

INBJUDAN

Välkomna till årsmöten för Motala Frisksportklubb och Motala Frisksportungdom 18 augusti klockan 18:00 i frisksportstugan i Råsnäs. Vi bjuder på lättare förtäring! I det här häftet finner du årsmöteshandlingarna.

Höstens verksamheter börjar måndagen 8 september. Titta på hemsidan frisksport.se/motala för detaljer.



FÖREDRAGNINGSLISTA MFK

1. Mötets öppnande
2. Fastställande av röstlängd
3. Fastställande av föredragningslista
4. Val av mötesfunktionärer:
 - a, ordförande
 - b, sekreterare
 - c, 2 justerare
 - d, 2 rösträknare
5. Föredragning av verksamhetsberättelse
6. Föredragning av förvaltningsberättelse
7. Föredragning av revisorernas berättelse
8. Fråga om ansvarsfrihet för klubbstyrelsen
9. Information om uppdaterade stadgar efter förbundsårsmöte
10. Motioner och förslag
11. Fastställande av årsavgifter och ersättningar
12. Budget och arbetsplan
13. Val av styrelse
 - a, ordförande
 - b, vice ordförande
 - c, sekreterare
 - d, kassör
 - e, övriga ledamöter
14. Val av två styrelsesuppleanter
15. Val av två revisorer
16. Val av två revisorssuppleanter
17. Val av kommittéer
 - a, infokommitté
 - b, idrotts- och frisksportKUL-kommitté
 - c, arrangemangskommitté
 - d, hälsokommitté
 - e, friluftskommitté
 - f, stugkommitté
18. Val av registrator
19. Val av ombud till förbundsmöte och distriktsårsmöte.
20. Val av valberedning
21. Utnämmande av hedersmedlemmar
22. Övriga föranmälda frågor
23. Avslutning

Verksamhetsberättelse

Motala Frisksportklubb, 2024-07-01 – 2025-06-30.

Riksorganisation

Motala Frisksportklubb är en del av Svenska Frisksportförbundet.

Styrelse

Klubbens styrelse har under perioden bestått av:

Ordförande:	Jesper Antonsson
Vice ordförande:	Kent Landoff
Kassör:	Mikael Lindström
Sekreterare:	Emelie Fredriksson
Ledamöter:	Sara Johansson, Mathilda Landoff samt Marie Ziemke Larsson
Suppleanter:	Olivia Stanic samt Ebba Gustavsson

Revisorer

Ann-Kristin Riedel och Emelie Malmberg med Lena Johansson och Cecilia Cerny som suppleanter.

Registrator

Jesper Antonsson

Valberedning

Göran Bengtsson och Ebba Gustavsson.

