



# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

---

2022

# 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, trupp gymnastik samt manlig artistisk gymnastik. Halmstad Frigymnasters styrelse lämnar härmed följande berättelse över verksamheten 2022.

## STYRELSE

UPPDRAG	NAMN	ANSVARSRÅDE
<b>Ordförande</b>	Michael Hedlund	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arbetsgivaransvarig för klubbdirektör</li> <li>Förbereda styrelsemöten</li> <li>Övergripande ansvar för information, kommunikation, marknadsföring, media, omvärlds- och förbundsbevakning, krisgrupp, organisation- och stadgefrågor</li> </ul>
<b>Vice ordförande</b>	Mattias Candetoft	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ledarrekrytering</li> <li>Utbildning och ledarvård</li> <li>Barnkonventionen</li> <li>Tränarråd</li> </ul>
<b>Sekreterare</b>	Jani Minler	<ul style="list-style-type: none"> <li>Digitala kanaler</li> <li>Gymnastisk utveckling AG/Trupp</li> </ul>
<b>Kassör</b>	Caroline Torstensson	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ekonomi</li> </ul>
<b>Ledamot</b>	Elin Melin	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gymnastisk utveckling AG/Trupp</li> <li>Tränarråd</li> </ul>
<b>Ledamot</b>	Mattias Candetoft	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utbildning</li> <li>Gymnastisk utveckling AG/Trupp</li> </ul>
<b>Ledamot</b>	Magnus Ottosson	<ul style="list-style-type: none"> <li>Omvärldsbevakning</li> <li>Medlemsfrågor</li> </ul>
<b>Ledamot</b>	Thomas Larsson	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kontaktperson Frösakull</li> <li>Organisation- och stadgefrågor</li> </ul>
<b>Suppleant</b>	Christian Byhmer	<ul style="list-style-type: none"> <li>Marknadskommittén</li> </ul>
<b>Suppleant</b>	Sofie Johansson	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tävlingskommittén</li> </ul>
<b>Adjungerad</b>	Caroline Torstensson	<ul style="list-style-type: none"> <li>Heltidsanställd Klubbdirektör</li> <li>Minitrupper</li> <li>Breddgrupper</li> <li>Sö Ek Förening</li> <li>Julgala</li> <li>Kontaktperson diverse arrangemang</li> </ul>

## ÖVRIGA UPPDRAG

UPPDRAG	NAMN
Klubbdirektör	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caroline Torstensson</li> </ul>
Kanslist	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tinette Månsson (deltid 50%)</li> </ul>
Lokalvårdare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Susanne Mattson (deltid 50 %)</li> </ul>
Visstidsanställd, Trupp fr o m 1/2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Andreas Karlsson (100 %)</li> </ul>
Visstidsanställd, AG	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niklas Andersson (100 %)</li> </ul>
Hemsidesansvarig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Andreas Karlsson (trupp)</li> <li>• Niklas Andersson (MAG)</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>• Anna Vinberg</li> <li>• Sofie Johansson</li> <li>• Elisabeth Janver</li> <li>• Martin Näckdal</li> </ul>
Marknadskommitté	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Christian Byhmer (sammankallande)</li> <li>• Andrea Hanné</li> <li>• Pamela Hanné</li> <li>• Petronella Hyll</li> <li>• Ulrika Hyll</li> </ul>
Träningscampskommitté TCK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonas Nilsson (sammankallande)</li> <li>• Hans Svensson</li> <li>• Mats Johansson</li> <li>• Kerstin Olsson</li> <li>• Paula Wirdheim</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>• Katarina Larsson, Caroline Torstensson</li> </ul>
Representant i Söndrumshallen Ekonomisk Förening	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caroline Torstensson</li> <li>• Michael Hedlund (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 Hjärsman</li> <li>• Jonatan Eliasson</li> </ul>

## ÅRSMÖTE 2022

Föreningens årsmöte 2022-03-03 hölls digitalt med styrelsen samlad på Tylöhus. 43 personer, varav 39 röstberättigade var anmälda och deltog via Teams. Till mötesordförande valdes Peter Kellner, Ordförande Söndrums ekonomiska förening, och sekreterare Jani

Minler. Sedvanliga punkter avhandlades under mötet. I samband med årsmötet av- tackades avgående kassör Sandra Bengtsson samt styrelseledamöterna Andreas Arvidsson och Patrica Eliasson. Utmärkelser, Årets Frigymnast, 2022 tillkännagavs.

