



# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

---

2023

# DET HÄR ÄR HALMSTAD FRIYGYMNASTER

Halmstad Frigymnaster erbjuder gymnastik för både tjejer och killar genom verksamhet för minitrupper, motionsgymnastik, truppgymnastik samt manlig artistisk gymnastik. Föreningen tillgodoser såväl bredd- som elitgymnastik och har genom åren skördat otaliga mästerskapsmedaljer och landslagsgymnaster. Dessa framgångar stärker och bekräftar Halmstad Frigymnasters goda rykte som en av landets främsta gymnastikföreningar.





# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Halmstad Frigymnaster erbjuder gymnastik för både tjejer och killar genom verksamhet för minitrupper, truppgymnastik samt manlig artistisk gymnastik. Halmstad Frigymnasters styrelse lämnar härmed följande berättelse över verksamheten 2023.

## STYRELSE

UPPDRAG	NAMN	STYRELSENS ANSVARSOMRÅDEN
<b>Ordförande</b>	Michael Hedlund	<p>Att leda det strategiska arbetet som stödjer föreningens utveckling, samt ansvara för föreningens organisatoriska struktur.</p> <p>Svarar för föreningens verksamhet, verka för dess framåtskridande samt tillvarata medlemmarnas intressen.</p> <p>Bereda olika frågor och förvalta de beslut som årsmötet fattat. Leda föreningens arbete samt representera föreningen i olika sammanhang.</p> <p>Exempel på områden som styrelsen arbetar med: Gymnastisk utveckling, hallutveckling, tävling, utbildning, ledare, medlemmar, omvärlden, föreningslivet och tillhörande relevant lagstiftning, samt organisations- och stadgefrågor.</p> <p>Arbetsgång: Styrelsemöten är beslutsfattande i första hand, vid behov utses arbetsgrupper efter kompetens och erfarenhet för att förbereda underlag till beslut för styrelsen. Kommittéer bjuds in vid givna tillfällen under året för att rapportera deras arbete och presentera underlag för beslut av styrelsen.</p>
<b>Vice ordförande</b>	Mattias Candetoft	
<b>Sekreterare</b>	Elin Melin	
<b>Kassör</b>	Caroline Torstensson	
<b>Ledamot</b>	August Pansell	
<b>Ledamot</b>	Magnus Ottosson	
<b>Ledamot</b>	Thomas Larsson	
<b>Ledamot</b>	Christian Byhmer	
<b>Suppleant</b>	Kajsa Sellén	
<b>Adjungerad</b>	Caroline Torstensson	

## ÖVRIGA UPPDRAG

UPPDRAG	NAMN
Klubbdirektör	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caroline Torstensson</li> </ul>
Barn- och ungdomsansvarig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonas Nilsson (100%)</li> </ul>
Lokalvårdare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Susanne Mattson (deltid 50 %)</li> </ul>
Anställd, Trupp	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Andreas Karlsson (100 %)</li> </ul>
Anställd, AG	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niklas Andersson (100 %)</li> </ul>
Hemsidesansvarig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Andreas Karlsson</li> <li>• Niklas Andersson</li> <li>• Caroline Torstensson</li> </ul>
Revisorer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anders Lindholm</li> <li>• Niklas Johansson</li> </ul>
Revisorssuppleanter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hans Andersson</li> <li>• Annette Håkansson</li> </ul>
Tävlingskommitté	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anders Nilsson</li> <li>• Lisa Augustsson</li> <li>• Elisabeth Janver</li> <li>• Katarina Larsson</li> <li>• Hanna Bengtsson</li> <li>• Hasse Svensson</li> </ul>
Marknadskommitté	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caroline Torstensson(sammankallande)</li> <li>• Jenny Bänsch Larsson</li> <li>• Pamela Hanné</li> <li>• Petronella Hyll</li> </ul>
Träningscampskommitté TCK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonas Nilsson (sammankallande) tom juni</li> <li>• Hans Svensson</li> <li>• Mats Johansson (tillfällig sammankallande)</li> <li>• Lennart Ljungdahl (adjungerad)</li> </ul>
Arkivarie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Helén Andersson</li> </ul>
Lotteriföreståndare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caroline Torstensson</li> </ul>
Representant i Halmstad Sportcenter Ekonomisk Förening	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caroline Torstensson</li> <li>• Mattias Candetoft (suppleant)</li> </ul>
Medicinsk service	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carl Hultefors, fysioterapeut</li> </ul>
Valberedning	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Magnus Hyll (sammankallande)</li> <li>• Calle Hjersman</li> <li>• Jonatan Eliasson</li> </ul>

## ÅRSMÖTE 2023

Föreningens årsmöte 2023-03-05 hölls digitalt och fysiskt på Tylöhus. 44 personer, varav 40st röstberättigade var anmälda och deltog via Teams istället för Tylöhus. Till mötesordförande valdes Peter Kellner, Ordförande Halmstad Sportcenter ekonomiska förening, och sekreterare Jani

Minler. Sedvanliga punkter avhandlades under mötet. I samband med årsmötet avtackades avgående ledamöter Jani Minler, Sofie Johansson samt personer från tävlingskommittén Anna Vinberg, och Martin Näckdal.

## STYRELSE- OCH KOMMITTÉMÖTEN SAMT ARBETSGRUPPER

Styrelsen har under sitt arbetsår genomfört 11 ordinarie protokollförda möten, samt flertalet arbetsmöten som ej protokollförts. Kommittéerna har under året haft såväl protokollförda som mer informella möten.

### ARBETSGRUPPER

Som komplement till styrelsen och kommittéerna har olika arbetsgrupper haft specifika uppdrag under arbetsåret. Arbetsgrupperna och deras sammansättning har varit följande:

#### Gymnastisk utveckling (Tränarråd)

Gruppen med olika sammansättningar har träffats regelbundet under året, vid det sista mötet för året deltog en eller flera ledare från varje grupp från och med BAS till Elit både inom MAG och Trupp.

