

IK Västra Mölndal
Verksamhetsberättelse
2018



1 Vision	3
2 Organisation	3
2.1 Styrelse	3
2.2 Revisorer	3
2.3 Valberedning	3
3 Ekonomi	3
3.1 Medlemsavgifter	3
3.2 Bidrag	4
3.3 Bingo och Gräsroten	4
3.4 Träningslokal	4
4 Medlemskap och representation	4
5 Styrelsen	5
6 Verksamhet	5
6.1 Träning	5
6.2 Ungdomsrådet	6
6.3 Judo på IKVM	6
6.3.1 Nybörjarkurs för vuxna	7
6.3.2 Stor&Liten-grupp för barn 3-4 år	7
6.3.3 Special needs	7
6.3.4 Idrottsskola för barn	7
6.3.4.1 X-mas Games	7
6.3.5 Tävlingar, läger och prestationer	7
6.4 Judo5	8
6.5 Samträning	9
6.6 Egna arrangemang	9
7 Lokal	9
8 Gradering	10
9 Utbildning	10
10 Utmärkelser	11
11 Slutord	11

1 Vision

IKVM ska med judo som medel ta tillvara på varje individs potential och därigenom nå personlig och gemensam utveckling och framgång, vilken genomsyras av ömsesidig respekt och förståelse. IKVM:s verksamhet ska bedrivas för alla oavsett ålder, kön, personliga förutsättningar eller ambitionsnivå i en trygg och säker miljö i positiv anda, på och utanför mattan. Redan från start ska alla utövare få upptäcka judons fördelar vilka man sedan bär med sig hela livet. Vi ska ha roligt och känna gemenskap, här vill vi vara och stanna kvar.

2 Organisation

2.1 Styrelse

Styrelsen under året har bestått av:

Ordförande:	Malin Nordin
Vice ordförande:	Mikael Leandersson
Kassör:	Ulrica Lachner
Ledamöter:	Johan Wretborn, Anton Löf, Alexander Lenngren, Joana Rato Pereira
Suppleanter:	Sebastian Jansson, Erik Elmeklo

2.2 Revisorer

Revisor:	Annika Krus
Suppleant:	Lena Wilson

2.3 Valberedning

Emily Muthén, Henrik Mattson, Anders Krus (sammankallande)

3 Ekonomi

3.1 Medlemsavgifter

Intäkterna från medlemsavgifter uppgick till 26,3% av klubbens intäkter för 2018. Medlemsintäkterna har fortsatt öka jämfört med tidigare år, vilket beror på ett ökat antal betalande medlemmar.

Årsmötet fastställde följande avgifter:

- Grundavgift medlem under 15 år: 800 kr/termin
- Grundavgift medlem över 15 år: 900 kr/termin
- Familjeavgift: 1600 kr/termin

- Gymavgift: 400 kr/termin
- Gästränande: 450 kr/termin
- Tränare, styrelse och kommittémedlemmar: 200 kr/år
- Stor & liten medlemsavgift: 200 kr per deltagande vuxen och barn i medlemsavgift samt 400 kr i träningsavgift för barnet, per termin.
- Stödmedlemmar: 200 kr/år

3.2 Bidrag

IKVM får bidrag från Mölndals kommun (lokal-, aktivitets- och medlemsbidrag) och från Riksidrottsförbundet. Under året har vi även sökt och beviljats bidrag från Göteborgs Barnhusfond och Mölndals kommun (föreningsbidrag för äldre och personer med funktionsnedsättning). Den totala intäkten från bidrag uppgick 2018 till 39,5% av klubbens totala intäkter.

3.3 Bingo och Gräsroten

IKVM deltar i Kransalliansens bingo, med spelplats Angeredshallen. Sammantaget utgjorde bingos och Gräsrotens andel 3,3% av klubbens intäkter för 2018.

3.4 Träningslokal

IKVM hyr lokal på Pinnharvsgatan 11 av BRF Klöverängen 2. På grund av vattenläcka fick vi hyra matta hos Frölunda JK under tiden renovering pågick. Den totala kostnaden för lokalhyra uppgick 2018 till 13,6% av klubbens totala kostnader. Klubben bekostar själv el, som under 2018 ihop med hyran utgör 18,4% av klubbens totala kostnader. Under 2018 har vi hyrt ut vår lokal till Mölndals Funakoshi Karateklubb och Budoklubben Shindo samt Dalen KFF.

