

Verksamhetsberättelse gymmet 2022

Vi ser med glädje nu tillbaka på ytterligare ett år. Stämningen på gymmet är positiv, lugn och anspråkslös. Medlemmarna tränar själva, ihop med vänner eller tillsammans med partner/förälder/syskon. Under året har medlemsantalet fortsatt att öka. Medlemmarna är mellan 13-86 år. Fördelningen mellan könen är jämn. Flest aktiva har årgång 1985 och 2005 med 13 medlemmar vardera. Samma alternativ för träning och abonnemang som tidigare har erbjudits. Tremånadersabonnemang är likt tidigare populärt. Vi tycker oss se en trend i att allt fler utnyttjar friskvårdsbidrag för att finansiera hela eller delar av kostnaden.

Litet axplock av det vi har gjort under året:

- Uppdaterat våra gym-regler.
- Skapat grundprinciper för till exempel gruppträning och abonnemang av hela gymmet.
- Äntligen fått hjärtstartaren placerad utomhus.
- Bytt ut och kompletterat med maskiner utifrån önskemål från medlemmarna.
- Haft Ludvig från Concept på besök.
- Haft fredagsträningar för ungdomar mellan 13-18 år vid tre tillfällen vilket var mycket lyckat med god uppslutning. Ungdomarna tyckte bland annat att det var "kul att prova på gymträning", "trevligt", "roligt" och "fint att träffa nya vänner".
- Haft öppet hus under kommunens friskvårdsvecka och under fotbollens dag.
- Haft 1-årsfirande.
- Ansvarat för ett fikastopp på ÖIS under Veteranrallyt. Det var en stor och lyckad tillställning och vi hoppas på repris 2023.

Styrelsen består av ordförande Björn Tosterud, sekreterare Evelina Kilander, kassör Julia Conradsson samt ledamot Peter Björk, Isac Danielsson, Nicklas Daag och Daniel Wetterheim. Under året har två nya ledare tillika blivande styrelsemedlemmar tillkommit; Cornelia Malmberg och Janne Byman. Styrelsen har haft sex styrelsemöten under året. Dessemellan kommuniceras det en hel del via vår lösningsfokuserade Messengergrupp.

Medlemsantalet har fortsatt att öka även under 2022, det finns ett stort engagemang från både medlemmar och styrelsen. Vi tror att träning i anslutning till naturen och i gemenskap med andra ger möjlighet till ro i kropp och själ. ÖIS ska känna sig oerhört stolta över gymmets fortsatta utveckling även 2022!

/ Evelina Kilander