#### Ledardagar

Caroline Torstensson, Andreas Karlsson och Niklas Andersson.

#### Verksamhetsplanering

Styrelsen

#### Arbetsgrupp för Frösakull

Personer ur styrelsen (Caroline, Mattias och Magnus) tillsammans med Stefan Bengtsson, Tony Johansson och Mats Johansson

## REPRESENTATION

Halmstad Frigymnaster har representerats vid många möten och samlingar under året.

### **Gymnastikförbundet Västs årsmöte**

Michael Hedlund har ingått i GF Västs styrelse under 2023.

### **Gymnastikförbundets gymnastikforum, 7-8 oktober Stockholm**

Caroline Torstensson och Michael Hedlund var med på mötet Stockholm

### **Gymnastikförbundets Manliga Tekniska Kommitté**

Michael Hedlund har under året varit ordförande i MTK, och i kommittén har ansvarat för utbildningsfrågor inom MAG, han har även varit ordförande i MTK GF Väst.

## UTMÄRKELSER & STIPENDIER

### Årets Frigymnast 2023: Filip Lidbeck

För att bli utsedd till Årets Frigymnast ska personen ha gjort en prestation som leder till uppmärksamhet, utveckling eller synliggörande av Halmstad Frigymnaster antingen inom gymnastikvärlden, media eller hos medlemmarna. Vid Julgalan tilldelades utmärkelsen "Årets Frigymnast" 2023 med följande motivering:



*Genom hela sin framstående karriär har Filip visat sig vara en ödmjuk och jordnära individ, trots sina imponerande prestationer. Han är generös med att dela med sig av sin omfattande kunskap och erfarenhet, och hans vilja att stödja och inspirera medtävlare och yngre gymnaster har gjort honom både respekterad och omtyckt.*

*Denna balans mellan ödmjukhet och framgång gör honom till en inspirerande förebild för alla.*

*Filip har inte bara utmärkt sig genom sina fantastiska prestationer och imponerande framträdanden på tävlingsgolvet, han utmärker sig även positivt framför kameran till allas förtjusning speciellt efter sommarens SM intervju av SVT.*

*Med tanke på hans överlägsna insatser och dedikation under året är det självklart att årets frigymnast 2023 tilldelas Filip Lidbeck*

### Årets Ledare 2023: Stella Axelsson

Utses av en belöningskommitté bestående av klubbdirektören och anställda tränare eller som i detta fall, av styrelsen. Utnämningen skall uppmärksamma och stimulera engagerade tränare i föreningen samt inspirera till fortsatt goda ledarinsatser. Vid Julgalan tilldelades utmärkelsen "Årets ledare 2023" med följande motivering:



*Det är med stor glädje och tacksamhet som vi tillkännager årets värdiga mottagare av utmärkelsen "Årets ledare 2023". Glädje och positivitet är två ord som verkligen beskriver denna ledare. Hennes positiva inställning och förmåga att sprida glädje skapar en inspirerande och trivsamt miljö för både gymnaster och ledare. Andra egenskaper som utmärker denna ledare är den otroliga omtanke och ödmjukhet som bjuds på vid varje träningstillfälle. Egenskaper som gör denna ledare älskad av alla gymnaster, oavsett om det är i minitrupp eller bland våra äldre gymnaster.*

*Vår ledare är inte bara kunnig och skicklig i sitt gymnastiska kunnande, utan hon är också fantastisk på att få varje gymnast att känna sig sedd och uppskattad. Hon har den där förmågan att göra träningslokalen till en plats där varje gymnast känner sig som en del av en större familj.*

*Så, kära gymnaster och tränare, låt oss tillsammans rikta vårt varmaste tack till denna fantastiska ledare: Stella Axelsson*



ÅR	ÅRETS FRIGYMNAST	ÅRETS LEDARE
2010	Thomas Larsson	Christer Larsson
2011	Mikael Tovstedt	Johan Thornberg
2012	Lennart Ljungdahl	Anna Thornberg
2013	Christopher Soós	Janiel Johansson
2014	Anna Hägglund	Caroline Torstensson
2015	Niklas Andersson	Pernilla Melander
2016		Viktor Sjöholm
2017	Lars-Gunnar Wirdheim	Eric Nilsson och Gustav Stenbäck
2018	Michael Hedlund	Magnus Hyll
2019	Caroline Torstensson & Henrik Pettersson	Joar Svensson
2020	Niklas Andersson	John Wiktorsson & Jemil Johansson
2021	Mattias Candetoft	Lisa Wilde
2022	William Hyll	Andy Karlsson
2023	Filip Lidbeck	Stella Axelsson

ÅR	HEDERSMEDLEMMAR
1990	Verner Sjöberg
2009	Lars-Gunnar Wirdheim
2011	Thomas Larsson
2015	Göran Rohlén
2016	Christer Johansson
2021	Sven Svensson

## GYMNASTIKGRUPPER

Sammanslagningar, samträningar och förflyttningar inom grupper görs kontinuerligt för att möta gymnasternas olika behov och att arbeta som en förening över discipliner och grupper. Det finns ett antal ledare i varje grupp som disponerar sina dagar utefter deras förutsättningar med arbete och skola. Varje grupp har varje termin flera planeringsmöten och avstämningar med anställda tränare eller tränarråd. Antalet kan variera under året och de antal som står här är från höstterminen. I alla minitrupper är det även föräldrar som hjälper till.

