

Verksamhetsberättelse

2025

STENSTANS GYMMIXFÖRENING SUNDSVALL

FÖREDRAGNINGSLISTA

1. Mötets öppnande
2. Fastställande av röstlängd för mötet
3. Val av ordförande och sekreterare för mötet
4. Val av två justeringsmän samt rösträknare
5. Fråga om mötet utlysts i behörig ordning
6. Fastställande av föredragningslista
7.
 - a) Fastställande av styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret
 - b) Fastställande av styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret
8. Fastställande av revisionsberättelsen för det gångna verksamhets/räkenskapsåret
9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid som revisionen avser
10. Behandling av förslag från styrelsen och i rätt tid inkomna motioner.
Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast fyra veckor innan mötet.
11. Fastställande av medlemsavgift
12. Fastställande av verksamhetsplan samt budget för det kommande verksamhets/räkenskapsåret
13. Val av
 - a) föreningens ordförande för en tid av ett år;
I tur att avgå: Christina Bredal
 - b) två styrelseledamöter för en tid av två år;
I tur att avgå: Madelene Holm och Sandra Berglund
 - c) en revisor jämte en suppleant för en tid av ett år;
I tur att avgå: Maria Johansson och Maria Gissberg
 - d) två ledamöter i valberedningen för en tid av ett år, av vilka en ska utses till ordförande;
I tur att avgå: Maria Johansson och Mikael Johansson
14. Övriga frågor
15. Mötet avslutas

Verksamhetsrapport 2025

Stenstans Gymmixförening i Sundsvall får härmed avge följande berättelse över föreningens verksamhet, arbetsåret 2025.

FÖRENINGENS ADRESS:

Stenstans Gymmixförening i Sundsvall
Lunde 111
864 91 MATFORS

Telefon: 070-287 94 23
Plusgirokonto: 28 72 16-6

STYRELSEN

Ordförande

Christina Bredal, Segelvägen 45, 856 53 SUNDSVALL, tfn. 073-072 99 84

Sekreterare

Madelene Holm, Lunde 111, 864 91 MATFORS, tfn. 070-287 94 23

Kassör

Margareta Jansson, Kallövägen 18, 862 96 NJURUNDA, tfn. 070-660 51 79

Ledamöter

Kerstin Holmqvist-Larsson, Luleåvägen 115, 857 31 SUNDSVALL, tfn. 070-237 40 84

Sandra Berglund, Mo 215, 835 96 TRÅNGSVIKEN, tfn. 070- 609 52 06

SAMMANTRÄDEN

Styrelsen har under året genomfört tre (3) protokollförda sammanträde samt ett (1) konstitueringsmöte.

Där emellan har telefon- och mailkontakt samt digitala avstämningar hållits.

Vid styrelsesammanträdet har i huvudsak verksamheten och föreningens vidare utveckling tagits upp och diskuterats.

VERKSAMHETEN

6 ledare har under året sett till att gymnastik bedrivits enligt följande:

Barngympa: Högoms skola
Vattengympa: Himlabadet

ANTAL MEDLEMMAR UNDER 2025

Antal	Under 7 år	7 - 12 år	13 – 20 år	21 – 40 år	41 - år	Summa
Medlemmar Kvinnliga	11	1		2	156	170
Medlemmar Manliga	1				19	20
Summa kvinnliga och manliga aktiva medlemmar						
Summa kvinnliga och manliga passiva medlemmar						
Antal medlemmar TOTALT						190 + 0 = 190

WEBBPLATS

Föreningens webbplats hittas under adressen www.stenstansgymmix.se. Sandra Berglund administrerar webbsidan med support från Vision Media.

UTBILDNING

Ingen utbildning har varit aktuell under verksamhetsåret.

MEDLEMSAKTIVITET

Den 3 oktober anträdde 40 förväntansfulla medlemmar den buss som skulle ta oss till vårt slutmål Sollefteå. Ett första stopp gjordes på Härnösands Bilmuseum. Efter det var det dags för lunch på nya Härnö Gin Hotell i Härnösand. Därefter körde bussen till hotell Hallstaberget i Sollefteå där det bjöds på egen tid och där många valde att njuta i hotellets fina spa- och relaxavdelning. På lördag förmiddag gjordes ett besök på Mjälloms Tunnbröd där många shoppade. Det shoppades också i den nyöppnade inredningsbutiken som ligger granne med bageriet. Efter det körde vår härliga chaufför oss till Anders och Barbro Åbergs livsverk ”Mannaminne”. Där startade vi med lunch innan det blev en 2 timmars guidning på området. Dagen till ära var det kanelbullens dag så ett kort överraskande fikastopp gjordes på vägen tillbaka till Sollefteå. På söndag fanns möjlighet till sovmorgon, en lång frukost eller några timmar på hotellets SPA- och relaxavdelning innan vi lämnade Sollefteå. På väg hemåt gjordes ett besök på Hemsö Fästning där det även serverades lunch innan vi sen eftermiddag var tillbaka i Sundsvall.

