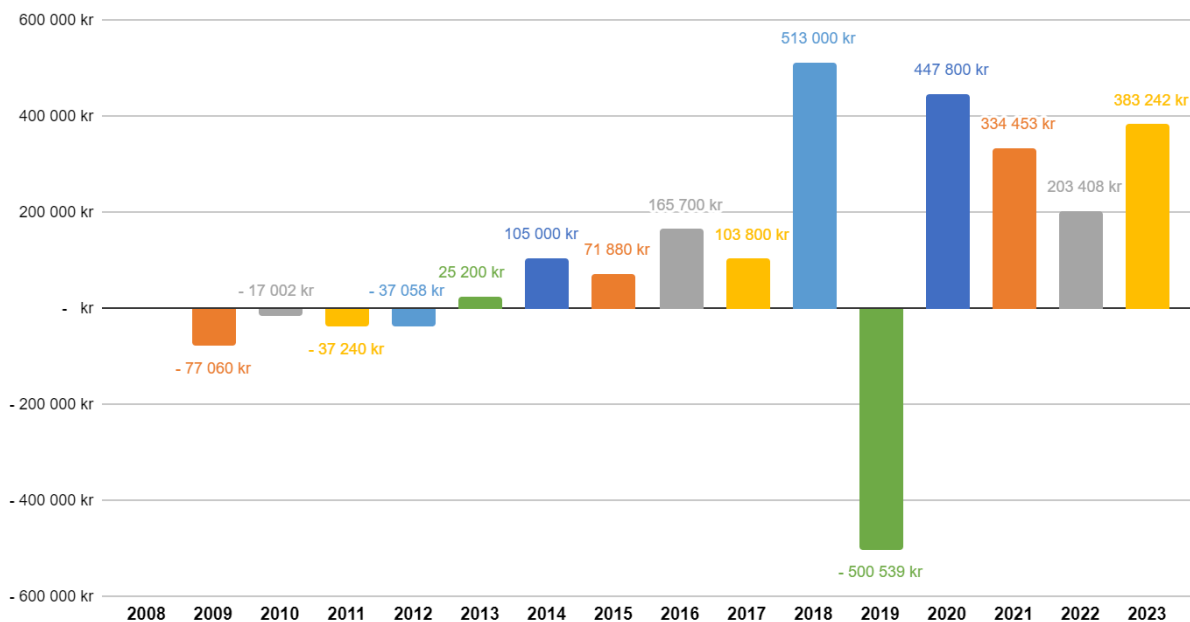
Totalt för 2023 så gjorde föreningen ett resultat på drygt 380.000:-

Kassan är stark och av totalen på strax över 1,8 miljoner så ligger sektion och lagkassor kvar stabilt runt 730.000:-.