GRUPP	ANTAL GYMNASTER	ANTAL LEDARE
Minitrupp tisdag	26	4
Minitrupp torsdag	20	3
Minitrupp 1	29	5
Minitrupp 2	29	5
Minitrupp 3	27	5
Minitrupp 4	24	4
Minitrupp 5	33	5
Minitrupp 6	32	5
Basgrupp 16, 1	23	3
Basgrupp 16, 2	29	4
Trupp Flickor 15,	24	3
Trupp pojkar 13-15	12	3
Trupp Flickor 14	28	12
Trupp Flickor 13-14	28	12
Trupp Flickor 12	22	4
Trupp Flickor 11-12	17	4
Trupp Pojkar 10-12	7	3
Trupp Flickor 09-10	11	2
Trupp Kvinnlig Ungdom/Junior/Senior	15	5
Trupp Manlig Ungdom/Junior/Senior	11	5
MAG Bas 14	16	2
MAG Pojk	11	4
MAG Junior/Senior	10	4
Oldboys motion	24	2

## LEDARE, GYMNASTER, TRÄNARE & LEDARE

- Siffror avser höstterminens slut.
- Ny punkt är föräldrar i minitrupp
- Vi har separerat siffrorna från tränare/ledare.

GRUPP	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Tränare/Ledare	66	68	74	65	75	73
Gymnaster	530	502	490	551	551	508
Medlemmar	882	848	792	792	880	858
Föräldrar i minitrupp					51	59

## GYMNASTER, TÄVLINGAR & TRÄNARE I LANDSLAG

Svensk Manlig Artistisk Gymnastik, MAG, har under 2023 haft två landslag; senior- och juniorlandslag samt Ledarutvecklingsgrupper (LUG). Uttagning till landslagen grundar sig på tävlingsresultat. Truppgymnastik, har under 2023 haft 6 stycken landslag; senior- och juniorlandslag i dam, herr och mixed.

### Seniorlandslaget MAG

Under 2023 har föreningen haft en gymnast i seniorlandslaget, Filip Lidbeck

### Utvecklingsgruppen MAG

HFG-gymnasterna Gusten Hyll, Olle Bengtsson, Levi Hullegård

### Tränare i landslag

Niklas Andersson (anställd som MAG-tränare i HFG) är assisterande Förbundskapten för Sveriges Manliga seniorer i Artistisk Gymnastik.

### Tävlingar i landslag

- VM, Filip Lidbeck i Antwerpen
- Northern Europeans MAG, November i Halmstad Filip Lidbeck,

## TÄVLINGAR & ARRANGEMANG

HFG:s tävlingsresultat redovisas separat.

### Genomförda arrangemang med Halmstad Frigymnaster som arrangör

- Årsmöte, 5 mars
- Mästerskapshelgen 26-28 maj
- Götalandscupen 11 november
- Northern Europeans 25-26 november
- Gymnastikens dag
- 4 stycken lägerveckor i Gymnastikens Hus
- Ledarträffar, 20 augusti
- Föräldramöten i alla grupper vid terminsstart
- Flertalet interntävlingar i såväl Trupp som MAG, samt gemensamt
- "Hur, varför och på vilket sätt man dömer i Trupp"
- Julgalan, 17 december
- LUG-läger vid 3 olika tillfällen under året
- Landslagsläger MAG Senior vid flera tillfällen

## TÄVLINGAR & RESULTAT TRUPP

TÄVLING	DATUM	KLASS	GRUPP	PLACERING			
				Lag	Frist.	Tumbling	Trampett
Regionsmästerskap	Mars	5	Flick 09-10	4 (9)	3	1	6
Militotten	25 mars	7	2 lag	Inga resultat delgavs			
Militotten	25 mars	8	2 lag	Inga resultat delgavs			
R5 Malmö	1 april	Dam 13 år + äldre	Flick 09-10	33 (44)	38	27	32
Varbergscupen	29-30 april	6	Flickor 11-12, 2 lag del silv	-	2		
Varbergscupen	29-30 april	5	Flick 09-10	(11)	4	3	1
R2 Järfälla	6-7 maj	Herr 13 år & äldre	Herr Ung/Jun/Sen	3 (4)	3	3	4
R2 Järfälla	6-7 maj	Mix 13 år & äldre	Kvinn- & Herr Ung/Jun/Sen	2 (5)	1	2	3
Lemon Cup,	13 maj	9	4 lag	Inga resultat delgavs			
Lemon Cup,	13 maj	7	2 lag	Inga resultat delgavs			
R2 Gävle	28-29 maj	Dam 13 år + äldre	Kv Junior/Seior	7 (1)	13	5	4
USM	11 juni	Herr	Herr ungdom	1 (5)	1	2	1
USM	11 juni	Mixed	Kv- & Herr ungdom	1 (7)	1	2	1
Höstkampen, Fkb	22 okt	9	2014, 2 lag	Inga resultat delgavs			
Höstkampen, Fkb	22 okt	8	2013-2014, 2 lag	Inga resultat delgavs			
Höstkampen, Fkb	22 okt	7	2012, 2 lag	Inga resultat delgavs			
Höstkampen, Fkb	22 okt	6	Flick 11-12, lag blå		1		
Höstkampen, Fkb	22 okt	6	Flick 11-12, lagSvart		2		
R5, Växjö	21-22 okt	5	Flick 09-10	18 (39)	20	14	19
JNM- kval, Västerås	28-29 oktober	Mixed	Kv- & Herr Jun/Sen	*1 (1)	1	1	1
Varbergsklassen	11-12 nov	4	Flick 09-10	(9)	8	3	4
Varbergsklassen	11-12 nov	6	Flick 11-12, lag blå		9	7	9
Varbergsklassen	11-12 nov	6	Flick 11-12, lagSvart		11	9	12
Upphoppet. Kungsb	18 nov	4	Flick 09-10	(5)	4	3	2
Upphoppet. Kungsb	18 nov	7	2 st lag	Inga resultat delgavs			
Upphoppet. Kungsb	18 nov	8	2 st lag	Inga resultat delgavs			
JSM. Ängelholm	9-10 dec	Dam	Kv- Jun/Sen	20 (20)	20	17	14
JSM. Ängelholm	9-10 dec	Mixed	Kv- & Herr Jun/Sen	4 (5)	5	5	3