## STYRELSE- OCH KOMMITTÉMÖTEN SAMT ARBETSGRUPPER

Styrelsen har under sitt arbetsår genomfört 11 ordinarie protokollförda möten, samt flertalet arbetsmöten som ej protokollförts. Samtliga styrelseledamöter har haft olika ansvarsområden inom ramen för Halmstad Frigymnasters

verksamhet, detta för att styrelsen ska vara uppdaterad inom olika verksamhetsområden inför varje möte (se tabell ovan). 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 de sista mötet för året deltog en eller flera ledare från varje grupp från och med BAS till Elit bade inom MAG och Trupp.

### Ledardagar

Caroline Torstensson, Andreas Karlsson och Niklas Andersson.

### Verksamhetsplanering

Caroline Torstensson, Michael Hedlund, Jani Minler, Magnus Ottosson, Christian Byhmer, Sofie Johansson, Elin Melin, Mattias Candetoft och Thomas Larsson

## REPRESENTATION

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

### **Gymnastikförbundet Västs årsmöte**, digitalt

Michael Hedlund har ingått i GF Västs styrelse under 2022.

### **Gymnastikförbundets Förbundsmöte**, 23-24 april i Växjö

Caroline Torstensson var med på mötet i Växjö

### **Invigning av nya Padelhallen**, 2 juni i Söndrum

Mattias Candetoft

### **Gymnastikförbundets Manliga Tekniska Kommitté**

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

## UTMÄRKELSER & STIPENDIER

### Årets Frigymnast 2022: William Hyll

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" 2022 med följande motivering:



*Att bli Svensk Mästare kräver sina timmar på golvet och du har tillsammans med dina lagkompisar synliggjort HFG ofta under året med flera fina prestationer.*

*Det som gjorde att det blev just du har inte bara att göra med dina fina framgångar på tävlingar utan den fina ledare du är på hemmaplan. Du har tagit dig an en ledarroll i föreningen där du på kort tid har kommit att bli en mycket uppskattad ledare som inspirerar alla dina små adepter till att kanske komma lika långt som dig någon gång i framtiden.*

### Årets Ledare 2022: Andy Karlsson

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 2022" med följande motivering:



*Engagerad, stor kunskap, enormt omtyckt, lojal till föreningen och en gigantisk kärlek till sporten. Vill så otroligt mycket, är den som alltid gör det där lilla extra för att gymnasterna alltid ska lyckas både i hallen och utanför. Planerar in extraträningar och läger för att öka sammanhållningen och kunskapsnivån. Egenskaper som gör dig inte bara till en bra ledare utan en mycket uppskattad ledare av alla.*

*Vi har i Halmstad Frigymnaster under flera år fått in röster från föräldrar att just du borde bli årets ledare, men regler har sagt att det inte går. Men regler är ibland till för att brytas om det är i ett gott syfte.*

*Med otaliga föräldraröster genom åren och styrelsens är vi stolta över att årets ledare 2022 tilldelas Andy Karlsson.*



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

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 A-B	26	5
Minitrupp 2 A-B	30	5
Minitrupp 3 A-B	31	5
Minitrupp 5 A-B	32	5
Minitrupp 6 A-B	30	5
Basgrupp 15, 1	29	3
Basgrupp 15, 2	30	3
Trupp Flickor 14	28	12
Trupp Flickor 13-14	33	12
Trupp Flickor 12	22	4
Trupp Flickor 11-12	21	7
Trupp Pojkar 10-11	14	3
Trupp pojkar 12-14	12	3
Trupp Flickor 09-10	20	3
Trupp Flickor 07-08	11	5
Trupp Kvinnlig Ungdom/Junior/Senior	18	5
Trupp Manlig Ungdom/Junior/Senior	11	5
MAG Bas 14	11	2
MAG Pojk 1	11	4
MAG Pojk 2	9	3
MAG Ungdom/Junior	8	4
MAG Senior	3	3
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
Tränare/Ledare	66	68	74	65	75
Gymnaster	530	502	490	551	551
Medlemmar	882	848	792	792	880
Föräldrar i minitrupp					51