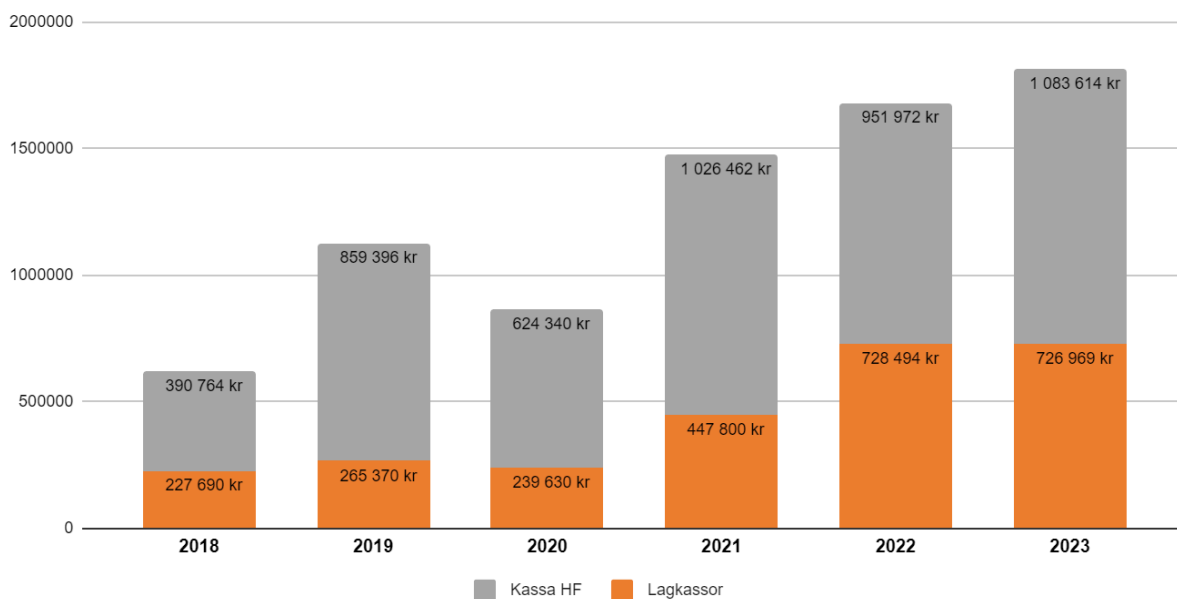
Investeringsbehoven långsiktigt för föreningen ser vi är fortsatt stora. Inköp av gräsklippare avklarades under året och nu under våren 2024 har köket och samlingsytor fräschats upp. Efter det kommer fönster och fasad att renoveras. Framåt behöver Åvallen omsorg och bostadsområdet runt våra planer kryper allt närmare vilket kommer bli klurigt med bollar som ibland råkar hamna fel.



Ekonomisk utveckling



Kassa



BOKSLUT 2023

	2023	2022
INTÄKTER		
Verksamhetsintäkter	1 035 876	1 020 285
Övriga intäkter	698 663	304 486
Summa intäkter	1 734 539	1 324 771
KOSTNADER		
Verksamhetskostnader	-1 119 628	-1 003 856
Övriga externa kostnader	-202 917	-117 507
Av- och nedskrivning av materiella och immateriella anläggningstillgångar	-29 200,00	0
Summa kostnader	-1 351 745	-1 121 362
Verksamhetens över-/underskott	382 793	203 408
Över-/underskott efter finansiella poster	383 242	203 408
Årets över-/underskott	-383 242	-203 408
BERÄKNAT RESULTAT	0	0

Idrottslig verksamhet

Återväxt

Vi har under året startat upp följande aktiviteter och lag:

- Familjegymnastik födda - 2020.
- Bollkul för barn 2018.
- Seniorlag damer.

Fotboll - Seniorer

Lekebergs IF Dam

I slutet på mars beslutades att skicka en förfrågan till Lekebergs IF om intresse att starta ett damlag, det blev ett positivt svar på det och damlaget hade ett möte med styrelsen i Lekebergs IF.

Efter det smygstartade damlaget med att träna futsal och gjorde en anmälan om att spela i 7 mot 7 serien i Örebro. Damlaget har haft två tränare under säsongen, Jörgen Malmqvist och Anna Walfridsson. Under utesäsongen hade damlaget 13 träningar och 6 matcher, det blev fyra vinster, en oavgjord och en förlust under utesäsongen.

I oktober blev det istället dags för futsalsäsongen som sträcker sig in i 2024, under 2023 blev det 12 träningar. Damlaget har under 23/24 spelat seriespel, Futsal division 2 dam Örebro och fyra cuper. I serien blev det en fjärdeplats med tre vinster, en oavgjord och tre förluster, säsongen började lite skakigt men allt eftersom spelsystemet satte sig så gick det bättre och bättre.

Damlaget har deltagit i Lindegym futsal cup (åkte ut på straffar i semifinalen), Odencupen (silver), Ladies night (åkte ut i kvartsfinalen) och Hartmans fut salcup (silver).