\*JNM kval innebar att nå upp till en viss poängnivå, endast placering räckte ej

## TÄVLINGAR & RESULTAT AG, VÅRTERMIN

TÄVLING	KLASS	NAMN	PLACERING						
			Lag/Mångk.	Frist.	Bygel	Ringar	Hopp	Barr	Räck
Norge, Oslo, 7-8 maj	Senior	Vilgot, William, Filip							
Cottbus WorldCup,	Senior	Filip Lidbeck		9 (52)			23 (40)		
Doha, WorldCup	Senior	Filip Lidbeck		12 (41)			12 (41)		
EM, Turkiet	Senior	Filip Lidbeck		83 (124)					
Klubbmästerskap									
Götalandsmästerskapen	3:an	Levi Hullegård	1 (12)	1	1	2	5	2	1
	3:an	Oliver Svensson	6 (12)	2	4	4	3	10	9
	3:an	James Hanné	7 (12)	5	8	6	8	9	5
	3:an	Albert J Wanninger	10 (12)	9	11	11	6	10	10
Sv.I Nordic Ch Youth	UNM	Gusten H & Olle B	3						
Mästerskapshelgen &	LAG-SM, lag 1		4 (11)						
Lag SM	LAG-SM, lag 2		10 (11)						
Riksmästerskapen	Öppet, pokalen	Eskil Abrahamsson	3 (11)						
	3:an	Levi Hullegård		1	1	2		1	1
	3:an	Oliver Svensson		2		5	5	6	8
	3:an	Albert J Wanninger					3		
	3:an	James Hanné					6		
SM 2023	Senior	Filip Lidbeck	11	1			1	4	8
	Senior	Vilgot Hyll	13	7	4	2			
	Junior	Olle Bengtsson	10	8					
	Junior	Gusten Hyll	13		8				
	Junior	Wille Larsson	15	4					
VM Antwerp	Senior	Filip lidbeck		24 (140)					
Mälarcupen	Youth	Levi Hullegård	12 (19)	6			6		
	Junior	Olle Bengtsson	5 (24)	1		4	3	7	
	Junior	Gusten HJyll	8 (24)				6		6
	Senior	Filip Lidbeck		1				8	
	Senior	Vilgot Hyll					1		
Götacupen	3:an	Albert J Wanninger	7						
	3:an	Oliver Svensson	1						
	4:an	Levi Hullegård	1						
Svenska Cupen	3:an								
	3:an								
	4:an								
	SC								
	SC								
Northern Europeans	Senior	Filip Lidbeck	1 (lag)	3			5		

Vi har fler resultat enskilt på MAG, men har valt att endast ta med internationella resultat samt alla nationella placeringar t.o.m. placering 10. Tvåan redovisas inte

## KANSLI

### Administration

Kansliet har fortsatt att göra arbetet mer digitaliserat och förnyade administrationssätt, allt för att göra det mer uppdaterat och i slutändan skapa bättre förutsättningar för ledare, anställda, medlemmar och gymnaster.

Vi har fortsatt under året gett ut nyhetsbrev som kortfattat sammanfattar det som har hänt och vad som kommer, allt för att få ut information till alla. Ett tillfälle att samla information och lyfta viktiga ämnen.

### Tävlingar och träningar

Föreningen var med på uppvisningstävlingen i Bürstadt, Tyskland i juli månad. Bürstadt är vart tredje år och HFG har varit med i många år, det är en fin och mycket uppskattad tradition. Föreningen åkte ned med gymnaster från både AG och Trupp, totalt 68st samt ett 20 tal föräldrar. I år tog föreningen hem en 5:e placering och det är ca 30 olika lag med från hela världen.

Vi har under året kontinuerligt fyllt på med gymnaster som stått på kö till alla olika grupper. Ett lyckat steg är att använda funktionerna i vårt medlemsregister som möjliggjort att flera gymnaster från andra föreningar har sökt sig till oss.

Vi arbetar mycket för att skapa en gemenskap mellan MAG och Trupp som i sin tur gör att man lättare kan byta disciplin om man exempelvis inte vill träna på en specifik nivå.

### Aktiviteter

Flertalet av tävlingsgrupperna har träffats för olika aktiviteter såsom lekar, matlagning, äta, pyssel, olika genomgångar, mental träning och allmänna samtal om hur träningen är och hur de kan påverka.

Vi har haft flertalet interna tävlingar för att öva på att träna, öva på att vara ledare och för att öka sammanhållningen i hela föreningen mellan alla lag och discipliner.

I september gav sig ett gäng supportrar ner till Antwerpen för att heja på Filip Lidbeck under VM i MAG. Tröjor trycktes upp med Filips namn på bröstet och "I love Halmstad Frigymnaster" på ryggen. Det var totalt 9 stycken som var där.

### Barn- och ungdomsansvarig

I maj anställdes Jonas Nilsson som barn- och ungdomsansvarig på heltid efter en omorganisation. Föreningen har nu en större möjlighet att erbjuda platser efter minitruppsverksamheten.



## EKONOMISKT STÖD SAMT BIDRAG VID SPECIELLA ARRANGEMANG

Under 2023 har särskilda ekonomiska stöd haft stor betydelse för föreningen, dessa har gjort att vi kan fortsätta att utbilda och genomföra aktiviteter som utvecklar föreningen. Dessa var:

ARRANGEMANG	BIDRAG
Investeringsbidrag	150 000 kr
Destination Halmstad	40 000 kr
Utbildning	30 000 kr
Seniorer 65+	10 000 kr

## GYMNASTIKENS HUS

Investeringarna i redskap under 2023 är ett nytt luftgolv till trupphallen, förbättringar på diverse redskap.