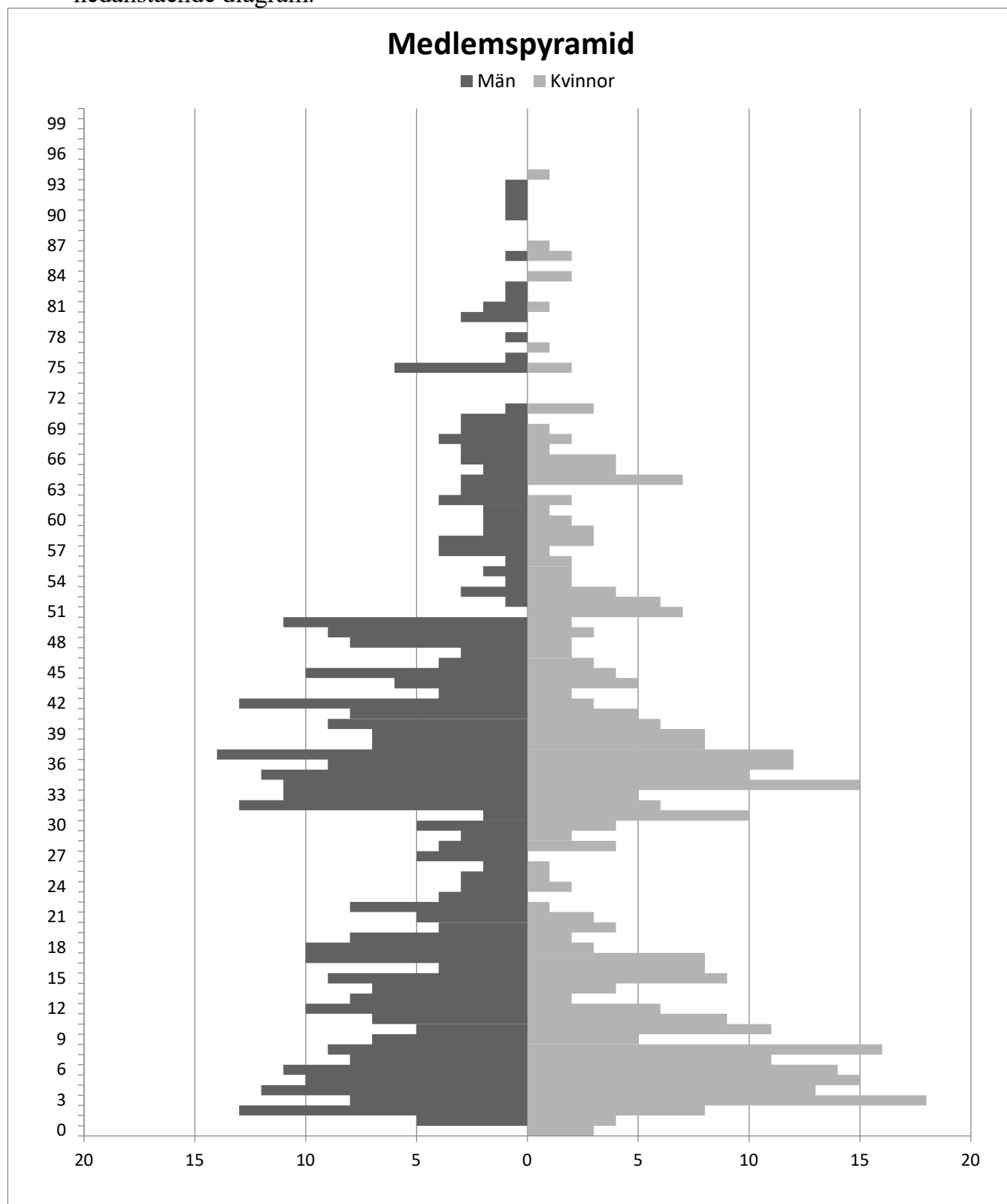
Möten

Under verksamhetsåret har vi haft tio styrelsemöten och tre funktionärssamlingar.

Medlemmar

Vid verksamhetsårets slut hade klubben 830 medlemmar, vilket är en minskning från 853 förra året. Av dessa 830 var 259 i åldern 6-25 år och 463 över 25 år.

Dagens köns- och åldersfördelning bland våra medlemmar kan ses i nedanstående diagram.



Styrelse och kommittéer

Styrelsen

Styrelsen har sammanträtt tio gånger under verksamhetsåret för att planera och samordna klubbens verksamhet. Vi har haft arbetsgivaransvar för vår kanslist. Vi har bland annat organiserat Fest-i-Väst, haft kontakter med kommunen kring ny hall på Ekön, ordnat ett besök på Bill&Bull som en klubbaktivitet innan jul och har organiserat lördagsbaden samt julbadet i Mjölby. Vi har organiserat daglägret v25-27. Vi har deltagit på förbundets styrelsekonferens på Stensund.

Hälsokommittén

Sofia Wennerbo (sammanställande) samt Mats Johansson.
Kommittén har ordnat fjällkursen i januari.

Arrangemangskommittén

Cecilia Cerny (sammanställande) samt Sofia Wennerbo, Marie Ziemke Larsson samt Marita Johansson.

