

Verksamhetsplan 2020-07-01 – 2021-06-30

Truppgymnastik

Truppgymnastikens verksamhet påverkas så enormt av de begränsningar som pandemin för med sig. Det är därför ytterst svårt att göra en verksamhetsplan då många av de ordinarie aktiviteterna som till exempel tävlingar och läger är satta ur spel. Vårt främsta mål under rådande omständigheter är att uppmuntra och motivera våra gymnaster och ledare att fortsätta med träningen och vidareutveckla sig, även om det sker utan tävlingsmomentet.

Vi vill fortsatt lägga fokus på styrketräning som motverkar skador i förebyggande syfte samt styrka i syfte för rehabilitering för redan skadade gymnaster.

Barngymnastik

Ambitionen från förra verksamhetsåret om att varje grupp skall besökas minst två gånger under året och att ledarteamen skall kunna ställa frågor och få tips om alternativa övningar och lekar kvarstår. Förra året nådde vi inte detta mål men spanner bågen på nytt. Detta blir också ett sätt att säkerställa kvalitet inom verksamheten.

Målet är även att starta ytterligare 2 grupper inom barngymnastiken i Åkersberga.

Ambitionen för parkourverksamheten är att fortsätta erbjuda utmanande och säker träning för våra aktiva, vi kommer även att starta en ny grupp för våra minsta Parkourare, Mini födda 13/14 samt två nya grupper (födda 2012/2014 och 2010/2008) i Åkersberga.

Kalendarium

Då läget med Covid 19 har stor påverkan på vår verksamhet så väljer vi att inte göra några stora planer utan satsar på att kunna bedriva den ordinarie träningen i så stor utsträckning som möjligt. Därav inget kalendarium.