Anna Walfridsson kommer tyvärr att kliva av som tränare till säsongen 2024 på grund av personliga skäl.

Damlaget ser fram emot säsongen 2024 med träningar och seriespel både ute och futsal, damlaget hoppas på att kunna utöka truppen under året. Under året planeras också att ha några gemensamma träningar med F09/10/11.

Fotboll - Ungdomssektionen

Bollkul 2018

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

F-2017

Omfattning

Idag är vi 18 tjejer på pappret, samt fem ledare. Vi snittar 10-13 tjejer per träningstillfälle.

Verksamhet

Vi har under 2023 haft vårt lag tillsammans med P17 där vi under hösten provade att dela upp till pojk- och flickträningar då vi var väldigt många barn i gruppen. Vi har haft 28 träningstillfällen samt även ett tillfälle med fotbollsskola, där majoritet av anmälda barn var tjejer-kul!

Hösten fungerade bra och vi har valt att dela upp lagen permanent.

Vi hade en gemensam julavslutning med pojklaget och föräldrar där det bjöds på pepparkaka

och saft.

Utveckling/framtidsplaner

Vi ser nu fram emot att bygga upp ett lag med bra lagkänsla vilket vi tror skapar glädje och även bra träningsnärvaro.

Vi ser även fram emot att spela våra första matcher!

F-2016

Omfattning

Antal spelare: 13 st plus 2 nya dec/jan 2024.

Ledare: 3 st

Träningar: 36 st

Cuper: 2 st

Poolspel: 7 st

Fotbollsskola: 3 dagar

Verksamhet

Vi startade året med 13 spelare i truppen och påbörjar detta år med 15 spelare i truppen då en spelare slutat på grund av flytt, men vi har även fått in tre nya lagkamrater. I början av året tränade vi en gång i veckan inomhus. I januari var vi med i vår allra första cup i Laxå och hade även ett poolspel på hemmaplan i Hidinge sporthall två veckor senare. Tjejerna tyckte det var jättekul och fick verkligen mersmak på matcher, cuper och poolspel. Vi tränade på inomhus fram till mitten av april då flyttade ut träningen till Vretalunds IP. Där hann vi med en träning innan vi var med och spelade Folkpool cup.

Innan fotbollsskolan gick av stapeln spelade vi även två poolspel, ett på Hedens IP och ett i Askersund. Efter fotbollsskolan tog vi sommaruppehåll under hela juli månad och någon vecka in i augusti. Taggade tjejer kom tillbaka efter uppehållet. I slutet av augusti fick vi äran att arrangera ett stort poolspel hemma på Vretalunds IP tillsammans med P16. En mycket lyckad helg med många lag, mycket publik och en fin summa i lagkassan tack vare stor försäljning i kiosken. Under de sista träningarna började vi introducera 5-manna. Det var mycket spännande tyckte tjejerna, men förstås lite klurigt det här med positioner- anfallare/ back. Mest populärt var såklart att få träna på att stå i stort mål. Vi avslutade utesäsongen med poolspel i Frövi och den obligatoriska föräldramatchen på sista utomhusträningen.

Utöver höstens träningar inomhus har vi även arrangerat två egna "mini-cuper", en i november och en i december. Detta för att fortsätta hålla matchlusten levande och ypperliga tillfällen att träna på positioner i 5-manna och passningsspel.

Vi har under året fokuserat mycket på bollkontroll, passningsspel och rörelse på planen. På träningarna försöker vi lägga upp aktiviteter där spelarna alltid har en boll i varje övning, även i lekarna vi gör. Vi har också jobbat mycket med att få ihop hela gruppen då det finns mycket vilja och starka individer i denna grupp. Att tillsammans ha fokus på träningarna, lyssna på varandra och på tränarna.

