

## **VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2017 RÅNÄS 4H**

*Rånäs 4H är en anrik friidrottsklubb i Norrtälje kommun med ett stort fokus på barn- och ungdomsverksamhet. Klubben har inriktning mot ett brett motions- och friidrottsutövande. Vi följer 4H-rörelsens ideologi som bygger på Huvud - kunskap, Hand - färdighet, Hjärta - respekt, empati, medkänsla och Hälsa - sunt levnadssätt. Verksamheten är koncentrerad till Mathildahallen på Campus Roslagen i Norrtälje, som också är föreningens säte.*

**Styrelsen för Rånäs 4H får härmed avge följande verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2017.**

Styrelsen har under året haft följande sammansättning:

Ordförande	Carin Björfors
Vice ordförande	Johan Österberg
Sekreterare	Marie Jansson
Kassör	Jenny Björfors
Övriga ledamöter	Börje Andersson
	Jonas Sjöblom
	Fredrik Pettersson
	PO Losell

Styrelsen har sedan årsmötet 12 mars 2017 haft tio protokollförda styrelsemöten. Styrelsen har också ägnat några heldagar åt verksamhetsplanering.

Som en del i föreningens utveckling valde styrelsen under året att gå med i Föreningsmart, ett föreningsutvecklingsarbete som sker i samverkan med Svenska Friidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna. Vi påbörjade ett utvecklingsarbete under hösten 2017 och styrelsens förhoppning är att arbetet ska leda till en effektivare organisation samt mer utbildning för styrelse, tränare, aktiva och övriga medlemmar.

### **Året i korthet**

Tillströmningen av barn och ungdomar som vill träna friidrott är fortsatt mycket starkt. Friidrottsskola samt annan prova-på-verksamhet lockar nya medlemmar till klubben och vi har vid utgången av 2017 sju friidrottsgrupper med runt 160 barn och ungdomar födda mellan 2000 och 2010. Föreningen har dessutom under året startat två träningsgrupper för att bredda verksamheten – en grupp för Race Running och en grupp för multifunktionell träning. Utöver de fasta grupperna sköter seniorer och veteraner egen träning i Mathildahallen. Antalet medlemmar summerar vid årets slut till 419.

## **Träning**

För träningen ansvarade under året 20 ideellt verksamma tränare. Rånäs 4H har under året genomfört en medveten satsning på vidareutbildning för våra vuxna tränare som genomgått ett flertal utbildningar i Svensk Friidrotts regi. Vid sommarens friidrottsskola fick föreningens ungdomar prova på ledarrollen för att bli motiverade att ta klivet in som tränare i ordinarie verksamhet. Nio ungdomar fick en grundläggande ledarutbildning av SISU och sex av dem fortsatte under hösten med ytterligare utbildning i Svensk Friidrotts regi.

Som ett led i att svetsa samman de olika träningsgrupperna och stärka klubbkänslan har gemensam träning med olika grenteman införts under hösten. Två lördagar har det hittills blivit – den ena med tema sprint och häck, den andra med tema hopp och kast. Med samma syfte har styrelsen detta år initierat föräldramöten för nybörjargrupperna.

## **Mathildahallen**

Rånäs 4H fyller nu Mathildahallen med egen träning alla vardagskvällar samt i stort sett båda helgdagarna. Under året har även Roslagsbro IF, Åkersberga SK, Alunda SK och Roslagen SOL hyrt hallen för egen eller gemensam träning med Rånäs 4H.

På vardagar dagtid sker uthyrning till externa hyresgäster, följande verksamheter nyttjade hallen på regelbunden basis:

- Balders Hus: en dag/vecka för unga med funktionsvariation
- TioHundra: en halvdag/vecka för unga med funktionsvariation
- Gruppboenden: en halvdag/vecka för vuxna med funktionsvariation
- Montessoriskolans idrottsundervisning: två timmar/vecka
- Studenter boende på Campus-området.