4 Medlemskap och representation

IKVM är ansluten till Riksidrottsförbundet (RF), Svenska Judoförbundet (SJF), Svenska Paraspportförbundet, Göteborgs Judoförbund (GJF), Göteborgs Handikappidrottsförbund (GHIF), Göteborgs Distrikts Idrottsförbund (GDIF) och Special Olympics. IKVM har följande representation på distriktsnivå och nationell nivå inom svensk judo:

- Ida Lindgren, vice ordförande i SJF:s styrelse, Judo5 i GJF, Valberedning i GJF, RF:s nationella etiska frågor via SJF
- Malin Nordin, ordförande för SJF:s disciplinnämnd samt projektledare för Judo5 nationell, Judo5 i GJF
- Alexander Lenngren, suppleant i GJF:s styrelse
- Annika Krus, valberedningsledamot inom GJF, Judo5 i GJF, Kata i GJF.
- Elvira Dragemark, projektledare för K.U.L-projektet fram till maj 2018.
- Sebastian Jansson, webbstrategiansvarig i SJF:s arbetsgrupp för medier och sammankallande i stadslagskommittén/ungdomsträningarna inom GJF

5 Styrelsen

Styrelsen genomförde 9 stycken protokollförda möten under 2018, vilka ägde rum under följande datum:

1. 2018-11-12
2. 2018-10-14
3. 2018-09-24
4. 2018-08-27
5. 2018-06-04
6. 2018-05-07
7. 2018-03-11
8. 2018-02-05
9. 2018-01-15

6 Verksamhet

6.1 Träning

IKVM är en av de största klubbarna inom Göteborgs Judoförbund, både vad gäller antal medlemmar och verksamhet.

Under 2018 har följande personer varit verksamma som licensierade judoinstruktörer i klubben med ansvar för träningsgrupper:

- Sebastian Jansson, 2 dan
- John Forselius, 3 dan
- Malin Nordin, 3 dan
- Annika Krus, 3 dan
- Ida Lindgren, 4 dan
- Anders Krus, 2 dan
- Dennis Sylvander, 2 kyu
- Anton Lööf, 1 dan
- Henrik Mattsson, 1 kyu
- Tim Karlsson, 1 kyu
- Jacob Lachner, 1 kyu
- Erik Wretborn, 1 kyu
- Joana Pereira, 1 dan
- Alexander Lenngren, 3 kyu

Följande personer har varit verksamma som hjälptränare inom judon:

- Erik Elmeklo, 2 kyu
- Olof Heyman, 3 kyu
- Istvan Kuik, 3 kyu
- Ludvig Ling, 3 kyu
- Emil Johansson, 3 kyu
- Lovisa Hesse Sylvander, 2 kyu
- Adam Lachner, 2 kyu
- Paula Bäckström-Hopkins, 3 kyu
- Elvira Dragemark, 3 dan
- Albin Forselius, 3 kyu

6.2 Ungdomsrådet

IKVM har ett ungdomsråd som består av medlemmar som är 14-18 år. Ungdomsrådet har regelbundna möten där de diskuterar läget på klubben från deras perspektiv och planerar olika aktiviteter exempelvis filmkvällar, övernattningar och temadagar.

Målet med rådet är att stärka gemenskapen mellan olika åldersgrupper på klubben genom att göra roliga saker tillsammans, samt att behålla ungdomar inom verksamheten genom att ge dem utrymme att framföra sina åsikter och påverka vad som händer på klubben.

Under 2018 genomförde ungdomsrådet flera aktiviteter för klubbens barn och ungdomar:

- 2/3 - övernattning i dojon
- 8/4 - påskäggsjakt
- 5/10 till 6/10 - övernattning i dojon
- 15/12 - Julpyssel

6.3 Judo på IKVM

I likhet med föregående år har vi flest aktiva mellan 5-14 år. Vi har återigen lyckats behålla många av våra äldre ungdomar, vilket är mycket positivt. Vi har fortsatt vårt arbete med att få in fler unga som hjälptränare och att fortbilda våra tränare.

Under 2018 har vi haft 274 medlemmar, varav 92 kvinnor och 182 män.

Under året har vi infört ett nytt planeringskoncept som bygger på åldersanpassad färdighetsträning. Det går ut på att vi har en grundplanering för de olika åldersgrupperna som säger vilka färdigheter (t.ex balans, taktill reaktionssnabbhet etc) som ska ingå i träningarna under olika veckor. När respektive grupptränare sedan gör sin planering används huvudplaneringen som mall. Detta försök har fallit väl ut och vi kommer att fortsätta utveckla det under 2019.