Utveckling/framtidsplaner

Tjejerna har utvecklats enormt mycket under året vilket är en fantastisk resa att vi som tränare får ta del av. Det finns så mycket vilja, kämpaglöd och framför allt glädje i gänget. Under kommande år kommer vi att fortsätta fokusera på 5manna- positionsspel och passningsspel. Sen ser vi fram emot många poolspel och cuper såklart. Den viktigaste framtidsplanen är dock att hålla tjejernas intresse och glädje för fotbollen levande så laget med alla spelare får hålla ihop i många år framöver.

P-2016

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

P-2015

Laget 2023: 15-20 barn

Antal träningar 2023: 53 st

Fotbollsskola 2023: Ja, genomfördes i juni.

Antal matcher 2023: Folkpool cup, Kåbe-mattan, Lithells cup, Garphyttan cup, Hovet cup + fyra stycken poolspel via ÖLFF.

Antal ledare 2023: 3 ledare har vi varit under året.

Vi började året med träningar inomhus i Hidinge sporthall. 2 ledare blev snart 3 ledare, vi genomförde Kåbe-mattan med bravur innan vi gick ut på konstgräs i Latorp och tog sikte på Folkpool cup hemma på Vretalunds IP. Folkpool cup blev en lyckad fotbolls dag och laget tog stora kliv i sitt 5v5 spel utomhus, 5v5 spel som hade haft premiär för laget inne på Kåbe-mattan, tidigt på inomhussäsongen.

Vi genomförde 2 poolspel under våren utomhus.

Därefter fortsatte säsongen fylld med roliga träningar och en fotbollsskola i juni. Under sommaren åkte vi på flera cuper och träningarna körde vi på med hela sommaren för att sedan även fortsätta med poolspelet på hösten.

Träningarna fortsatte sent in på hösten tills vi gick tillbaka inomhus ända fram till julavslutningen i december.

Aktiva barn i laget har varierat, några av barnen har slutat, några har tagit en paus för att sedan komma tillbaka och träna igen, men generellt har vi haft god närvaro och fin utveckling på alla spelare.

Den största förändringen för laget är att vi nu blivit ett renodlat pojklag, då samtliga tjejer valde att byta till F14/15 eller tråkigt nog sluta i laget.

Vi är nöjda med 2023, och 2024 har börjat fint med fortsatt 5v5 spel och väl genomförda cuper i såväl Laxå cupen som Kåbe-mattan och träningsmatcher mot Rynninge inne i Örebro.

P-2014

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

F-2014/2015

Omfattning

Antal spelare: 15 st

Antal ledare: 3 st

Träningspass: 62 st

Poolspel: 6 st

Fotbollsskola: 3 dgr.

Cuper: 3 st

Vi har under året tränat två gånger i veckan med lite uppehåll under sommarlov och jullov. Vi var från början 12 st spelare men några nya har kommit under året och vi var 15 st spelare vid årsskiftet. Under våren gjorde vi ett gemensamt lag för de som är födda 2014 och 2015 för att fånga upp de tjejer som slutat spela fotboll med P-2015 killar och det har medfört att vi har lockat till oss nya spelare som tidigare inte provat på fotboll vilket är väldigt kul.

Verksamhet

Träningsarna har haft fokus på bollkontroll och spel med närmsta lagspelare samt att vi har vävt in snabb återerövring av boll vid försvarsspel och att våga gå in i närmkamper. Det har gett stor skillnad på planen vid matcher och det är kul att se att de även tar för sig och vågar utmana motståndarna. Framåt hösten la vi stor vikt vid passningsspel och rörelse utan boll för att förbereda oss inför utomhussäsongen 2024 då laget börjar spela 7mot7.

Under året har vi medverkat i poolspel samt i våra egna cuper (Kåbe-Mattan Cup och Folkpool Cup). Vi deltog även i ICA Laxå Cup som spelades i januari. Vi har även spelat FÖR-VM i Nora som en hyllning till VM för damer som spelades i Australien. Varje lag representerade ett land (som deltog i VM) och vi tävlade som Kanada. Det spelades som vanligt poolspel 5mot5 fast med planer som hade sarg vilket gjorde att bollen var i spel större delen av tiden. Därtill blev det Line-up, inspring till speaker m.m. vilket bidrog till en riktigt kul upplevelse.