Det här verksamhetsåret har vi ordnat en dag med ljusstöpning och kransbindning i stugan i november. Vi har planerat och genomfört Valborgsfirande, växtbyttardag och ordnat med förtäring på årsmöte och ledarsamlingar.

Informationskommittén

Mathilda Landoff (sammanställande), Philip Landoff, Emelie Fredriksson samt Annika Landoff.

Vi har under året spridit information om klubben via hemsidan och sociala medier (Facebook och Instagram) till redan aktiva medlemmar och för att inspirera nya att bli medlemmar. Vi har även gjort reklam för klubben och att bli ledare, samt börjat sprida information om Östergötlands frisksportläger 2026.

Stugkommittén

Magnus Thelander (sammanställande), Britt-Marie Westin, Jan-Åke Westin, Krister Ström samt Kent Martinsson.

Kommittén har bland annat renoverat stugans altan och tillsammans med styrelsen arrangerat en höststädningsdag i september. Kommittén har också under året arbetat med löpande underhåll och tillsyn av stuga och trädgård. Det har varit utomhusarbete, städa och rensa trädgård.

Idrotts- och frisksportkultkommittén

Sara Johansson (sammankallande), Jesper Antonsson, Melvin Lundgren, Olivia Stanic samt Göran Bengtsson

Klubben driver en bred idrottsverksamhet för alla åldrar. Kommittén har planerat och arbetat med ledarförsörjning, ledarutbildning och träningstider. Vi har ordnat med interna trampolinledarkurser och klätterledarutbildning. Vi organiserade verksamheter på Sportiscampen 2024 och öppna verksamheter under loven i samarbete med ÖIF och Fritidsgården.

Vi anordnade Kul-i-Stugan på onsdagar under sommaren.

Friluftskommittén

Magnus Thelander (sammankallande), Göran Bengtsson samt Lena Johansson. Kommittén genomförde en paddelutflykt sommaren 2024. Vi har hållit grillen igång under vissa kul-i-stugan på onsdagar.

Gymmet

Jesper Antonsson (sammankallande), Eddie Jadeborn, Susanne Eriksson, Hillevi Gruber samt Mikael Lindström.

Vi driver klubbens gym på övervåningen i Sporthallen. Vi har ledarkvällar då vi ger instruktion och delar ut passer-taggar till nya medlemmar. Vi underhåller maskiner, planerar verksamhet och inköp och håller ordning. Vi har under året köpt in en stående rodd-maskin och en belt-squat-maskin.

Till hjälp med städning, medlemsregistrering och medlemsvård har vi en deltidsanställd.

Arrangemang

Utöver det som nämnts under verksamheter ovan, har klubbens medlemmar deltagit i och/eller arrangerat följande:

Frisksportläger

Klubben deltog med ett par dussin medlemmar på frisksportlägret i Karlsborg 2024.

Träffar, läger och utflykter

Vi deltog i Vadstenaklubbens utflykt till Omberg. Några medlemmar deltog i förbundets påskkurs i Sälen. Ungdomar har deltagit i förbundets ungdomsträffar.

Vätternrundan

Vi har hjälpt till på Vätternrundan som flaggvakter.

Förbundets kurser

Ett antal medlemmar har deltagit medlemmar på förbundets höst- och vårkurs med utbildningar inom bland annat trampolin och cirkus.

Fjällkursen

Vi ordnade fjällkurs i Lindvallen och ett drygt 50-tal frisksportare deltog.

Lördagar i simhallen

Klubben har hyrt simhallen spridda lördagar under året. 20-70 deltagare har deltagit i plaskandet. I december hyrde vi Mjölby simhall för ett extra uppskattat julbad.

Årets junior

Alma Lundgren tilldelades Eliassons juniorpris.

Frisksportkul

Vårt dagläger ”Frisksportkul” bedrevs v25-27 med ungdomsledare och många glada deltagare och strålande verksamhet.

