

# Kondition & Styrka

## Verksamhetsberättelse 2024

---



**Sektionen** har under 2024 bestått av:

- Åsa Byström, ordförande
- Ann-Sofi Börnå, kassör
- Malin Johansson

### **Kondition & Styrka**

Vi startade vårterminen 2023 andra veckan i januari. Det med gymna på måndagar, cirkelfys på torsdagar och gymna på söndagar. I maj fick vi vårfeeling och flyttade ut några pass på multiarenan.

Sommarens aktiviteter startades upp veckan efter midsommar och bedrevs på Högby IP i vanlig ordning. Vi erbjöd två pass i veckan och många kom och tränade med oss, både ortsbefolkningen och sommarboende! Gympan flyttade vi till multiarenan v 33 och körde där ett par veckor Cirkelfysen kördes i Åkerbohallen. Från v 37 kördes alla 3 passen inomhus igen.

Vi saknar fortfarande Lilla Hallen. Som det verkar just nu kommer den att rivas och en tillbyggnad till stora hallen ska byggas. Det hoppas vi sker och att det sker inom den närmaste tiden!

Under december månad gjorde vi återigen en digital träningskalender som kunde följas på Facebook och Instagram.

Ledare under året har varit Malin Johansson, Johanna Persson, Åsa Byström.

### **Barngymnastik**

Barngymnastiken hade under våren en grupp med barn födda 2018/2019 samt en grupp för barn födda 2020. Under hösten har det varit en grupp med barn födda 2019/2020.

Barngymnastiken har haft totalt ca 30 deltagare under året! Härligt! Även här saknar man dock lilla hallen med redskap mm. Ledare för grupperna har varit Sarah Johansson Linda Fredin och Helene Persson. Under hösten har Sarah haft gruppen själv.

### **Avgifter**

För vuxengympan har terminsavgiften varit 350 kr. Barngympan's terminsavgift har varit 150 kr.

### **Arrangemang**

Kondition & Styrka stod för uppvärmning på Påskracet, Hornsjön Runt och Pumparacet.

### **Tack**

Tack till alla våra duktiga **ledare** inom Kondition & Styrka. **Ni är guld värda!**

Tack vår kassör **Ann-Sofi Börnå** som varje termin arbetar med terminsavgifterna från våra deltagare.

Tack **Lasse Karls** som alltid hjälper oss med allt!

Och till sist ... **Tack alla glada motionärer som kommer på våra pass!**

Vi hälsar nya och gamla ”motionärer” välkomna till oss under 2025

2025-03-03

*Åsa Byström ordförande i Kondition & Styrka Högby IF*