För att verksamheten i hallen ska fungera har Rånäs 4H en vaktmästeritjänst som från november 2017 bemannas av två personer på halvtid. Under en helg i höstas samlades dessutom ett 30-tal medlemmar till städ- och fixardag i Mathildahallen vilket kommer att bli en årlig aktivitet.

## **Friidrottsskola**

För att locka fler barn att testa glädjen med friidrott genomfördes under sommaren 2017 en friidrottsskola för kommunens barn i åldern 7-12 år. Tack vare samarbete med kommunens projekt *En sommar för alla* kunde vi hålla friidrottsskolan gratis. Totalt deltog ett 70-tal barn under två veckor som fick prova på olika friidrottsgrenar inom hopp, kast och löpning.

## **Race Running**

Race Running har under året övergått från ett externt projekt till en träningsgrupp inom Rånäs 4H för barn och unga med funktionsvariation. Vi fick under året bidrag från Roslagens Sparbanks stiftelser om 35 000 kronor för inköp av begagnade Race-Running-cyklar för att kunna starta verksamheten.

## Multifunktionell träning

Föreningen prövade under våren en träningsgrupp för multifunktionell träning för barn, ungdomar och vuxna. Gruppen permanentades som en del i föreningens verksamhet efter sommaren, och har under hösten arbetat med en del anpassningar i Mathildahallen där bl a en rigg har uppförts. Mathildahallens gym har också fått ett välbehövligt lyft efter att begagnad träningsutrustning skänktes till föreningen av Norrtälje Träningscenter.

## Nya klubbrekord 2017

Under året har Rånäs 4H fått ett antal nya klubbrekord.

### Utomhus

M	Marathon	Anders Fransson -81	2.25,08	Stockholm
P15	80 m	Nicklas Sjöblom -02	9,83	Norrtälje
P10	Höjd	Rudolf Eriksson -07	1.25	Norrtälje
K	Stavhopp	Greta Erlandsson -05	3.20	Enskede
F15	80 m	Liv Andersson -02	10,94	Bålsta
F15	80 mh	Liv Andersson -02	11,14	Falun
F12	Stavhopp	Greta Erlandsson -05	3.20	Enskede
F9	600 m	Elsa Eriksson -08	2.22,98	Norrtälje
M35	Marathon	Anders Fransson -81	2.25,08	Stockholm

### Inomhus

P15	Stavhopp	Samuel Eriksson -02	3.70	Uppsala
F12	Stavhopp	Greta Erlandsson -05	3.05	Västerås
F10	60 mh	Tyra Hållinder -07	12,14	Örebro
F9	600 m	Elsa Eriksson -08	2.34,78	Örebro
K60	60 m	Marketta Korpi -54	11,21	Huddinge
K60	Vikt 5.54	Marketta Korpi -54	10.35	Huddinge

## Lilla OS i Järvsö

Rånäs 4H hade även i år en stor trupp aktiva, ledare och föräldrar på plats på friidrottstävlingen Lilla OS i Järvsö. 35 aktiva i åldern 7-16 år kämpade för att ta poäng till klubben, och många provade på att tävla i för dem nya grenar. Detta resulterade efter två dagars tävlande i en klar andraplats i föreningstävlingen endast slagna av Bromma IF (som hade en dubbelt så stor trupp). Totalt deltog ett trettiotal föreningar i tävlingen.

## **Mästerskapsplaceringar**

Föreningens seniorer och veteraner har i år tagit:

- 1 SM-brons i maraton (Anders Fransson)
- 3 veteran-SM-silver i vikt, kula, längd inomhus (Marketta Korpi, Börje Andersson).
- 1 veteran-SM-brons i 60 m inomhus (Marketta Korpi)

Åtta ungdomar kvalificerade sig i år för deltagande i Svealandsmästerskapen för 13-14-åringar samt Ungdoms-SM och kom hem med tre medaljer:

- 1 Svealands-brons i stavhopp utomhus (Jonathan Jonsson)
- 1 USM-brons i stavhopp inomhus (Samuel Eriksson)
- 1 USM-silver i mångkamp utomhus (Samuel Eriksson)

Tillsammans med medaljerna presterade ungdomarna 17 topp-tio-placeringar vid dessa mästerskap.