Vi genomförde även två lagaktiviteter under året som bestod av mat och äventyr på Boda Borg samt en bowlingkväll med efterföljande mat på Lannalodge.

Vi har som ambition att ha fokus på glädje på träningarna och ge varje spelare utmaningar. De har utvecklats väl under det gångna året vilket även har visat sig i spelade matcher. Det märks att tjejerna har fått ökat självförtroende och ökad glädje i både matcher och träningar vilket är roligt.

Utveckling och framtidsplaner

Under 2024 planerar vi att fortsätta med två träningar per vecka och även spela lite mer cuper och träningsmatcher. Vi kommer träna mycket på passningsspel, positionsspel och löpning utan boll för att göra oss redo för spel 7mot7. Vi skall även försöka introducera begreppen spelbredd och speldjup för att kunna utnyttja den större planen.

P-2013

Omfattning

Laget består vid årets slut av 14 spelare. En ny spelare har tillkommit. Vi har under året erbjudit spelarna i laget 71 träningar fördelat på två träningar i veckan, utomhus fram till oktober, resterande del av året inomhus. Vi är fyra ledare inom laget som hjälps åt för att genomföra verksamheten.

Verksamhet

Träningsnärvaron har även detta år varit hög. Utvecklingen av pojkarna i laget håller fortsatt hög takt. Framför allt samspelet och spelförståelse om hur man spelar som ett lag har gått fram något enormt den senaste tiden.

Vi har genomfört matcher, där det flesta har varit förlagda utomhus. Fem gånger har vi ordnat träningsmatcher som spelat inomhus, där två till tre andra lag har bjudits in.

Vi har varit med på fyra cuper under året som gått. Två av cuperna har vi som förening varit ansvariga för. En cup inomhus och en utomhus. Vi har även deltagit i Norlanders Futsal Cup i Mariestad som var i januari. En väldigt rolig cup för hela laget, där motståndet var högt. Samt vår första cup med övernattnings i Karlstad, Sun Cup. Väldigt uppskattat av killarna.

Vi har även lagt energi på att uppdatera och påminna om lagets organisation och föräldrars ansvarsområden, då vi såg ett behov av detta.

Utveckling framtidsplaner

Vi hoppas på att möjligheten finns att genomföra fler matcher samt delta i fler cuper nästa år då detta efterfrågas inom laget. Viktigt är även att behålla den höga motivationen och



Verksamhetsberättelse LIF 2023

GLÄDJE GEMENSKAP OCH EN AKTIV FRITID



träningsnärvaron för att växa som lag. Glädjen och fotbollsintresset värderar vi inom laget högt och vi vill att träningarna ska genomsyras av detta.

Alla ska känna sig välkomna och tycka det är roligt att snöra på sig skorna för ännu en träning med vårt lag.

P-2012

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

F 2012/2013

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

P-2011

Omfattning:

Vi har vid årets slut 15 spelare i laget Vi har haft totalt 97 träningar under året. Närvaron på träningar har varit väldigt bra. Jörgen Lundblad och Mattias Edwardsson har varit klipporna som tränat laget.

Verksamhet:

Vi har spelat matcher under våren med 2 lag och under hösten med 1 lag i seriespel. Killarna har varit taggade och haft en stor kämpaglöd vid match. Vi hade totalt 38 sammankomster med olika typer av matcher. En höjdpunkt var när vi var med i Örebro cupen och en annan när vi var på Karlskoga badhus hela laget.

