



**Verksamhetsberättelse
&
Årsredovisning**

Hönö Judoklubb 2022

Verksamhetsberättelse för perioden verksamhetsåret 2022

Styrelsen har under verksamhetsåret haft följande sammansättning:

Ordförande:	Marcus Årman
Sekreterare:	Kristina Årman
Kassör:	Sten Olofson
Ledamot:	Henrik Andreasson
Ledamot:	Nicklas Ölner
Ledamot:	Maria Johansson Bayindir

Ungdomsrepresentanter:	Hugo Ejnarsson
	Maximilian Esst
	Amandus Ölner

Revisor för föreningen är Ola Sandström

Träningsverksamhet

Träningen har bedrivits i Brattebergsgymnastiksal. Träningen är fördelad på en nybörjargrupp, två fortsättningsgrupper och en kombinerad ungdoms/vuxengrupp. Även i år har vi kört två grupper samtidigt med avdelad skärmvägg.

Tränare under året har varit Nicklas Ölner, Hugo Ejnarsson, Max Ekström, Sara Arnesson, Hjördis Ringnér, Nene Norström, Marcus Årman, Amandus Ölner, Maximilian Esst, m.fl.

Ett stort tack till alla tränare som hjälpt till under året.



Sista gruppen på måndagar med ungdomar och vuxna som tränar tillsammans.



Barn och ungdomar i full fart med lekar, ett en del av träningarna som är väldigt uppskattat av många.

Gradering

I mitten av maj var några av tjejer i föreningen var redo för gradering...



...och visst gick det bra! Två av dem får nu bära gula och två får bära orangea bälten.

Någon vecka senare var det ett helt gäng som var redo för gradering till gult bälte.



Här har vi ett glatt gäng som blev graderade till gul/orange bälte



Även flera av våra vuxna har graderats till nya bälten, GRATTIS till er alla!

Utbildning

Tränare har varit på utbildning för att förnya tränarlicenser



Nicklas Ölnes, Hugo Ejnarsson, Amandus Ölnes, Marcus Årman och liggandes har vi Maximillian Esst.

Även våra ungdomsledare har varit i väg på utbildning under sensommaren. Sara Arnesson, Hjördis Ringnér och Max Ekström var på Assisterande klubbtränarutbildning.

Lägerverksamhet

Höstterminens läger hölls i Hälsö bollklubbs lokal. Här är föräldrar i klubben en ovärderlig hjälp för att transportera mattan till Hälsö, fixa i köket och även när lägret att slut så kämpas det med att åter få mattan tillbaka till Bratteberg. Medalj till er!



Lägret började med fruktstund och därefter träning följt av tacos, disco, tokiga lekar, filmmys och sedan övernattnig för dem som vill.





Hela härliga lägergänget 2022.

Innan lägret avslutas med korvgrillning ger sig alla lägerdeltagare och ledare iväg för att bestiga Hälsös högsta punkt. Då ser de så här nöjda ut.



Utomhusträning i Jungfruviken

Brattebergs gymnastikhall var stängd för underhållsarbete en måndag men det stoppar inte klubben att ses. Vi träffades i Jungfruviken för fysträning med alla barn- och ungdomsgrupper en go kväll i höstas. Det var kondition och teknikträning som avslutades med leken "General och spion" som bjöd på många härliga skratt, där även flera föräldrar deltog. Vuxengruppen avslutade kvällen med löpträning i kombination med styrketräning i naturen.



Julavslutning

På julavslutningen var det tomteträning, vilket blivit en kul tradition.



Flera judokas var tomtenissar, några kom som renar och traditionsenligt dök även vår egen julgran upp. Träningen bestod till största del av lekar som är favoriter. När det kämpats en stund på mattan var det dags för klubben att bjuda på julgott. Judokas, syskon o anhöriga mumsade allihop på skumtomtar, pepparkakor och jultmust.

Några dagar innan jul träffades vuxengruppen för att stärka gruppen med lite käk o goa samtal.

Medlemmar

Under verksamhetsåret har föreningen haft ca 70 medlemmar.

Medlemskap och representanter i förbund

Föreningen har under året varit ansluten till Svenska Riksidrottsförbundet (RF), Svenska Judoförbundet (SJF), Göteborgs Judoförbund (GJF) och Västsvenska Idrottsförbundet (VSIF).

Slutord

Året som gått har klubben fokuserat på att få fram nya ledare. Flera nya assisterande tränare har utbildats och befintliga tränare har förnyat sina licenser. Vi har som klubb haft flera tillfällen där alla grupper möts och haft roligt ihop. Klubben har gått igenom ett skifte där nya ledare kommer fram vilket vi är väldigt glada över. Nu blickar vi fram mot nästa år, året då Hönö Judoklubb fyller 10 år.

Verksamhetsplan för Hönö Judoklubb 2023-2024

Träning

Träningen kommer under vårterminen se ut som följer:

Grupp nybörjare & Grupp 1: måndag 18:00-19:15

Grupp 2: måndag 19:15-20:15

Grupp 3: måndag 20:15-21:30

För grupp 2 och 3: onsdagar 18:00-20:00

Till höstterminen är målsättningen att starta en nybörjargrupp för barn från 7 år och uppåt.

Lokal

Träningen kommer fortsatt att bedrivas i gymnastikhallen på Bratteberg.

Träningsverksamhet

Träningen kommer att bedrivas som föregående år vid ett ordinarie tillfälle per vecka.

Onsdagspasset kommer under året vara en ordinarieträning under friare former för grupp 2 och 3.

Målsättningen är att kunna ha samträning med andra klubbar samt att bjuda in gästtränare.

Utbildningar

Målsättningen är att klubbens tränare ska gå Instruktörsutbildning, grund- och fortsättning, delta vid riksfortbildning under 2023/2024. Klubbens målsättning är att försöka hålla sig a' jour kring vilka utbildningar som är aktuella under året.

Gradering

Graderingar kommer att hållas vid två tillfällen per år. Hönö Judoklubb kommer hålla gradering under våren och i slutet av höstterminen. Beslut om vilka som ska graderas tas av graderingsansvarig Marcus Årman i samråd med övriga tränare.

Läger

Läger planeras in höstterminen med tanken att vara i Hälsö BK's lokal.

Tävling

Målsättningen är att klubben ska delta i tävlingar och att uppmuntra de som vill. Triumfcupen är ett första steg samt tävlingar i närområdet.

Jubileum

2023 fyller Hönö Judoklubb 10 år. Vi planerat att fira detta på olika sätt och kommer därför tillsätta en särskild jubileumsgrupp.

Hönö i april 2023

Styrelsen för Hönö Judoklubb

ÅRSREDOVISNING

för

HÖNÖ JUDOKLUBB

**Styrelsen får härmed avlämna
årsredovisning för räkenskapsåret 2022-
01-01—2022-12-31**