Slutord

Även detta verksamhetsår har bedrivits med stor bredd, stort engagemang och i god frisksportanda. Vi är stolta över vår breda hallverksamhet och många arrangemang. Vi hade som ett av våra mål för året att fylla på och finna en stadga på ungdomsledarsidan, och det tycker vi att vi lyckats med, med många engagerade samt god uppslutning på kurser och i verksamheterna. Detta vill vi fortsätta utveckla.

Vi vill också fortsätta fördjupa medlemmarnas deltagande och engagemang i klubben och i frisksport i stort, öka antalet ledare och skapa ännu bättre, mer välbesökta och aktiva aktiviteter och arrangemang.

Låt oss alla hjälpas åt att engagera varandra, tipsa varandra om arrangemang, rekrytera ledare, både vuxna och ungdomar, och att göra verksamhet tillsammans!

Motala, 10 augusti 2025

Jesper Antonsson

Kent Landoff

Mikael Lindström

Marie Ziemke Larsson

Mathilda Landoff

Sara Johansson

Emelie Fredriksson

Olivia Stanic

Ebba Gustavsson

Arbetsplan 2025/2026

Vision

Klubbens ledord är: Livskvalitet & hälsa, Kul gemenskap, För alla, Fritt från droger

Motala Frisksportklubb engagerar människor oberoende kön, etnicitet, religion, funktionsvariation, sexuell läggning och ålder att verka för frisksportens helhetssyn och idéer.

All verksamhet i Motala Frisksportklubbs regi är fri från tobak, nikotin, alkohol och andra droger. Genom vår verksamhet minskar vi skärmtid och ökar fysisk aktivitet och närvaro.

Motala Frisksportklubb har ett brett utbud av verksamheter som främjar prestigelös rörelse i alla åldrar. Klubben är öppet för nya verksamheter och upplevs som välkomnande.

Medlemmarna har ett djupt engagemang och deltar ofta i flera verksamheter.

Strategi

Vi arbetar mot visionen genom att:

- bedriva en bred och attraktiv verksamhet för både kroppen och knoppen med välutbildade och engagerade ledare.
- engagera varje enskild medlem, uppmuntra till initiativ och till att delta i flera verksamheter på alla nivåer i frisksportrörelsen.
- våra ledare erbjuder rätt utbildningar och utbildar sig kostnadsfritt.
- bedriva ett aktivt styrelsearbete.
- både hyra ändamålsenliga lokaler och använda klubbstugan som ett nav.
- vi organiserar vårt kommittéarbete så att fler ges möjlighet att delta, med klara och tydliga ansvarsområden. Vi strävar efter medvetna målsättningar per verksamhetsår.
- sprida information om frisksportens idé via vår hemsida, sociala medier samt genom direkta diskussioner i mötet med människor.

Ansvarsområden

Klubben leds av en styrelse som till sin hjälp har kommittéer som ansvarar för specifika områden.

Styrelsen

Vad: Styrelsen har det övergripande ansvaret för att driva klubbens verksamhet framåt utifrån den av årsmötet bestämda verksamhetsplanen. Klubben behåller sin handlingsfrihet genom att ha en ekonomi i balans.

Varför: Klubben behöver en samordnande kraft som engagerar och sköter administration och samordning.

Hur: Genom att:

- mötas minst nio gånger per år för att hantera klubbens löpande arbete och för att utveckla verksamheten.
- organisera två kommittéträffar för samordning.
- utveckla tydliga rollbeskrivningar över de funktioner som finns i klubben.
- ordna minst två klubbmöten för dialog med medlemmarna.

Informationskommittén

Vad: Kommittén ansvarar för informationsspridningen såväl inom klubben som externt till allmänheten. Kommittén har bland annat ansvar för det som tidigare sköts av webmaster, tidningsreferent och arkivarie.

Varför: För att klubben ska kunna attrahera och behålla medlemmar så behöver information spridas inom klubben och till allmänheten.

Hur: Genom att

- ha huvudansvaret för en uppdaterad hemsida
- ge klubben en närvaro på sociala medier
- utge ett nyhetsbrev via epost.
- hitta nya bra och kostnadseffektiva kanaler till våra medlemmar.
- se till att våra medlemmar får bra information med attraktiv layout.
- skicka material till våra lokaltidningar när vi ska/har haft aktiviteter.