Utveckling/framtidsplaner

Vi har en fortsatt härlig gemenskap i gruppen och kommer fortsätta försöka utveckla laget och spelarna så mycket som möjligt. Vi har under året samarbetat med P10 och det kommer vi att fortsätta utveckla under 2024. Vi har utvecklat vårt 7 manna spel och även vårt spel i futsal. 2024 ser vi fram emot 9 fotboll!.

F-2010/2011

Omfattning

Lekebergs IF F10/11 riktar sig mot flickor födda 2009-2011 och vi är för tillfället 15 tjejer i truppen. Vi har under året fått en minskad spelartrupp då spelare har valt att spela för närliggande förening istället och även två ledare som valt att sluta. Det var egentligen ingen glädje bland ledarna eller spelarna under våren vilket visade sig i träningsnärvaro och resultat. Efter nytag i ledarorganisationen och även bra samtal med spelare och föräldrar har både glädjen och träningsnärvaron gått upp markant och nu deltar samtliga spelare på nästan alla träningar vilket inte var fallet under våren. Vi har även fått nya spelare till oss vilket har höjt stämningen ytterligare i truppen.

Vi har under året tränat 2 gånger i veckan under både ute- som inomhussäsongen. Samarbetet med Garphyttans IFs tjejer fortsatta under 2023 men avslutades under hösten då vi inte fick ut det vi önskade av samarbetet.

Vi är fem ledare för laget och därtill finns en organisation med föräldrar som ansvarar för övriga delar som försäljning, arena och trivselaktiviteter.

Verksamhet

För både ledare och spelare är fokus fortsatt på att ha roligt tillsammans i laget. Dock så ser vi för varje säsong som passerar att både intresse och fotbollskunskap finns för att jobba mer fokuserat med det fotbollsmässiga. Fokus under året har både varit träning av grunderna så som

passningsspel, tillslag och positionering. Men även matchlika övningar med positionering och spelövertag.

Vi har under våren deltagit med två lag i seriespel 7mot7 & 9mot9 och sedan på hösten enbart med lag i 9mot9.

Vårt fokus är också att vi ska ha kul och trivas som ett lag. Vi har under året genomfört lagaktiviteter, spelat Kåbe-mattan Cup, Tysslinge Cup. Vi deltog även i Sunne Sommarland Cup som avslutning innan sommarlovet vilket var en mycket lyckad cup och en bra resa för att få ökad sammanhållning i gruppen. Innan jul genomförde vi även en egen inomhuscup "Ladies Night" som vi nog kommer att arrangera även nästa år.

Utveckling och framtidsplaner

Nästa år kommer vi att genomföra seriespel i 9mot9 och ha två träningar i veckan. Vi har under slutet av året börjat inleda något typ av samarbete med damlaget där vi hittills har genomfört en träning tillsammans. Ambitionen är att de som vill ska få prova på att träna och eventuellt även spela match med damerna när de påbörjar sina utomhusträningar.

Vår spelarutbildning kommer under året såklart vara mycket kopplat till att utveckla 9mot9 spelet och väva in mer matchlika övningar, positionsspel, spelbredd och speldjup. Men även fortsätta utveckla tjejernas individuella teknik med tillslag och avslut.

Vi kommer utöver seriespel lägga större fokus på att spela fler träningsmatcher, delta på cuper samt genomföra roliga lagaktiviteter. Första inbokade är tre dagar Cup i Kristinehamn.

P-2010

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

PF-2009

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

Gymnastiksektionen

Familjegymnastik födda - 2020

Omfattning

Vår grupp består av 3 ledare och 20 gymnaster, vi har haft 13 gymnaster i snitt per träning. Genomförd ledarutbildning: Intro Svensk Gymnastik.

Verksamhet

Vi har tränat på samlas i ring eller på linje. Med hjälp av musik har vi värmt upp och tränat på att lyssna och härma. Barnen har fått öva på balans, koordination, olika rörelsemönster ex kullerbytta. Vi har lekt lekar där de fått träna på att lyssna, förstå, vänta på sin tur och att få möjlighet att själva bestämma hur de tycker rörelsen ska se ut och vara. Som avslutning har vi tränat på avslappning till musik.