Arbete har gjorts för att skapa fler fasta banor i trupp och AG-hall så att fler grupper kan vara i hallen samtidigt. Målning delvis i trupphallen och i styrkerummet på andra våningen. Underhåll och förbättringar på befintliga redskap samt ett nyinköp av ett luftgolv.

## SOMMARTRÄNING

Anställda tränare i HFG planerar och ansvarar för träningen under sommaren i Gymnastikens Hus.

Träning för trupp gymnaster under sommaren 2023 riktade sig i första hand till de yngre gymnasterna, de erbjöds dagläger under veckorna 24, 25, 27 och 28 var väldigt uppskattade och fullbokade. Ansvariga för sommarträningen var de något "äldre" gymnasterna.

HFG kan på så vis erbjuda sommarjobb till många yngre ledare. Äldre trupp gymnaster är på den nivån att träning fortsätter fast med minskade pass per vecka och några veckors planerad vila.

Föreningens AG-gymnaster hade under ledning av Niklas Andersson traditionell träning ute vid många tillfällen under sommaren. De yngre hade en lägervecka under ledning av Jemil Johansson.

## TRÄNINGSCAMPEN I FRÖSAKULL

Träningscampen i Frösakull tillsammans, med Gymnastikens Hus, utgör en viktig del för föreningens verksamhet och sammanhållning.

### Renoveringar

Under arbetshelgen på våren ser stugägarna till att klubbhus, föreningsstugor, övriga gemensamhetsbyggnader och grönområde förbereds inför säsongen. Arbetet, som leds av TCK, innebär såväl stora renoveringsprojekt som allmän uppräschning.

2023 investerades det i ny trall utanför stuga 1 samt nya utemöbler. Samtliga uthyrningsstugor har fått en varmvattenberedare installerade.

Klubbhuset har med hjälp av bland annat sponsorer fått sig en kosmetisk uppräschning med nya bord, bänkar och soffor.

Höstens arbetsdagar har till största uppgift att stänga sommaren och "vinterbona" lägret.

Det finns en investeringsfil som Styrelsen och TCK har tillgång till. Utefter resultat görs investeringar som det finns möjlighet till i budgeten för hela föreningen och utefter en prioritetsordning

### Samlingar och läger

HFG:s grupper har genomfört samlingar och helgläger i campen under vår- och höstterminen för att samlas kring barnkonventionen men också för att stärka gemenskapen i gruppen.

### Sponsorer

Föreningens Hjärtsponsorer har tillgång till campen och har nyttjat den under vår- och höstsäsongen för konferenser och företagsträffar.

### Gymnastikens Dag

Gymnastikens Dag genomfördes den 25 juni i ett varmt och soligt Frösakull.

Under sommaren genomfördes många träningar under i tränings- campen, de är uppskattade av gymnaster, ledare och boende.

## HFG OCH SKOLVERKSAMHET

Skolklasser, dagis och fritidsgrupper är fortsatt intresserade av att bedriva undervisning i Gymnastikens Hus. De hyr tid i hallen och ansvarar själva för verksamheten. Niklas Andersson har under året haft morgonpass med flertalet gymnaster, även flera trupp gymnaster kommer för morgonträningar.

## UTBILDNING

I samarbete med SISU Idrottsutbildarna genomför HFG utbildningsdagar under året. Ledardagarna vid vår- och höstterminsstart är gemensam "Kick Off" för föreningens samtliga ledare. Vi har även haft föräldramöten i samtliga grupper där klubbdirektör och/eller styrelsemedlem har varit med, mötena har varit både i utbildningssyfte och för att få höra saker från deras perspektiv.

### Mintruppsledarutbildning

Mintruppsledarutbildningen har genomförts vid två tillfällen under året. En dag då vi kallade alla som på något sätt är med som ledare eller en förälder som hjälper till. En dag där vi går igenom hur man är som ledare, varför vi har byggt upp banan på det sätt vi har samt passnings- tekniker. Samt att vi tillsammans har gått igenom ledarguiden.

### Utbildningar via Gymnastikförbundet

Under året har vi haft 35 personer som har gått olika utbildningar digitalt eller i fysisk form.

### Exempel på utbildningar

- Intro Svensk Gymnastik
- Gymnastikens Baskurs
- Gymnastikens Ledarskap
- Åldersanpassad träning för barn och unga
- Biomekanik,
- Styrka och Rörlighet
- Truppgymnastik Redskap B
- Truppgymnastik A
- Truppgymnastik redskap C
- Truppgymnastik redskap D
- Trampolin som hjälpredskap

Flera lärgrupper har varit via SISU idrottsutbildarna.

## SOCIALT LEDARSKAP & "IDROTTE VILL"

Halmstad Frigymnaster arbetar för att det ska finnas ett engagemang även för frågor utanför själva gymnastiken. Föreningens "HFG-anda" innebär att ledarna ska vara föredömen och att gymnasterna själva ska ställa upp för varandra och föreningen.

Policyn finns för allas rätt att vara med och för integration. Föreningen har även policys mot sexuella trakasserier, alkohol, tobak och droger samt mot doping. Alla principer i dessa frågor är inarbetade i HFG:s verk samhetsplan för beslut av årsmötet.

## MEDICINSK SERVICE

Carl Hultefors, fysioterapeut, har varit engagerad vid föreningens tävlingar och uppvisningar under året. Han har fortsatt funnits tillgänglig för gymnaster och tränare en kväll i veckan i hallen, vilket fungerar mycket bra och varit väldigt uppskattat och ger kontroll över eventuella skador bland våra gymnaster.