## GYMNASTER, TÄVLINGAR & TRÄNARE I LANDSLAG

Svensk Manlig Artistisk Gymnastik, MAG, har under 2022 haft två landslag; senior- och juniorlandslag samt Ledarutvecklingsgrupper (LUG). Uttagning till landslagen grundar sig på tävlingsresultat. Truppgymnastik, har under 2022 haft 6 stycken landslag; senior- och juniorlandslag i dam, herr och mixed.

### Seniorlandslaget MAG

Under 2022 har föreningen haft tre gymnaster i seniorlandslaget, Filip Lidbeck, William Hyll och Vilgot Hyll.

### Utvecklingsgruppen MAG

HFG-gymnasterna Gusten Hyll, Olle Bengtsson, Levi Hullegård, James Hanné och Nelson Hanné har ingått.

### Tränare i landslag

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

### Tävlingar i landslag

- Nord-EM MAG, november i Finland  
Filip Lidbeck, William Hyll och Vilgot Hyll var alla med och tävlade.
- EM TRUPP, 14-17 september i Luxemburg Guimaräes i Portugal  
Emma Björklund ingick i dam junior där laget tog hem ett silver.

## TÄVLINGAR & ARRANGEMANG

HFG:s tävlingsresultat redovisas separat.

### Genomförda arrangemang med Halmstad Frigymnaster som arrangör

- Årsmöte, 3 mars
- Riksettan Dam, Herr och Mix. Rikstvåan 13 år och äldre, 30 april- 1 maj
- Gymnastikens dag
- 4 stycken lägerveckor i Gymnastikens Hus
- Sommarfest på campen, 22 juli
- Ledarträff, 21 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
- Riksfyran herr 11 år och äldre, 19-20 november
- Svenska Cupen MAG, 24-27 november
- Julgalan, 18 december
- Redskap B, utbildning med instruktörer från gymnastikförbundet (2st)
- LUG-läger vid 3 olika tillfällen under året
- Landslagsläger MAG Senior

## TÄVLINGAR & RESULTAT TRUPP

TÄVLING	DATUM	KLASS	GRUPP	PLACERING			
				Lag	Tumb.	Tramp.	Frist.
Göstas cup	10 februari	8	Flickor 12	Inga resultat delgavs			
Göstas cup	10 februari	6	Flickor 09-10		-	2	-
R2 Halmstad	30 april- 1 maj	Dam 13 år + äldre	Kv Ung/Jun/Sen	4 (17)	7,4 (3)	7,3 (2)	6,1 (7)
Varbergscupen	7-8 maj	6	09-10, 3 lag	-	2	3	-
Varbergscupen	7-8 maj	7	Flick 11-12	Inga resultat delgavs			
Varbergscupen	7-8 maj	8	Flick 12	Inga resultat delgavs			
Varbergscupen	7-8 maj	4	Pojk 07-09	-	-	-	-
Varbergscupen	7-8 maj	4	Flick 07-08	-	2	-	1
Varbergscupen	7-8 maj	2	Kv Ung/Jun/Sen/Mix	-	-	-	-
R2 Järfälla	14-15 maj	Dam 13-16 år	Flick 07-09	6 (22)	7,2	7,9	67
R2 Järfälla	14-15 maj	Herr 13 år + äldre	Herr Ung/Jun/Sen	9 (9)	6,55	4,95	3,2
R2 Järfälla	14-15 maj	Mix 13 år + äldre	Kv + He U/J/S	2 (6)	6,8 (1)	7,3 (3)	5,45 (3)
USM Haninge	11 juni	Dam		12 (31)	6,8 (6)	6,3 (20)	7,0 (12)
USM Haninge	11 juni	Herr		2 (4)	6,6 (4)	7,7 (1)	4,25 (1)
USM Haninge	11 juni	Mix		2 (4)	6,9 (2)	7,3 (2)	5,9 (1)
Junior-EM	14 september	Dam	Emma Björklund del av lag	2			
Höstkampen, Fkbg	22 oktober	Flickor 12		Inga resultat delgavs			
		Flickor 11-12		Inga resultat delgavs			
		Flickor 09-10			3		
R2 Göteborg	12-13 november	Herr 13 år & äldre		2 (4)	7,7 (1)	6,15 (3)	6,1 (2)
		Mix 13 år & äldre		2 (4)	6,95 (2)	6,8 (2)	6,3 (2)
		Dam 13 år & äldre		13 (16)	7,7 (4)	5,15 (14)	6,4 (9)
Varbergsklassen	3-4 december	Nivå 7, 4 lag		Inga resultat delgavs			
		Nivå 5, 1 lag		Inga resultat delgavs			
		Nivå 2 Mix, 15 lag			6,95 (3)	5,95 (8)	7,2 (13)