Utveckling/Framtidsplaner

Målet är att få med många olika grundmotoriska rörelser i våra gympass. Vi vill ge barnen en chans att vara delaktiga och påverka vad de tycker är roligt. Vi fortsätter jobba med igenkänning och har därför samma pass minste tre gånger i rad så barnen hinner öva ordentligt.

Barngymnastik födda 2019

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

Familjegymna torsdagar, barn födda 2017/2018

Omfattning

Gruppen har haft 3 ledare: Jenny Hallberg, Susanne Åqvist & Lina Björnlund, samt hjälp av några föräldrar. Totalt har gruppen 20 barnplatser och alla platser har varit uppbokade i denna grupp. Närvaron har varit hög med allt från 11 - 18 barn per träningstillfälle, i snitt 16 gymnaster per träning.

Verksamhet

Fokus under höstterminen har legat på att lära känna varandra och hitta en struktur som gör att alla kan delta efter sin förmåga. Barnen är fortfarande små och viktigast är att de får röra på sig och tycker det är kul samtidigt som vi vill introducera gymnastikövningar.

Alla träningar har innehållit uppvärmning, redskapsbana, avslutningslek, avslappning samt avslutningsramsa.

I våra träningspass har vi fokuserat på de 12 motoriska grundformerna: åla, krypa, gå, springa, hoppa, klättra, hänga, stödja, rulla/rotera, balansera, kasta och fånga. Gymnasterna har övat på:

- Kullerbytta
- Handstående
- Hjula
- Ljushopp

Under hösten har Jenny Hallberg gått en två dagars utbildning via gymnastikförbundet, Truppgymnastik A. Detta innebär att hon nu har licens för att passa på fria rotationer.

Framtid

Under 2024 kommer vi fokusera mer på gymnastikövningar men fortfarande på ett lekfullt och roligt sätt.

Barngymnastik söndagar, födda 2017/2018

Gruppen 17/18 söndagar består av 18 gymnaster, två ordinarie ledare och 1-2 hjälpledare. Vid varje tillfälle har i genomsnitt 13 gymnaster deltagit.

Verksamhet

Varje pass har vi haft olika former av uppvärmning, hinderbana och lekar. Hinderbanan har haft olika teman för att träna olika saker så som styrka, hopp/landning, balans, koordination och samarbete. Barnen har också fått möjlighet att prova på t.ex hjulning, huvudstående och handstående om de velat träna extra på det. I slutet av varje pass har vi samlat gruppen och utvärderat passet tillsammans, pratat om vad som varit roligt, svårt, utmanande och vad gymnasterna vill träna mer på.

Framtid

Vi ser att det finns en stor spridning i gruppen mellan gymnaster som tycker det är roligast att göra hinderbanan och lekar samt gymnaster som vill testa svårare/mer utmanande gymnastiska övningar. En utmaning och målsättning för kommande termin är att få alla deltagare att känna att de stimuleras och finner glädje i gympan utefter sina individuella förutsättningar.

Barngymnastik födda 2015

Omfattning

Gruppen har haft 4 ledare: Jenny Hallberg, Anna Olsén, Veronica Nyströmer & Annéa Ahlberg, samt hjälp av en mormor Anette Andreasson. Totalt har gruppen 20 barnplatser och 18

har varit uppbokade i denna grupp. Närvaron har varit hög med allt från 12 - 17 barn per träningstillfälle, i snitt 14 gymnaster per träning.

Verksamhet

Fokus under höstterminen har legat på att lära känna varandra eftersom det har varit ledarbyte inför höstterminen samt hitta ett upplägg och en nivå som passar alla. Alla träningar har innehållit uppvärmning, redskapsbana med styrka invävt, avslutningslek samt avslutningsramsa.