Idrotts- och frisksportKUL-kommittén

Vad: Kommittén har ansvar för att klubbens fysiska aktiviteter drivs på ett bra sätt.

Varför: Det är lika viktigt att träna kroppen som att träna hjärnan.

Hur: Genom att

- föreslå och samordna utbildningsinsatser t ex föredrag eller kurser.
- samarbeta med informationskommittén om att marknadsföra utbildningar och aktiviteter internt.
- förnya hallverksamhetsutbudet tillsammans med styrelsen.
- organisera ledartillsättningar.

- utarbeta och föra fram gemensamma riktlinjer för våra hallverksamheter, exvis hur man inleder och avslutar en träning, tar upp medlemsuppgifter mm.

Friluftskommittén

Vad: Kommittén engagerar klubbens medlemmar i friluftaktiviteter.

Varför: Friluftaktiviteter är ett fantastiskt sätt att träffas, umgås och röra sig.

Hur: Genom att fånga upp och bejaka friluftsintrasse i klubben, ordna eller organisera deltagande i vandringar, kanotutflykter mm, samt med hjälp av informationskommittén informera klubbens medlemmar om sådana arrangemang.

Arrangemangskommittén

Vad: Kommittén hjälper till med det praktiska på klubbens olika arrangemang och möten.

Varför: Kontinuitet och fokus krävs för att ordna kvalitativa arrangemang.

Hur: Genom att erbjuda styrelsen och andra arrangörer stöd och hjälp, samt genom att ta ett helhetsansvar för vissa återkommande arrangemang.

Hälsokommittén

Vad: Kommittén är fokuserad på att arrangera klubbens fjällkurs.

Varför: Fjällkursen är en utmärkt fördjupning av klubbens och distriktets sammanhållning och möjliggör att vi kan engagera fler i planering av arrangemang och verksamhet.

Hur: Kommittén arrangerar klubbens fjällkurs.

Stugokommittén

Vad: Ge medlemmar och besökare tillgång till en säker och trivsamt klubbstuga, inklusive tomt och materiel.

Varför: Stugan tillför kraft och stabilitet till klubbens verksamhet.

Hur: Genom regelbunden tillsyn och löpande underhåll.

Förslag till medlemsavgifter 2026/2027

Vi brukar besluta om medlemsavgifter ett år i förväg för att kunna ta in medlemsavgifter innan årsmötena. Avgifterna för 2025/2026 beslutades alltså på förra årsmötet.

Styrelsen föreslår höjda medlemsavgifter för 2026/2027.

	2025/2026	2026/2027
0 - 20 år, pensionärer	400:-	500:-
0 - 20 år, pensionärer, vår	250:-	300:-
Övriga	600:-	700:-
Övriga, vår	350:-	400:-
Familj	1000:-	1200:-
Familj, vår	600:-	700:-

Gymavgifter

Styrelsen beslutar

Gymavgiften för förtroendevalda och ledare begränsar sig till 50:-.
Medlemmar i Motala Frisksportungdom anslutes till Motala Frisksportklubb utan avgift.

Milersättningen ska motsvara den maximala skattebefriade milersättningen.

Motala Frisksportklubbs styrelse ställde för några år sedan upp kriterier för att föreslå någon till hedersmedlemskap: Man ska ha fyllt 75 år, varit medlem i minst 25 år, inklusive de senaste fem åren. Hedersmedlemmar är befriade från medlemsavgift samt gymavgift.

Klubbens nuvarande hedersmedlemmar är: Gunvor Duvek, Lars Lundgren, Arne Fransson, Henry Nordqvist, Nils-Eric Carlsson, Gun Karlsson, Anna-Karin Bylin, Björn Eliasson, Barbro Eliasson, Birgitta Jansson, Bo Eliasson, Jan-Åke Westin, Evy Adolfsson, Jan-Ove Johansson, Lars Schröder, Torleif Andersson samt Britt-Marie Westin.