6.3.1 Nybörjarkurs för vuxna

Vi fortsätter hålla en nybörjarkurs i judo för vuxna, som är ledd av Anders Krus. Det är en inledning till judons grunder för personer som är intresserade men som inte tränat judo tidigare. När deltagaren gått nybörjarkurs och känner sig redo, är han eller hon välkommen att fortsätta träna i träningsgrupp för vuxna och ungdomar. Deltagarna har varit mycket nöjda.

6.3.2 Stor&Liten-grupp för barn 3-4 år

Under höstterminen 2017 startade vi upp vår Stor&Liten-grupp igen under ledning av Malin Nordin och Henrik Mattsson, och verksamheten har fortsatt under 2018. Gruppen är ett uppskattat sätt att börja med judo redan i 3-4-årsåldern och är bra marknadsföring för oss, då inte många andra idrottsföreningar har verksamhet för barn i denna ålder. Träningen genomförs tillsammans med barnens föräldrar.

6.3.3 Special needs

Vår grupp för Special needs har under 2018 lockat nya aktiva till judoträningen. Gruppen är mycket uppskattad både av deltagarna och av föräldrarna. Gruppens huvudtränare är Dennis Sylvander. Erik Elmeklo, Paula Hopkins-Bäckström och Elvira Dragemark har deltagit som hjälptränare. Träningarna är på måndagar och torsdagar, och tränare från våra andra grupper gör gästspel då och då.

Tillsammans med Landvetter Judoklubb och Stenungsunds judoklubb är vi ledande på denna verksamhet inom judon för hela regionen. Vi har under året även medverkat i en tävling inklusive träningsläger i Rumänien samt tävlingen Gothenburg Open på hemmaplan.

6.3.4 Idrottsskola för barn

Under höstterminen 2018 deltog vi i Mölndal Kommuns idrottsskola för barn, där Anton Lööf planerade och ansvarade för två träningspass med ett trettiotal deltagare sammanlagt. Denna aktivitet fortsätter även under vårterminen 2019.

6.3.4.1 X-mas Games

Den 27 december deltog IKVM i "X-mas Games", i Pedagoger Park. X-mas Games är ett inomhusevent som är gratis och öppet för alla. Arrangör är lokala föreningar tillsammans med Västra Götalands Idrottsförbund, Sisu Idrottsutbildarna Västra Götaland och Mölndals stad. Malin Nordin var samordnare från IKVM och ledde tillsammans med 5 stycken ungdomsledare tre stycken prova-på-pass.

6.3.5 Tävlingar, läger och prestationer

Vi deltog också i många tävlingar under 2018, vilka är listade nedan. Några särskilda prestationer är också utskrivna.

- 5-7/1: World Class Judo Camp, Skurup
- 20-21/1: Riksrändori, Lindesberg
- 2-3/2: Södra Judo Open, Haninge
- 10-11/2: Borås Judo Challenge, Borås
- 24/2: Judits Pokal 1, Göteborg
- 16-17/3: Helsingborg Judo Open, Helsingborg
- 24/3: Go Cup, Stenungsund
- 29/3-2/4: Copenhagen Open, Köpenhamn
Guld till Vilda Backlund.
- 7/4: Hajime Cup, Varberg
- 14/4: Judits Pokal, Göteborg
- 21/4: Södra Judo Open, Haninge
- 5-6/5: Trollträffen, Trollhättan
- 10-13/5: Lugi Events, Lund
Guld i Budo Nord Cup till Vilda Backlund, samt pris för bästa tjej i U15.
Guld till Albin Forselius och Ronja Johansson i Kid's Cup.
- 2-3/6: SM, Veteran SM, Lindesberg.
Dubbla brons till Jacob Lachner.
- 17/6: Lag-EM för Veteraner, Glasgow
Guld till Sveriges damlag där Ida Lindgren från IKVM deltog.
Ida vann samtliga sina matcher på ippon.
- 24-26/8: Riksrändori, Lindesberg
- 7-9/9: Special Needs tränings och tävlingsläger, Rumänien
- 15-16/9: Trollträffen, Trollhättan
- 13/10: Judits Pokal 3, Göteborg
- 20/10: Veteran-VM, Cancun
Malin Nordin deltog
- 20-21/10: Gothenburg Judo Open och Judo5-läger med Anna Bernholm, Göteborg
- 27-28/10: RM för distriktslag, Lindesberg
Silver för killarna och fjärdeplats för tjejerna. Deltog från IKVM gjorde Erik Wretborn, Vilda Backlund, Adam Lachner och Jacob Lachner.
- 2-3/11: Borås Judo Challenge, Borås
- 10-11/11: Staffanstorp Judo Games, Staffanstorp
Dubbla brons för Jacob Lachner. Brons till Vilda och Adam.
- 10/11: Judits Pokal 4, Göteborg
- 24/11: Södra Judo Open, Haninge
- 1/12: Lag-SM, Göteborg
- Brons till IKVM:s damlag bestående av Malin Nordin, Ida Lindgren, Elvira Dragemark, Annika Molin, Sabine Bonitz och Annika Krus. I de två första lagmatcherna i gruppen, mot Landvetter JK och JK National, vann vi samtliga matcher.
- 8/12: KM, Mölndal