De flesta skador som uppstår är av typen överbelastnings-skador och uppstår oftast kring hand- och knäleder samt i ländrygg. Tränarrådet följer kontinuerligt upp hur läget ser ut och de kan se att de förebyggande åt-

gärderna med att lägga in prehabövningar i den vanliga träningen har gett ett resultat. Traumatiska/akuta skador står för en mindre del av det totala antalet skador. Kontakt mellan fysioterapeut och gymnast har skett via huvudledaren för respektive träningsgrupp.

Carl Hultefors har förutom sitt engagemang i HFG även varit engagerad i MAG-landslaget och deltagit i förberedelser inför tävlingar både nationellt och internationellt.

## HFG-SHOP

Föreningens webbshop sker i samarbete med Kents, där finns ett sortiment som erbjuder ett större antal föreningskläder och andra tillbehör. Föreningen har även en supportertröja som säljs direkt via kansliet. En tröja som visar vilka i publiken som är med och stöttar från läktaren. Vi bygger upp en "blå vägg" där med. Tröjan har varit mycket populär.

Beställning och betalning görs via hemsidan: [www.halmstadfrigymnaster.se](http://www.halmstadfrigymnaster.se). Föreningens kansli fungerar som mellanhand och varorna lämnas ut där.

Försäljningen, som främst är en service för medlemmarna, har gett ett litet överskott till föreningen.

## HFG:S JULGALA

2023 års Julgala den 17 december i Halmstad Arena var mycket lyckad. Temat för året var "Tusen och en Natt". Julgalan är en rolig och efterlängtd avslutning på året, för gymnaster som på ett lekfullt sätt får visa upp sina färdigheter samt för familj, släkt och vänner som får ta del av en häftig och energifylld gymnastikshow.

ÅR 2023 var ett rekordår med en mycket stor publik som var uppskattat av alla deltagare

## SPONSORER, LOTTERIER & ANDRA INKOMSTER

Föreningen har under året haft Huvud- och skyltsponsorer samt annonsörer som stöttat med kontanta medel eller med varor och tjänster för totalt 197 500 kronor.

### Väggalmanacka och lotter

Under 2023 tog styrelsen beslutet efter en undersökning hos medlemmarna att inte sälja lotter med anledning av bland annat spelmissbruk. Under flera föräldramöten har man efterfrågat att kunna köpa sig fri eller sälja förbrukningsvaror i stället för lotter/kalender.

Undersökningen visade att ca 75% vill köpa sig fria och resterande vill sälja. Föreningen kommer att ställa frågan varje år hur man vill göra, köpa sig fri eller sälja.

Bilderna från katalogen har alltid varit uppskattade och därför tar föreningen i stället fram en "skolkatalog" med gruppbilder och "actionbilder" Denna väljer man sedan om man vill beställa eller ej.

### Träningscampen och tävlingar

Träningscampen är en tillgång för HFG:s verksamhet. Vikten av bra genomförda arrangemang i form av tävlingar och uppvisningar är en bra inkomstkälla och ett tillskott som gör att vi kan fortsätta utvecklas. Tävlingar är något som HFG kan ansöka om varje år, men vet dock inte om man tilldelas någon/några. Av den anledningen har styrelsen arbetat med budgeten hårt under en period som ska säkra de fasta inkomsterna mot de fasta utgifterna.

### HFG:s arkiv

Klubbens arkivarie, Helén Andersson, har samlat in tidningsurklipp och artiklar som skrivits om föreningen under året. Allt finns förvarat och finns i arkivet i Gymnastikens hus. I arkivet finns även filmer från 1961 och framåt att ta del av.

### Huvudsponsorer 2023

- Arkitektkopia
- Eleiko Group AB
- Halmstad Kommun
- Halmstad Kakelhus
- Hotel Tylösand
- HFAB
- HS Mur & Kakelugnar
- Ica Supermarket Vallås
- Inredo
- Kents
- Länsförsäkringar Halland
- MTA Bygg & Anläggning,
- Scandigym
- Sign Solutions

## HFG I MEDIA

Under året har HFG:s gymnastikverksamhet omnämnts i media ett flertal gånger.

**Hallandsposten** har haft 6 stycken artiklar eller notiser om föreningen. Bland de större artiklarna är det om Niklas Andersson, Filip Lidbeck och JNM-kvalet i Trupp

**Halmstadssport** har haft digitala artiklar om HFG:s verksamhet under 2023.

### Sociala medier

Föreningen har konton på facebook, Instagram och TikTok där de har varit aktiva minst 1 ggr/vecka eller fler.

## HEMSIDOR

### IdrottOnline

Utbildning och hjälp med frågor som rör IdrottOnline har främst skett via RF-SISU Halland, Svenska Idrottsrörelsens Studieförbund.

### halmstadfrigymnaster.se

Regelbunden information om aktuella händelser från tränare, gymnaster och ledamöter i kommittéer till ansvariga för hemsidan har varit nödvändig för att kunna hålla hemsidan uppdaterad och läsvärd.

Ansvariga för hemsidan är anställda tränare och klubbdirektör. HFG är också aktiverade på Riksförbundets hemsida, IdrottOnline Klubb, där statligt lokalt aktivitetsstöd redovisas. Digitala bidragsansökningar/redovisningar görs också via IdrottOnline.

## MEDLEMSREGISTER / IT-FUNKTION

HFG:s internetbaserade medlemsregister i SportAdmin förbättras och kompletteras efter hand. Anställda samt ledamöter och ledare har olika behörighetsgrad och tillgång till systemet. Med hjälp av medlemsregistret underlättas kommunikationerna inom föreningen. Behandling av personuppgifter sker enligt GDPR.