## TÄVLINGAR & RESULTAT AG, VÅRTERMIN

TÄVLING	KLASS	NAMN	PLACERING						
			Lag/Mångk.	Frist.	Bygel	Ringar	Hopp	Räck	Ringar
Norge, Oslo, 7-8 maj	Senior	Vilgot, William, Filip	2						
Göteborgsm., 14 maj	Femman	Olle B	1	1	1	1	3	4	3
	Femman	Gusten H	5	2	5	4	5	5	2
	Fyran	Nelson H	3	1	3	3	2	2	3
	Fyran	Alexander S:M	4	4	4	4	4	4	4
	Öppen	Eskil A	2	1	1	1	1	1	3
	Tvåan	Levi H	1	4	1	2	5	1	1
	Tvåan	Oliver S	3	5	5	4	6	3	2
	Tvåan	James H	4	3	4	6	1	5	5
	Tvåan	Magnus A	8	8	5				6
	Tvåan	Felix G	10	9		10	10		
	Tvåan	Aston B			8	7			
	Tvåan	Edvin B			9		8	9	
	Tvåan	Levi V						4	8
	Tvåan	Matheo F							8
	Tvåan Pokalen	Ebbe H,	2	6	1	6	1	3	1
	Tvåan Pokalen	Albert J	3	3	4	5	4	5	4
Mästerskapshelgen	JSM	Wille L	10	5		8	2		
27 maj	JSM	Ali A			7				
	Öppet Pokalen	Eskil A	4	1	3		4		4
	Femman	Gusten H	2	3	2	2	2		3
	Femman	Olle B	4			4	4	3	4
	Fyran	Nelson H	6				1	5	
	Tvåan	Oliver S	6	4	8	8			2
	Tvåan	James H	7	8			2		
	Tvåan	Levi H	4		1	3	1	5	1
	Tvåan	Magnus-Alexander	8		6				
	Tvåan	Aston B			7				
	Tvåan	Edwin B					7		
	Tvåan Pokalen	Albert JW	3	2				3	
	LAG-SM	LAG HFG	3						
		William H	6	1	5	9	4	9	
		Vilgot H		5			2		
		Filip				4	1		5
		Wille L							
SM 26 Juni	Senior	William H	10	1	5	6			3
	Senior	Filip Lidbeck	15				1		