Styrelsen föreslår klubben att utnämna Stellan Gottfridsson och Hans Möckelström till hedersmedlem.

FÖREDRAGNINGSLISTA MFU

1. Mötets öppnande
2. Fastställande av röstlängd
3. Godkännande av föredragningslistan
4. Val av mötesfunktionärer:
 - a, ordförande
 - b, sekreterare
 - c, 2 justerare
 - d, 2 rösträknare
5. Föredragning av verksamhetsberättelse
6. Föredragning av förvaltningsberättelse
7. Föredragning av revisorernas berättelse
8. Fråga om ansvarsfrihet för klubbstyrelsen
9. Fastställa nya stadgar efter förbundsmöte
10. Motioner och förslag
11. Fastställande av årsavgifter och ersättningar
12. Budget och arbetsplan
13. Val av styrelse
 - a, ordförande
 - b, vice ordförande
 - c, sekreterare
 - d, kassör
 - e, övriga ledamöter
14. Val av två styrelsesuppleanter
15. Val av två revisorer
16. Val av två revisorssuppleanter
17. Val av kommittéer
 - a, infokommitté
 - b, idrotts- och frisksportKUL-kommitté
 - c, eventkommitté
18. Val av registrator
19. Val av ombud till förbundsmöte och distriktsårsmöte.
20. Val av valberedning
21. Övriga föranmällda frågor
22. Avslutning

Verksamhetsberättelse

Motala Frisksportungdom, 2024-07-01 – 2025-06-30.

Riksorganisation

Motala Frisksportungdom är en del av Frisksportens ungdomsförbund

Styrelse

Klubbens styrelse har under perioden bestått av:

Ordförande:	Jesper Antonsson
Vice ordförande:	Kent Landoff
Kassör:	Mikael Lindström
Sekreterare:	Emelie Fredriksson
Ledamöter:	Sara Johansson, Mathilda Landoff samt Marie Ziemke Larsson
Suppleanter:	Olivia Stanic samt Ebba Gustavsson

Revisorer

Ann-Kristin Riedel och Emelie Malmberg med Lena Johansson och Cecilia Cerny som suppleanter.

Registrator

Jesper Antonsson

Valberedning

Göran Bengtsson och Ebba Gustavsson.

Möten

Under verksamhetsåret har vi haft tio styrelsemöten och tre funktionärssamlingar.

Medlemmar

Klubbens medlemsantal uppgick till 378 personer i slutet av verksamhetsåret. 261 medlemmar är i åldern 6-25 år, varav 118 flickor och 143 pojkar. 105 medlemmar är i ålder 0-5 år, varav 60 flickor och 45 pojkar. 12 medlemmar är över 25 år, varav 6 kvinnor och 6 män.

Styrelse och kommittéer

Styrelsen

Styrelsen har sammanträtt tio gånger under verksamhetsåret för att planera och samordna klubbens verksamhet. Vi har bland annat varit med och organiserat Fest-i-Väst, Vi har varit med och organiserat daglägret v25-27. Vi har deltagit på förbundets styrelsekonferens på Stensund.

Informationskommittén

Mathilda Landoff (sammankallande), Philip Landoff, Emelie Fredriksson samt Annika Landoff.

Vi har under året spridit information om klubben via hemsidan och sociala medier (Facebook och Instagram) till redan aktiva medlemmar och för att inspirera nya att bli medlemmar. Vi har även gjort reklam för klubben och att bli ledare, samt börjat sprida information om Östergötlands frisksportläger 2026.

Idrotts- och frisksportkultkommittén

Sara Johansson (sammankallande), Jesper Antonsson, Melvin Lundgren, Olivia Stanic samt Göran Bengtsson

Klubben driver en bred idrottsverksamhet för alla åldrar. Kommittén har planerat och arbetat med ledarförsörjning, ledarutbildning och träningstider. Vi har ordnat med interna trampolinledarkurser och klätterledarutbildning. Vi organiserade verksamheter på Sportiscampen 2024 och öppna verksamheter under loven i samarbete med ÖIF och Fritidsgården.