Dessutom bärgade Rånäs 4H 28 DM-medaljer inomhus och 31 DM-medaljer utomhus under 2017.

## **Utmärkelser**

Föreningen Rånäs 4H fick på Idrottsgalan 2017 motta Norrtälje kommuns stipendium för Bästa barn- och ungdomsklubb om 25 000 kronor.

Klubbens tränare Bo Björfors och Alf Palmér blev för 2017 tilldelade Roslagens sparbanks ungdomsledarstipendium om totalt 10 000 kronor.

## **Arrangemang**

Rånäs 4H har genomfört följande tävlingsarrangemang under året:

- Inomhus-DM i Uppsala 28-29 januari - samarrangemang inom Upplandsdistriktet
- Brukslunken/Slottsmilan i Rånäs bruk 10 april
- 4H-spelen på IP Sportcentrum (600 starter) 22 maj
- NT-löpet i Societetsparken 6 juli
- Utomhus-DM i Märsta 19-20 augusti - samarrangemang inom Upplandsdistriktet
- 5-kamp för barn i alla åldrar på Skördefesten 9 september
- Träningsresa för klubbens äldsta ungdomar 30 oktober-3 november
- Mathildaspelen – klubbtävling i Mathildahallen 11 november

## **Årets ekonomiska resultat**

Rånäs 4H har allt sedan satsningen på Mathildahallen haft en stor utmaning att ställa om ekonomin samt organisera en ny verksamhet i egen lokal. Detta har tagit mycket tid och kraft från föreningen under de senaste fyra åren och det är med stor glädje styrelsen nu kan konstatera att vi för 2017 gör ett stabilt positivt resultat. Detta tack vare mycket hårt arbete med att se över kostnaderna samt ett stort stöd från våra sponsorer och Norrtälje kommun.

## Utmaningar för 2018

Samtidigt som det är glädjande att Mathildahallen nu används så intensivt för egen träning samt extern uthyrning, medför det ett allt större slitage på lokalerna. Trots att vi utför mycket arbete själva räknar vi med att kostnaderna kommer att öka med krav på renovering av träningsredskap, gym och mattor.

Tack vare att Rånäs 4H numera kan träna teknikgrenar året runt så har vi fått fram flera talanger inom stavhopp. Stavhoppsmattan i Mathildahallen tillhör egentligen IP och Norrtälje kommun, men får enligt överenskommelse ligga väderskyddad i Mathildahallen året runt. Mattan börjar dock bli sliten och skulle behöva bytas ut inom något år. Föreningen behöver inleda en diskussion med Norrtälje kommun kring ett investeringsbidrag till en ny stavhoppsmatta.

Föreningens hyresavtal och energiförbrukning för Mathildahallen kostade drygt 400 000 kronor för 2017. Tillsammans med vaktmästerikostnader pressar hallkostnaderna föreningen hårt samtidigt som hallens existens är nödvändig för att driva och utveckla nuvarande verksamhet. Föreningen har sökt och blivit beviljade anläggningsbidrag för 2018 om 250 000 kronor från Norrtälje kommun. Resterande kostnader täcks via medlemsavgifter, föreningsbidrag och sponsring. För att kunna fortsätta satsa på våra aktiva medlemmar vid sidan om hall- och underhållskostnader behöver intäkter från sponsring och bidrag öka.

Norrtälje 2018-03-11

*Carin Björfors*

*Johan Österberg*

*Marie Jansson*

*Jenny Björfors*

*Jonas Sjöblom*

*Fredrik Pettersson*

*Börje Andersson*

*PO Losell*