Klubbens fakturering är kopplad till medlemsregistret och fakturor skickas ut via mejl. Närvarorapportering sker digitalt i medlemsregistret och systemet är

kopplat till Halmstad Kommun och RF för elektronisk redovisning av LOK-stöd.

HFG:s bokföring sköts via Swedbanks e-bokföring. Kontering och bokföring görs fortlöpande av kansliets personal. Föreningens kassör har det övergripande ansvaret och gör månatliga rapporter till styrelsen. Ytterligare en förtroendevald kan med tillgång till "tittfunktion" följa HFG:s ekonomi och bokföring.

## TRÄNARRÅD - TRUPP & AG

Tränarråden har haft som syfte att stärka och utveckla det gymnastiska inom såväl trupp- som AG-verksamheten. De har samlats fem gånger under året, några gånger gemensamt mellan båda tränarråden och vid vissa tillfällen separerade.

Under året har råden arbetat med den röda tråden och utvecklat den ytterligare, tränarråden arbetar målinriktat i den stora utmaningen att behålla gymnaster i en bred verksamhet för att nå framgångar i alla tävlings-sammanhang. De har påbörjat små förändringar som de tror är en nyckel "sudda ut" väggen mellan AG och Trupp, att dra nytta av de olika kunskaperna som finns i de båda hallarna och möjligheterna att träna på ett annorlunda sätt.

De har även lagt stort fokus på fristående för trupp, en handlingsplan för att stärka oss i den grenen, startat två nya basgrupper samt löst tränartillsättning och halltider. De har även följt upp planen för skadeförebyggande åtgärder för att säkra ett långsiktigt tränande och framtida leverne.

Den fasta agenda är:

- **Uppföljning** från föregående möte, resultat enligt plan eller ej
- **Säkerhet:** I hallen, redskap eller andra risker
- **Gymnaster:** Skadeläget, uppföljning av övningar från ledardagar samt planering av träning och uppföljning
- **Grupper:** Tränare, antal och kompetens, sammansättning av grupper samt schemaplanering och förändringar. Kompetens på Gruppen utefter övergripande mål för föreningen
- **Tävlingar:** Vilka finns under året, vilka ska vi vara med på, lagsammansättningar
- **Utbildningar:** Licensutbildningar, interna utbildningar
- **Övrigt**

## ANTALET AKTIVA GYMNASTER

Från 13 år och äldre, vid start vt2023

GRUPP	2019	2020	2021	2022	2023
Killar	25	32	38	35	29
Tjejer	50	53	45	40	39
<b>Totalt</b>	75	85	83	75	68

## MÅLSÄTTNING OCH RESULTAT 2023

Målsättning i HFG:s verksamhetsplan för 2023 samt svar på i vad mån de infriats, återges nedan.

GEMENSAMMA MÅL	UPPFYLLT	EJ UPPFYLLT	KOMMENTARER
Att minst en person deltar i en nationell kommitté	x		
Att föreningen är på plats vid förbundets aktiviteter med minst 2 deltagare	x		
Att AG- och trupptränarråd rapporterar till styrelsen 3ggr/år	x		
Att arrangera en stor nationell/internationell trupptävling		x	Fick ej någon tilldelad
Att arrangera en stor nationell/internationell AG-tävling	x		
Att ha aktiva ledare med relevant utbildning	x		
Att ha aktiva domare inom AG respektive Trupp	x		
Att aktivt arbeta med att "behålla" våra gymnaster i föreningen	x		
Att ta in nya gymnaster	x		
Att arbeta för att utöka verksamheten dagtid	x		
Att arbeta för att utöka hallytan för gymnastiken i Halmstad		x	Delvis uppfyllt

MÅL MAG	UPPFYLLT	EJ UPPFYLLT	KOMMENTARER
Medaljer SM i mångkamp/grenfinaler för seniorer	x	x	Ej uppfyllt i mångkamp
En senior kvalar in till EM-laget		x	Kvalade individuellt
Två seniorer kvalar in till VM		x	En person kvalade
Två seniorer kvalar in till Världscupen		x	En person kvalade
Filip Lidbeck till final i fristående på Världscup		x	0,03 poäng ifrån kval
Två ungdomar kvalar in till UNM och 2st finalplatser		x	
Pallplacering på Lag-SM	x		
Mångkamps- & grenmedaljer på Mälarcupen, juniorer och seniorer	x		
Mångkampsmedalj på tvåan och trean under Mästerskapshelgen och Svenska Cupen	x		
Gemensamma träningar mellan AG och Trupp	x		

MÅL TRUPP	UPPFYLLT	EJ UPPFYLLT	KOMMENTARER
Att delta på USM, JSM Mix och JSM Dam med en E-poäng på minst 7.0 i alla redskap	x	x	Dubbelt guld på USM trots ej E-poäng över 7 i ett redskap
Att kvala för JNM Mix	x		
Att ta delta på USM herr och ha en E-poäng med minst 7.0 i alla redskap	x		
Att ta delta på Riksstegen och ha en E-poäng på minst 7.0 i alla redskap	x		
Att ta medaljer på regionstävlingar med våra yngre gymnaster	x		
Att ha interna tävlingar mellan andra föreningar i Sverige		x	
Att ha föreningstävlingar under årets gång	x		
Att ha gemensamma träningar mellan AG och Trupp	x		