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

## TÄVLINGAR &amp; RESULTAT AG, HÖSTTERMIN

TÄVLING	KLASS	NAMN	PLACERING						
			Lag/Mångk.	Frist.	Bygel	Ringar	Hopp	Räck	Ringar
Mälarcupen, 4 nov	Youth	Gusten H	3	1	1	3	1		
	Youth	Olle B	3	3	4	1	2	4	
	Junior	Wille L		4			1		
	Junior	Ali A		3					
	Senior	William H	3	1					
	Senior	Filip L	3				1		
	Senior	Vilgot H	3				2		
Götacupen, 11 nov	Tvåan	Felix GG	10				2		10
	Tvåan	Oliver S	2	3	1	2	4	4	5
	Tvåan	Wille B		9					
	Tvåan	James H	4	4		6	3	7	3
	Tvåan	Aston B			5	5			
	Tvåan	Nelson KL			8				
	Tvåan	Magnus-Alexander			10				
	Tvåan	Edvin B					7		
	Tvåan	Matheo F					5		
	Tvåan	Ellis G					9		
	Trean	Levi H	2	2	2	2	2	4	2
	Trean	Albert JW	7	6	6	6	9	7	9
	Fyran	Nelson H	4	4	4	4	4	4	4
	Femman	Gusten H	6	1	7	3	6	7	2
	Femman	Olle B	7	3	6	7	4	2	7
ÖP	Eskil A	2	1	2	2	3	3	3	
ÖP	Alexander SM	1	2	1	1	2	1	1	
HFG Lag		2							
Nord-EM , 19 nov	Senior	William H	26	15	16	23	28	34	25
	Senior	Filip L	38	38			5	11	36
	Senior	Vilgot H	19	30	11	37	13	21	
Svenska Cupen, 25 nov	RP 2	Nils Nöjd	1	1	4	3	1	2	3
	RP 2	Ellis G	2	2	3	1	2	1	5
	RP 2	Hannes N	4	3	1	4	5	5	4
	RC 2	Oliver S	3	3	8	8	5	5	4
	RC 2	Felix GG		9			6		
	RC 2	Magnus-Alexander			8				
	RC 2	Aston B			8	9			
	RC 2	Edvin B					3		
	RC 2	Matheo F					10		



TÄVLING	KLASS	NAMN	PLACERING						
			Lag/Mångk.	Frist.	Bygel	Ringar	Hopp	Räck	Ringar
Svenska Cupen	RC 3	Levi H	2	3	1	5	1	8	2
	RC 3	Albert JW					9		
	RP Ö	Eskil A	1	1	1	2	1	4	1
	RP Ö	Alexander SM	2	2	3	2	2	2	2
	RC 5	Gusten H	5	2	4	6	3	8	2
	RC 5	Olle B	6	1	6	8	1	3	3
	Senior	Filip L		3			1		
	Senior	William H	2	2	7	6		7	5
	Senior	Vilgot H				9	4		
	Junior	Wille L					7		

## 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 get ur flertalet nyhetsbrev som kortfattat sammanfattar det som har hänt och vad som kommer, allt för att få ut information till Ila. Ett tillfälle att samla information och lyfta viktiga ämnen.

### Tävlingar och träningar

Trots att början av året fortfarande präglades av Covid-restriktioner så kunde alla lagen tävla som vanligt under året. Alla resultaten finner ni på föregående sidor.

Vi har under året kontinuerligt fyllt på med gymnaster som star på kö till alla olika grupper. Ett lyckat steg var 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 orkar träna på en viss nivå.

På höstlovet genomfördes en höstlovsläger för gymnaster födda mellan 2012-2015. All vinst som blev över sattes till de ledare som var med för en framtida träningsläger till Italien.

### 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 dom 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. En av tävlingarna avslutades med ett disco för de yngre gymnasterna anordnat av de äldre samt vår anställde tränare inom trupp. Alla arrangemang var mycket populära.

Vi har haft uppvisning på Hallarna tillsammans med Sportlotten.

I september gav sig ett stort följe från HFG i form av ledare, föräldrar och lagkamrater ner till Luxemburg för att heja på Sverige på EM i trupp gymnastik, och lite extra på vår egen gymnast Emma Björklund samt vår före detta gymnast Hilda Carlsson. Vi var totalt 9 stycken som var där.