Vi anordnade Kul-i-Stugan på onsdagar under sommaren.

Eventkommittén

Fanny Lönnqvist (sammankallande), Josefine Landoff, Lina Wennerbo, Olivia Stanic, Johan Meeripasi, Vincent Henriksson, Alma Lundgren samt Alice Adolfsson.

Eventkommittén anordnade en väldigt rolig resa till Boda Borg Karlskoga i april med 26 medlemmar som följde med. Vi anordnade även en dag i stugan där vi byggde ihop pepparkakshus strax innan jul.

Arrangemang

Utöver det som nämnts under verksamheter ovan, har klubbens medlemmar deltagit i och/eller arrangerat följande:

Frisksportläger

Klubben deltog med cirka ett dussin medlemmar på frisksportlägret i Karlsborg 2024.

Träffar, läger och utflykter

Vi deltog i Vadstenaklubbens utflykt till Omberg. Några medlemmar deltog i förbundets påskkurs i Sälen. Vi har deltagit i förbundets ungdomsträffar.

Förbundets kurser

Ett antal medlemmar har deltagit medlemmar på förbundets höst- och vårkurs med utbildningar inom bland annat trampolin och cirkus.

Fjällkursen

Vi deltog i Motala Frisksportklubbs fjällkurs i Lindvallen.

Frisksportkul

Daglägret "Frisksportkul" bedrevs v25-27 i samarbete med Motala Frisksportklubb med ungdomsledare och många glada deltagare och strålande verksamhet.

Slutord

Även detta verksamhetsår har bedrivits med stor bredd, stort engagemang och i god frisksportanda. Vi är stolta över vår breda hallverksamhet och många arrangemang. Vi hade som ett av våra mål för året att fylla på och finna en stadga på ungdomsledarsidan, och det tycker vi att vi lyckats med, med många engagerade samt god uppslutning på kurser och i verksamheterna. Detta vill vi fortsätta utveckla.

Vi vill också fortsätta fördjupa medlemmarnas deltagande och engagemang i klubben och i frisksport i stort, öka antalet ledare och skapa ännu bättre, mer välbesökta och aktiva aktiviteter och arrangemang.

Låt oss alla hjälpas åt att engagera varandra, tipsa varandra om arrangemang, rekrytera ledare, både vuxna och ungdomar, och att göra verksamhet tillsammans!

Motala, 10 augusti 2025

Jesper Antonsson

Kent Landoff

Mikael Lindström

Marie Ziemke Larsson

Mathilda Landoff

Sara Johansson

Emelie Fredriksson

Olivia Stanic

Ebba Gustavsson

Arbetsplan 2025/2026

Vision

Klubbens ledord är: Livskvalitet & hälsa, Kul gemenskap, För alla, Fritt från droger.

Motala Frisksportungdom engagerar människor i åldrarna 6-25 år, oberoende kön, etnicitet, religion, funktionsvariation och sexuell läggning att verka för frisksportens helhetssyn och idéer.

All verksamhet i Motala Frisksportungdom regi är fri från tobak, nikotin, alkohol och andra droger. Genom vår verksamhet minskar vi skärmtid och ökar fysisk aktivitet och närvaro.

Motala Frisksportungdom har ett brett utbud av verksamheter som främjar prestigelös rörelse i alla åldrar. Klubben är öppet för nya verksamheter och upplevs som välkomnande.

Medlemmarna har ett djupt engagemang och deltar ofta i flera verksamheter.

Strategi

Vi arbetar mot visionen genom att:

- bedriva en bred och attraktiv verksamhet för både kroppen och knoppen med välutbildade och engagerade ledare.
- engagera varje enskild medlem, uppmuntra till initiativ och till att delta i flera verksamheter på alla nivåer i frisksportrörelsen.
- våra ledare erbjuder rätt utbildningar och utbildar sig kostnadsfritt.
- bedriva ett aktivt styrelsearbete.
- samarbeta med Motala Frisksportklubb för att hyra ändamålsenliga lokaler och använda klubbstugan som ett nav.
- vi organiserar vårt kommittéarbete så att fler ges möjlighet att delta, med klara och tydliga ansvarsområden. Vi strävar efter medvetna målsättningar per verksamhetsår.
- sprida information om frisksportens idé via vår hemsida, sociala medier samt genom direkta diskussioner i mötet med människor.