## BALANSRAPPORT 2023

	2023-12-31	2022-12-31
<b>Tillgångar</b>		
Inventarier	0 kr	0 kr
Andelar i Söndrumshallen	1000 kr	1000 kr
Varulager	15 152 kr	- kr
Kundfodringar	0 kr	394 658 kr
Övriga fodringar och förutbetalda kostnader	177 716 kr	119 638 kr
Kassa & bank	576 565 kr	887 921 kr
<b>Summa tillgångar</b>	<b>770 434 kr</b>	<b>1 412 783 kr</b>
<b>Eget kapital och skulder</b>		
Eget Kapital		
Balanserande överskott	456 820 kr	628 106 kr
Föregående års resultat	- 189 557 kr	- 69 224 kr
Årets resultat	277 950 kr	189 557 kr
Ändamålsbestämda medel	142 519 kr	142 519 kr
<b>Summa eget kapital</b>	<b>592 251 kr</b>	<b>675 145 kr</b>
<b>Obeskattade reserver</b>		
Tränings- och tävlingsgruppernas konton	139 152 kr	142 249 kr
<b>Skulder</b>		
Låneskulder	- kr	- kr
Leverantörsskulder	272 098 kr	209 866 kr
Skatteskulder	75 800 kr	45 356 kr
Övriga skulder	125 579 kr	110 398 kr
Upplupna kostnader och intäkter	107 489 kr	275 124 kr
<b>Summa skulder</b>	<b>39 029 kr</b>	<b>595 389 kr</b>
<b>Summa eget kapital och skulder</b>	<b>770 434 kr</b>	<b>1 412 784 kr</b>

## RESULTATRAPPORRT 2023

	UTFALL 2023	BUDGET 2023	UTFALL 2022
<b>Intäkter</b>			
Medlemsavgifter	208 750 kr	170 000 kr	156 600 kr
Offentligrättsliga bidrag	815 836 kr	597 100 kr	1 008 356 kr
Gåvor och bidrag	177 939 kr	107 000 kr	114 144 kr
Sponsor/Reklam	197 500 kr	230 000 kr	238 560 kr
Verksamhetsintäkter	4 752 540kr	3 008 000 kr	3 247 388kr
Övriga föreningsintäkter	732 151 kr	588 000 kr	519 752 kr
<b>Summa intäkter</b>	<b>6 884 716 kr</b>	<b>4 940 440 kr</b>	<b>5 307 473 kr</b>
<b>Kostnader</b>			
Föreningskostnader	-1 445 061 kr	-502 100 kr	-714 699 kr
Övriga externa kostnader	-2 177 439 kr	-1 357 450 kr	-1 514 156 kr
Personalkostnader	-2 990 229 kr	2 810 496 kr	-2 761 967 kr
Avskrivningar av inventarier	- kr	-33 000 kr	-104 609 kr
<b>Summa kostnader</b>	<b>6 612 730 kr</b>	<b>4 737 601 kr</b>	<b>5 096 431 kr</b>
Verksamhetens resultat före finansiella intäkter och kostnader	275 986 kr	177 894 kr	189 557 kr
Finansiella intäkter	1964 kr	300 kr	188 kr
Finansiella kostnader		- kr	
<b>Resultat</b>	<b>277 950 kr</b>	<b>177 894 kr</b>	<b>189 557 kr</b>

## KÄRA GYMNASTIKVÄNNER!

Det har varit ett framgångsrikt år för Halmstad Frigymnaster, där våra gymnaster återigen har levererat imponerande resultat i nationella och internationella tävlingar. Vår strategiska utveckling fortsätter för att möjliggöra en ännu bättre ekonomisk och gymnastisk framtid.

Vi vill också lyfta fram att vi aktivt har lyssnat på våra medlemmar och tagit till oss önskade förändringar, särskilt när det kommer till försäljningsaspekter. Era synpunkter har varit värdefulla och har påverkat vårt agerande för att skapa en ännu mer tillfredsställande upplevelse för er som medlemmar.

Ett stort tack riktas till våra dedikerade ledare, tränare, föräldrar och kommittéer för ert hårda arbete och engagemang. Utan er ovärderliga insats hade våra framsteg inte varit möjliga. Vi ser med spänning fram emot att fortsätta vår utveckling som förening och att möta de utmaningar och möjligheter det kommande året har att erbjuda.

Tack för ert ovärderliga stöd, och vi ser fram emot att fortsätta växa och utvecklas tillsammans som en stark och sammansvetsad gymnastikfamilj.

### Styrelsen

Halmstad Frigymnaster

---

#### Michael Hedlund

Ordförande

#### Mattias Candetoft

Vice ordförande

#### Elin Melin

Sekreterare

#### Magnus Ottosson

Ledamot

#### Thomas Larsson

Ledamot

#### August Pansell

Ledamot

#### Christian Byhmer

Ledamot

#### Kajsa Sellén

Suppleant

#### Caroline Torstensson

Klubbdirektör & kassör

Adjungerad ledamot

## REVISIONSBERÄTTELSE

Till årsmötet i Halmstad Frigymnaster

Organisationsnummer 849200-9116

### Rapport om årsredovisningen

#### Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för förvaltningen.

#### Revisorns ansvar

Vårt ansvar är att med rimlig säkerhet uttala oss om förvaltningen på grundval av vår revision.

Vi har utfört revisionen enligt god revisionsred i Sverige.

Som underlag för vårt uttalande om ansvarsfrihet har vi utöver vår revision av årsredovisningen granskat väsentliga beslut, åtgärder och förhållanden i föreningen för att kunna bedöma om någon styrelseledamot har företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till försummelse som kan föranleda ersättningskyldighet.

Åtgärd för upptäckt bokföringsfel 2015 är genomgången av revisorer där allt är korrekt korrigerat

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för vårt uttalande.

### Uttalanden

Styrelsens ledamöter har enligt vår uppfattning inte handlat i strid med föreningens stadgar. Vi tillstyrker att föreningens årsmöte beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Halmstad 2024-02-15

  
Niklas Johansson

Halmstad 2024-02-15

  
Anders Lindholm

## ETT STORT TACK TILL VÅRA HUVUDSPONSORER 2023





# HALMSTAD FRIGYMNASTER

---

GYMNASTIKENS HUS, BÄCKAGÅRDSVÄGEN 130, 302 41 HALMSTAD, 035-342 07