

Kondition & Styrka

Verksamhetsberättelse 2025



Sektionen har under 2025 bestått av:

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

Kondition & Styrka

Vårterminen

Vi startade vårterminen 2025 andra veckan i januari, som vanligt med 3 tillfällen i veckan. Vi har ca 50 st som är aktiva på någon eller en eller flera av våra grupper. Kondition och styrka på måndagar, cirkelfys på torsdagar och gympa på söndagar. Vi arrangerade en träningslördag i februari då vi körde all våra pass och avslutade dagen med en lunch på Kalk. Under våren har vi även kört popup-pass med step. I maj fick vi vårfeeling och flyttade ut några pass på multiarenan.

Under sommaren har vi i vanlig ordning kört våra gruppPASS på Högby IP. Vi erbjöd två pass i veckan och många kom och tränade med oss, både ortsbefolkningen och sommarboende! Eftersom vädret var så härligt i augusti körde vi även v 33 på IP, dvs en vecka längre än vi brukar. Därefter gick vi in med cirkelfysen men fortsatte att köra ute på multiarenan i Löttorp. Från v 38 kördes alla 3 passen inomhus igen.

Nu är det på gång med en tillbyggnad till Åkerbohallen vilket vi verkligen ser framemot. En ny "Lilla Hallen" ska byggas!

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

Barngymnastik

Barngymnastiken har under året haft två grupper. Bamsegruppen, med barn födda 2020, där det varit 11 barn inskrivna samt Lilleskuttgruppen, för barn födda 2021/2022, där det varit 16 barn inskrivna. Härligt med så många aktiva barn i dessa åldrar! Barngymnastiken längtar efter den lilla hallen då det blir lättare att anordna aktiviteterna. Ledare för båda grupperna har varit Sarah Johansson med viss hjälp från föräldrar.

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, Pumparacet och Tomteracet.

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 2026

2026-03-01

Åsa Byström ordförande i Kondition & Styrka Högby IF