LEDARAKTIVITER

Som avslutning på vårterminen träffades alla ledarna på Restaurang Norra Kajen 4. Där summerade vi vårens verksamhet och åt en god middag.

Den 24 oktober åkte 5 ledare till Stockholm för trevlig samvaro och aktiviteter. På fredag kväll lagade vi italiensk mat som vi sedan avnjöt tillsammans. Lördag förmiddag ägnades åt föreningsutveckling med bl.a. webbsidan. Tillsammans tog vi sedan en promenad genom gamla stan så avslutades på slottet där det var vaktombyte. På kvällen åt vi en god italiensk middag och som avslutning på kvällen var vi på Magnus Uggla, ”50 år på tronen”. På söndag morgon styrde vi hemåt igen.

Som avslutning på höstterminen träffades ledarna den 14 december för att baka tunnbröd i bagarstugan på hembygdsgården i Selånger. Denna gång fick även respektive vara med om man ville. Kaka på kaka kavldes och gräddades och alla fick prova på de olika momenten. Som avslutning gräddade vi pizzor i bakugnen. Mycket gott och välbehövligt efter allt bakande.

FÖRSÄKRING

Stenstans Gymmixförening i Sundsvall har en idrottsförsäkring tecknad med Pensum. Detta innebär att våra medlemmar är försäkrade vid direkt resa till och från gympapassen samt under passen. Ersättning lämnas för olycksfallsskador. För kontrollerad aktivitet som anordnas på annan ort än hemorten (även utomlands) gäller försäkringen under resor och vistelse.

AVGIFTER TILL STIM OCH SAMI

Föreningen har avtal tecknade med STIM (Svenska Tonsättares Internationella Musikbyrå) och SAMI (Svenska Artisters och Musikers Intresseorganisation). Detta innebär att vi är skyldiga att betala för den musik som vi använder under samtliga gympapass enligt följande uppdelning:

Ledarledda träningspass

- * Antal pass/år med max 25 deltagare (STIM)
- * Antal pass/år med 26 – 75 deltagare (STIM)
- * Antal pass/år med fler än 75 deltagare (STIM)
- * Antal kortpass/år (max 30 minuter) (STIM)
- * Antal pass/år med upp till 25 deltagare (SAMI)
- * Antal pass/år med över 25 deltagare (SAMI)

Barngrupper

- * Antal barngrupper/år med upp till 25 deltagare (STIM)
- * Antal barngrupper/år med över 25 deltagare (STIM)
- * Antal pass/år med upp till 25 deltagare (SAMI)
- * Antal pass/år med över 25 deltagare (SAMI)

Ledare

- * Antal ledare (som själva kopierar eller lagrar musik) (STIM)

SLUTORD

Stenstans Gymmixförening i Sundsvall avslutar sitt 32:a verksamhetsår.

Ett år där vi har haft en uppskattad medlemsaktivitet i form av en resa samt haft en större ledaraktivitet.

Arbetet med att synliggöra föreningen har fortsatt, framför allt under våren. Vi stod en förmiddag på Himlabadet och delade ut infoblad om oss och att det var möjligt att komma och prova på vattenträning utan kostnad. Vi fick många som kom och provade på efter den insatsen och vi fick också flera som fortsatte terminen ut. Vi hade hoppats på att många skulle stanna kvar och även gå höstterminen, men tyvärr fick vi inte det resultat vi hade hoppats på. Vi har också, tillsammans med Vision Media, fortsatt att utveckla vår webbsida.

Nu lägger vi ännu ett verksamhetsår till handlingarna och blickar fram mot ett nytt.

Styrelsen vill framföra sitt tack till alla som gjort det möjligt att genomföra verksamhetsåret samt till alla medlemmar som visat sin uppskattning för det arbete som lagts ner under året.

Till sist ett varmt tack till Gymnastikförbundet Mitt, Västernorrlands Idrottsförbund SISU och Sundsvalls kommun för ett gott samarbete under det gångna verksamhetsåret. Vi vill också framföra ett stort tack till personalen vid Himlabadet för den hjälp vi fått under året samt för trevligt bemötande.

För STENSTANS GYMMIXFÖRENING I SUNDSVALL styrelsen

Sundsvall i mars 2025

Christina Bredal
Ordförande

Madelene Holm
Sekreterare

Margareta Jansson
Kassör

Kerstin Holmqvist-Larsson
Vice ordförande

Sandra Berglund
Ledamot

VERKSAMHETSPLAN 2026

Stenstans Gymmixförening i Sundsvall har som mål:

- *) Fortsätta att bedriva vattenträning på Himlabadet och barngympa på Högoms skola.

- *) Jobba aktivt med marknadsföring för att locka nya medlemmar till föreningen.

- *) Arbeta aktivt med webbsidan så att den avspeglar oss som förening.