6.4 Judo5

Judo5 verkar för att män och kvinnor ska ges likvärdiga förutsättningar att utvecklas inom judon i den utsträckning och på den nivå individen önskar. Malin Nordin, Ida Lindgren och Annika Krus hör till initiativtagarna till Judo5.

Under hösten firade Judo5 Göteborg 5-årsjubileum med att tillsammans med Svenska Judoförbundet och Sisu Idrottsutbildarna arrangera ett idrottskonvent - "Framgångsrik Idrottsutveckling" - med välrenommerade föreläsare och intressanta ämnen inom området jämställdhet och inkludering. Idrottskonventet lockade ca 80 deltagare, varav IKVM hade 14 deltagare i varierande åldrar. Senare på kvällen arrangerades en Judo5-gala som hölls i vackra festlokalen Bellmans salonger, med ca 60 deltagare från hela landet. Idrottskonventet renderade i flera artiklar i GP och tidningen Svensk Judo publicerade ett fylligt reportage om både Idrottskonventet och den efterföljande galan.

6.5 Samträning

IKVM har under 2018 varit flitigt representerade på samträningar på GJK samt på ungdomsträningarna som anordnats inför RM för distriktslag, i Göteborgs Judoförbunds regi. Vi har också haft många uppskattade besök på våra vuxenträningar från jiu-jitsuklubben Shindo som tränar vägg i vägg med oss.

6.6 Egna arrangemang

Vi har under året haft ett flertal egna arrangemang. Under våren 2018 anordnade ungdomsrådet ett antal evenemang för klubbens barn och ungdomar. I juni hade vi traditionell avslutning med korvgrillning och brännboll, och därefter ett avslutningsläger på lägergården Bovik med mycket god uppslutning och ett strålande sommarväder. Under midsommarveckan arrangerade vi för fjärde året i rad IKVM:s sommarskola där ett 30-tal barn deltog från hela Göteborg, samt ett 10-tal ungdomsledare. I augusti hade vi tränarkickoff med femkamp på Liseberg.

I december höll vi vårt klubbmästerskap i dojon, med ett 60-tal tävlande och ett flertal uppvisningar: Stor&liten-gruppen, Jacob och Erik som visade en del judoakrobatik, samt vår falltrygghetsgrupp för äldre. Tanken var att visa på vilken stor bredd vi har i föreningen. Klubbmästerskapet var även ett 10-årsjubileumsfirande då IK Västra och Mölndals Judoklubb beslutade att gå ihop och bilda IK Västra Mölndal för 10 år sedan. Detta firades genom ett extra festligt KM då alla deltagare, föräldrar och syskon bjöds på specialbeställd judotårta. Efter klubbmästerskapet hade vi ledaravslutning för styrelse och tränare med ett julquiz samt god mat.

7 Lokal

Under 2018 har det hänt en hel del i lokalen. Vi inledde året genom att måla om, lägga Modulgolv istället för den gamla mattan från förrådet till lilla mattan och vi byggde en ny

bastu. Dessutom monterades en ledstång in till damernas omklädningsrum och speglar sattes upp i gymmet.

Den 3 april råkade vi ut för (ännu) en vattenläcka som medförde bl.a. att samtliga parkettgolv fick brytas upp och så klart fick undergolven under mattorna göras om. För att inte behöva måla om hela väggarna igen efter renovering så beslutades att sätta panel på nedre delen av väggarna. Frölunda JK hjälpte oss med tillfällig lokal vilket var mycket uppskattat. Ett stort antal medlemmar deltog i återuppbyggnaden av lokalen och i maj kunde vi flytta tillbaka.

Modulgolv har under hösten lagts även i kök, soffhörnan, konferensrummet och i entrén, vilket bidrar till ett mer enhetligt och snyggt intryck. Konferensrummet har målats om av ungdomsrådet och nya skohyllor har satts upp i entrén. Rör i taket har isolerats för att undvika kondensdropp.

På tekniksidan har ett nytt wifi med bättre täckning installerats och datorn på kontoret är utbytt. Vi har bytt lås i ståldörren till ett elektroniskt lås med koder, försett dörren med en dörrstängare och monterat en ringklocka. Dessutom är en robotdammsugare inköpt som ska städa mattan.