Vi har använt airtrack, trampett och övat på enklare uppvärmningsdanser. I våra träningspass har vi fokuserat på de 12 motoriska grundformerna: åla, krypa, gå, springa, hoppa, klättra, hänga, stödja, rulla/rotera, balansera, kasta och fånga. Gymnasterna har övat på:

- Handstående
- Hjula
- Rondat
- Flickisgrunder
- Handvoltsgrunder
- Ljushopp
- Hög kullerbytta
- Volt

Under hösten har Jenny Hallberg gått en två dagars utbildning via gymnastikförbundet, Truppgymnastik A. Detta innebär att hon nu har licens för att passa på fria rotationer.

Framtid

Vi kommer göra en avstämning i grupp med gymnasterna inför kommande termin om hur de vill att träningarna ska läggas upp samt vad de vill ha för mål med sin träning. Känns som att många vill utvecklas mer men fortfarande på ett lekfullt och roligt sätt. Vi ledare kommer tillsammans gå igenom passningsteknik så att alla ledare känner sig trygga med att passa på de olika övningarna.

Ryggymnastik

Start 9 januari i Lekebergshallen i Fjugesta, Ryggymnastiken har tilldelats 10 tusen kronor för 2022 års frivillig insats från kommunen. Vi har delat ut träningsband till alla deltagare. Avslutningen vid Lanna Badgruva med lite gymna promenad och gott tilltugg.

Hösten började den 11 september Seniorveckans resultat blev 1 ny deltagare. Prova på ryggymna på uppdrag av SISU med 12 st deltagare den 19 oktober blev en lyckad sittgymna med Ingela. Avslutningen i klubbstugan den 11 december med god smörgåstårta samt glögg o pepparkaka

Ryggympan är hopplös och vi står inte på knä, rörelseglädje, balans, styrka, smidighet, avslappning och stretch.

Totalt 26 tillfällen med c:a 15 deltagare per gång.

Planen är att börja den 8 januari i Fjugesta.

STRONG By Zumba

Omfattning

Träning söndagskvällar kl:20:00

Antalet deltagare varierar runt 10-15st med ca: 3-8 närvarande per gång exklusive instruktörerna (2st).



Verksamhetsberättelse LIF 2023

GLÄDJE GEMENSKAP OCH EN AKTIV FRITID



Instruktörer: Camilla Jarleskog (45) & Emmy Jarleskog(20)

Verksamhet

Strong Nation träningspass är ett gruppträningsprogram med specialframtagen musik samt inslag av fighting moves. Passet innehåller styrketräning, smidighet, koordination, kondition, balans, rörlighet. Det är ett högintensivt pass men det finns nivåer och anpassningar för att alla ska få precis sin maximala intensitetsnivå.

Våra pass ingår i föreningens ledarförmåner (gratis träning för aktiva ledare)

Utveckling/framtidsplaner

Strong-passen kommer att avvecklas helt efter VT-24 då träningsformen eller tiden inte verkar locka deltagare.

Cykel

Verksamhetsberättelse har inte inkommit.

Volleyboll

Motionsidrott för vuxna på Söndagkvällar 20:30 och har under året ökat i antalet deltagare.

Innebandy

Innebandy Herrar

Innebandyn för herrar har varit pausat under verksamhetsåret.

Innebandy Damer

Under 2023 har vi haft träning en gång i veckan jan-maj och augusti - december.

På träningarna ha vi varit mellan sex-elva personer. Vi är tio personer som regelbundet kommer på träningen, därutöver kommer det några "gästspelare" ibland. Antalet deltagare minskade något under senare delen av hösten.

Vår plan är att fortsätta träna en dag i veckan men eftersom det är ont om halltider avvaktar vi troligen tills fotbollen börjar träna utomhus. Vi hoppas få till någon match mot något annat motionslag, exempelvis Vintrosa IF.

Lekeberg skate

Rampen används med ingen organiserad träning har genomförts under året.