## EKONOMISKT STÖD SAMT BIDRAG VID SPECIELLA ARRANGEMANG

Under 2022 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 (barr)	90 000 kr
Utbildning Code of Points	30 000 kr
Ica Maxi Miljonen	10 000 kr
Förbundsdomarutbildning	9 000 kr
Utbildning	30 000 kr
Återstart, ledarskap och funktionärsutveckling	32 000 kr
Sparbanks Stiftelsen	40 000 kr

## GYMNASTIKENS HUS

Investeringarna i redskap under 2022 har varit sparsamma under året. Vi har beställt en ny barr med hjälp av bidrag från Halmstad Kommun. Reparation och underhåll av "fasta" redskap har regelbundet utförts av egna tränare, allt för att hålla redskapen i bra skick. Ambitionen att hålla nere kostnader och samtidigt kunna skapa utrymme har varit hög.

## SOMMARTRÄNING

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

Träning för truppgymnaster under sommaren 2022 riktade sig i första hand till de yngre gymnasterna, de erbjöds dagläger under veckorna 25, 26, 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 truppgymnaster 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 under större delen av sommaren.

## 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 uppfräschning.

2022 investerades det i ny trall utanför stuga 1,2 och 3 samt ett nytt staket. Stuga 1, 2 och 3 har även fått nya tak på uterummen.

Höstens arbetsdagar har till största uppgift att stänga sommaren och "vinter- bona" 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 och sommarfest

Gymnastikens Dag genomfördes enligt tradition den 26 juni i ett varmt och soligt Frösakull. Sommarfesten var en lyckad tillställning då vi även passade på att heja på Svergie i fotbolls-EM.

Vi hade en hel del träningar under sommaren i träningscampen, 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 Filip Lidbeck, Vilgot Hyll och William Hyll. Johan Slånmark har vid olika tillfällen haft morgonträning för flera gymnaster.

## 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. Vi har under året arbetat och utvecklat vår ledarguide som ett styrande men också levande dokument. Mycket uppskattat av alla ledare att det finns tydligare ramar och struktur.

### 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 85 personer som har gått olika utbildningar digitalt eller i fysisk form.

### Exempel på utbildningar

- 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
  - Mentorsprogram CoP (förbundsdomare)
- 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, har varit engagerad vid föreningens tävlingar och uppvisningar under året. Fysioterapeuten 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.

gärdena 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.

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-

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. Under hösten togs en supportertröja fram som har sålts direkt på 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

2022 års Julgala den 18 december i Halmstad Arena var mycket lyckad. Temat för året var "Superhjältar" Julgalan är en efterlängtd gala, att äntligen kunna få visa upp sig utan prestationskrav och där flera från

familjen oftast har en möjlighet att vara med då den inte kunnat. Trots att det var final i fotbolls- VM vid samma tillfälle var det en stor publik som var och såg uppvisningen

## 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 355 000 kronor.

### Väggalmanacka

Under 2022 har vi fortsatt det framgångsrika konceptet med att producera och sälja en egen väggalmanacka med fotografier av samtliga grupper. Till kalendern är det kopplat ett lotteri. Almanackan är i A4-format och varje lott och kalender kostar 100kr/st. Almanackan inbringade ett netto på över 122 000 kronor kontant till föreningen, 70 500 kr i varor och tjänster samt 27 000 kronor till gymnastgrupperna.

Halmstad Frigymnaster är sedan hösten 2012 registrerade i Svenska spels satsning Gräsroten. Flera personer har i samband med spel gett sin bonus till HFG och på så sätt har föreningen fått 6 584kr

### Träningscampen och tävlingar

Träningscampen har stor betydelse för HFG:s ekonomi och är en av grunden för föreningen. Även tävlingar och uppvisningar är mycket viktiga inkomstkällor. 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. En del av det arbetet utmynnade i högre träningsavgifter under året.