IKVM vill särskilt tacka Johan Wretborn för hans insatser med lokalen under året. Han uppmärksammades också genom att tilldelas Drakpriset under KM.

8 Gradering

På grund av vårens vattenskada fick vi ställa in graderingarna i de flesta grupper, och för att kompensera för det (och för att testa ett nytt koncept) provade vi i september 2018 att ha ett graderingsläger. Det blev en bit över 30 deltagare varav alla klarade sin nya grad. Lägre som koncept var oerhört uppskattat av de aktiva och under 2019 kommer vi gå över till denna modell för gradering, för de flesta grupperna.

9 Utbildning

Under 2018 har vi genomfört intensiva utbildningsinsatser för att se till att alla våra tränare är licensierade och uppdaterade. Bland annat har följande utbildningar genomförts:

Februari - hjälptränerutbildning och tränarträff. Våra hjälptränare fick sin grundutbildning och på eftermiddagen samlades alla våra tränare för att prova och diskutera färdighetsträning.

Mars - domarkurs och lagtävling för tjejer. Judo5 arrangerade domarkurs på Göteborgs Judoklubb. Från IKVM deltog Ida Lindgren, Malin Nordin, Elvira Dragemark, Tindra Freijinger och Vilda Backlund. Malin Nordin gjorde sin domardebut utanför klubben på Judits Pokal under hösten.

Ida Lindgren har ingått i projektgruppen som tagit fram Svenska Judoförbundets falltrygghetskoncept och blev under året fallmetodikhandledare. Annika Krus och Anders Krus har utbildat sig till falltrygghetsledare/fallkompetenshandledare. Annika Krus medverkade även vid Almedalen i AFA-tältet som fallkompetenshandledare och höll också i en presentation där hon berättade om det pilotprojekt som hennes bolag medverkade i som första byggbolag i Sverige där de anställda får träna fallteknik på arbetstid. Projektet har följts upp av tester och utvärderingar av Dalarnas Högskola.

September - här gjorde vi vår största utbildningsinsats under året, när Erik Elmeklo, Paula Bäckström-Hopkins, Tim Karlsson, Jacob Lachner, Alexander Lenngren, Joana Rato Pereira, Lovisa Sylvander och Erik Wretborn deltog i en assisterande klubbtränarutbildning i Skövde.

10 Utmärkelser

IKVM erhöll Mölndals stads nyinstiftade jämställdhetspris. Priset om 10 000 kr och diplom mottogs under högtidliga former under nationaldagsfirande i stadshusparken. Senare under hösten blev IKVM:s ordförande Malin Nordin nominerad av Mölndals kommun och deltog som gäst på Landshövdingens länsmiddag. Middagen ges för att uppmärksamma och hedra eldsjälarna inom idrott, kultur och näringsliv.

IKVM:s prestigefulla drakpris gick 2018 till Johan Wretborn, för hans omfattande insatser för klubben under året.

11 Slutord

Vi kan konstatera att klubben driver en mycket bred verksamhet för alla åldrar och alla typer av judokas. Vi har en mycket god representation på såväl distriktsnivå som på förbunds nivå och IKVM:s ledare gör därför avtryck på många olika platser inom judosverige.

Mångfald och jämställdhet är prioriterade frågor för IKVM, vilket genomsyrar hela vår verksamhet. Därför var det väldigt glädjande att vårt arbete med dessa frågor även uppmärksammades av Mölndals Stad som tilldelade IKVM Mölndals Stads nyinstiftade jämställdhetspris.

Samtidigt som vi har en mycket god breddverksamhet kan vi konstatera att vi även tagit ett flertal stora mästerskapsmedaljer under året – inom ungdomsverksamheten, verksamheten för personer med funktionsvariationer och veteranverksamheten.

IKVM och företrädare för IKVM har förekommit frekvent i media under året, såväl den lokala pressen som Mölndalsposten och lokalradion samt GP, TV4 och SVT.

Förutom att vi märks utanför vår egen klubb har vi också fortsatt att utveckla vårt interna liv, genom ett flertal tränarutbildningar, ungdomsrådet som har fortsatt sitt fina arbete med flera uppskattade arrangemang, renoveringar i lokalen under ledning av Johan Wretborn med hjälp av föräldrar, uppstart av fler grupper, exempelvis fallkurser för äldre och

byggnadsarbetare, egna arrangemang, med mera. IKVM driver en verksamhet AV ALLA,
FÖR ALLA.

Stort TACK till alla som engagerar sig i IKVM!