Ansvarsområden

Klubben leds av en styrelse som till sin hjälp har kommittéer som ansvarar för specifika områden.

Styrelsen

Vad: Styrelsen har det övergripande ansvaret för att driva klubbens verksamhet framåt utifrån den av årsmötet bestämda verksamhetsplanen. Klubben behåller sin handlingsfrihet genom att ha en ekonomi i balans.

Varför: Klubben behöver en samordnande kraft som engagerar och sköter administration och samordning.

Hur: Genom att:

- mötas minst nio gånger per år för att hantera klubbens löpande arbete och för att utveckla verksamheten.
- organisera två kommittéträffar för samordning.
- utveckla tydliga rollbeskrivningar över de funktioner som finns i klubben.
- ordna minst två klubbmöten för dialog med medlemmarna.

Informationskommittén

Vad: Kommittén ansvarar för informationsspridningen såväl inom klubben som externt till allmänheten. Kommittén har bland annat ansvar för det som tidigare sköts av webmaster, tidningsreferent och arkivarie.

Varför: För att klubben ska kunna attrahera och behålla medlemmar så behöver information spridas inom klubben och till allmänheten.

Hur: Genom att

- ha huvudansvaret för en uppdaterad hemsida
- ge klubben en närvaro på sociala medier
- utge ett nyhetsbrev via epost.
- hitta nya bra och kostnadseffektiva kanaler till våra medlemmar.
- se till att våra medlemmar får bra information med attraktiv layout.
- skicka material till våra lokaltidningar när vi ska/har haft aktiviteter.

Idrotts- och frisksportKUL-kommittén

Vad: Kommittén har ansvar för att klubbens fysiska aktiviteter drivs på ett bra sätt.

Varför: Det är lika viktigt att träna kroppen som att träna hjärnan.

Hur: Genom att

- föreslå och samordna utbildningsinsatser t ex föredrag eller kurser.
- samarbeta med informationskommittén om att marknadsföra utbildningar och aktiviteter internt.
- förnya hallverksamhetsutbudet tillsammans med styrelsen.
- organisera ledartillsättningar.
- utarbeta och föra fram gemensamma riktlinjer för våra hallverksamheter, exvis hur man inleder och avslutar en träning, tar upp medlemsuppgifter mm.

Eventkommittén

Vad: Kommittén engagerar klubbens medlemmar i olika events, både egna och event i övriga distriktet och förbundet.

Varför: Planering, nätverkande och entusiasmering krävs för att både göra egna events och delta i andras, för att väcka intresse och öka deltagande.

Hur: Genom att:

- bevaka vilka events som finns i distrikt och förbund.
- fånga upp och väcka intresse för eventen i samarbete med infokommittén.
- I samarbete med styrelsen hjälpa till med eller samordna logistiken.
- Ordna egna events och ungdomsträffar för klubbens och/eller förbundets ungdomar.

Förslag till medlemsavgifter 2026/2027

Vi brukar besluta om medlemsavgifter ett år i förväg för att kunna ta in medlemsavgifter innan årsmötena. Avgifterna för 2025/2026 beslutades alltså på förra årsmötet.

Styrelsen föreslår höjda medlemsavgifter för 2026/2027.

	2025/2026	2026/2027
0 - 20 år, pensionärer	400:-	500:-
0 - 20 år, pensionärer, vår	250:-	300:-
Övriga	600:-	700:-
Övriga, vår	350:-	400:-
Familj	1000:-	1200:-
Familj, vår	600:-	700:-

Milersättningen ska motsvara den maximala skattebefriade milersättningen.