### 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 2022

- Arkitektkopia
- Christof Jeppsson Musikprodukt AB
- Eleiko Group AB
- Golvlyftarna
- Halmstad Kommun
- Halmstad Kakelhus
- Hotel Tylösand
- HFAB
- HS Mur & Kakelugnar
- Hyrtab
- Ica Supermarket Vallås
- Kents
- Länsförsäkringar Halland
- MTA Bygg & Anläggning,
- Quicksearch
- Scandinox AB
- Scandigym
- Sign Solutions

## HFG I MEDIA

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

**Hallandsposten** har haft 9 stycken artiklar eller notiser om föreningen. Bland de större artiklarna är det om Niklas Andersson, William Hyll, Filip Lidbeck och Rikstvåan i Halmstad

**Halmstadssport** har haft digitala artiklar om HFG:s verksamhet under 2021.

### Sociala medier

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

## HEMSIDOR

### IdrottOnline

HFG:s hemsida är knuten till IdrottOnline vilket är ett gemensamt verksamhetssystem för svensk idrott och utgör basen för all kommunikation och administration mellan medlem, förening och förbund.

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 med viss hjälp av marknadskommittén. 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 vt2022

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

## MÅLSÄTTNING OCH RESULTAT 2021

Målsättning i HFG:s verksamhetsplan för 2022 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 inför styrelsemöte		x	
Att arrangera en stor nationell/internationell trupptävling	x		
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		

MÅL MAG	UPPFYLLT	EJ UPPFYLLT	KOMMENTARER
Medaljer SM i mångkamp/grenfinaler för seniorer	x	x	Ej uppfyllt i mångkamp
Medaljer SM i Mångkamp/grenfinaler för seniorer		x	Vi tog medalj i grenfinaler
En senior kvalar in till EM-laget		x	
En senior kvalar in till VM		x	
Två seniorer kvalar in till Världscupen		x	
Två seniorer med i NM-kvalet		x	
Finaler för ungdomar på Mälarcupen	x		
Pallplats i fyran och femman på Mästerskapshelgen samt Svenska cupen	x		
Fem gymnaster med i utvecklingsgruppen	x		
Gemensamma träningar mellan AG och Trupp	x		
Interna tävlingar mellan föreningar i Väst/Södra Sverige		x	

MÅL TRUPP	UPPFYLLT	EJ UPPFYLLT	KOMMENTARER
Att delta på USM, JSM Mix och JSM Dam	x	x	
Att delta på USM Herr	x		
Att ta delta på AM-nivå genom samverkan med andra föreningar	x		
Att ta medalj på Riksstegen	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 2022

	2022-12-31	2021-12-31
<b>Tillgångar</b>		
Inventarier	0 kr	104 608 kr
Andelar i Söndrumshallen	1000 kr	1 000 kr
Varulager	- kr	- kr
Kundfodringar	394 658 kr	249 565 kr
Övriga fodringar och förutbetalda kostnader	119 638 kr	292 898 kr
Kassa & bank	887 921,69 kr	461 802 kr
<b>Summa tillgångar</b>	<b>1 412 783 kr</b>	<b>1 109 873 kr</b>
<b>Eget kapital och skulder</b>		
Eget Kapital		
Balaserande överskott	628 106 kr	705 804 kr
Föregående års resultat	- 69 224 kr	-172 762 kr
Årets resultat	189 557 kr	-77 697 kr
Ändamålsbestämda medel	142 519 kr	106 519 kr
<b>Summa eget kapital</b>	<b>675 145 kr</b>	<b>599 286 kr</b>
<b>Obeskattade reserver</b>		
Tränings- och tävlingsgruppernas konton	142 249 kr	103 714 kr
<b>Skulder</b>		
Låneskulder	- kr	- kr
Leverantörsskulder	209 866 kr	141 531 kr
Skatteskulder	45 356 kr	20 784 kr
Övriga skulder	110 398 kr	137 496 kr
Upplupna kostnader och intäkter	275 124 kr	185 193 kr
<b>Summa skulder</b>	<b>595 389 kr</b>	<b>485 006 kr</b>
<b>Summa eget kapital och skulder</b>	<b>1 412 784 kr</b>	<b>1 188 006 kr</b>

## RESULTATRAPPORT 2022

	UTFALL 2022	BUDGET 2022	UTFALL 2021
<b>Intäkter</b>			
Medlemsavgifter	156 600 kr	168 000 kr	176 000 kr
Offentligrättsliga bidrag	1 008 356 kr	801 940 kr	879 283 kr
Gåvor och bidrag	114 144 kr	107 000 kr	279 990 kr
Sponsor/Reklam	238 560 kr	269 500 kr	229 060 kr
Verksamhetsintäkter	3 247 388kr	3 008 000 kr	1 996 218 kr
Övriga föreningsintäkter	519 752 kr	588 000 kr	583 508 kr
<b>Summa intäkter</b>	<b>5 307 473 kr</b>	<b>4 940 440 kr</b>	<b>4 144 059 kr</b>
<b>Kostnader</b>			
Föreningskostnader	-714 699 kr	-502 100 kr	-248 586 kr
Övriga externa kostnader	-1 514 156 kr	-1 357 450 kr	-1 081 042 kr
Personalkostnader	-2 761 967 kr	2 810 496 kr	-2 774 063 kr
Avskrivningar av inventarier	-104 609 kr	-90 000 kr	-118 355 kr
<b>Summa kostnader</b>	<b>5 096 431 kr</b>	<b>4 737 601 kr</b>	<b>-4 222 046 kr</b>
Verksamhetens resultat före finansiella intäkter och kostnader	189 557 kr	177 894 kr	-77 989 kr
Finansiella intäkter	188 kr	300 kr	288 kr
Finansiella kostnader		- kr	-292 kr
<b>Resultat</b>	<b>189 557 kr</b>	<b>177 894 kr</b>	<b>-77 697 kr</b>

## KÄRA GYMNASTIKVÄNNER!

Vi kan stolt konstatera att det har varit ett framgångsrikt år för Halmstad Frigymnaster. Vi har sett en ökning av antalet medlemmar och våra gymnaster har presterat på högsta nivå i både nationella och internationella tävlingar.

Vi vill tacka alla våra ledare, tränare, föräldrar, kommittéer och föreningens styrelse för ert engagemang och hårda arbete under året. Utan er skulle det inte ha varit möjligt att uppnå det vi har gjort. Vi ser fram emot att fortsätta utvecklas, växa som förening och vad det nya året kommer att bjuda på.

Tack för ert stöd och vi hoppas att ni kommer att fortsätta vara en del av vår gymnastikfamilj.

### Styrelsen

Halmstad Frigymnaster

---

#### Michael Hedlund

Ordförande

#### Mattias Candetoft

Vice ordförande

#### Jani Minler

Sekreterare

#### Magnus Ottosson

Ledamot

#### Thomas Larsson

Ledamot

#### Elin Melin

Ledamot

#### Christian Byhmer

Ledamot

#### Sofie Johansson

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 revisionsssed i Sverige.

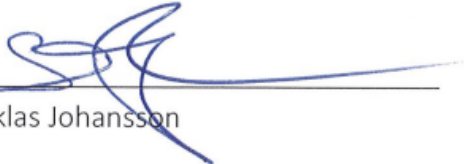
Som underlag för vårt uttalande om ansvarsfrihet har vi utöver vår revision av årsredovisningen granskat väsentliga beslut, åtgärder och förhållanden i föreningen för att kunna bedöma om någon styrelseledamot har företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till försummelse som kan föranleda ersättningskyldighet.

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

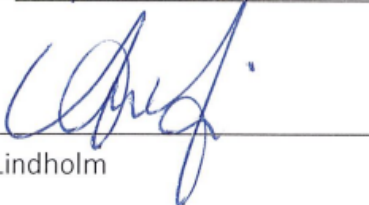
### Uttalanden

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 9/2-23

  
Niklas Johansson

Halmstad 9/2-23

  
Anders Lindholm

## ETT STORT TACK TILL VÅRA SPONSORER 2022





# HALMSTAD FRIGYMNASTER

---

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