

Verksamhetsberättelse

Undersåkers IF 2018



Styrelse UIF:

Ordförande: Ingrid Hedlund

Kassör: Marianne Berglöf

Sekreterare: Maria Kerner

Ledamöter: Anna Varg, Tobias Lundmark, Mathilde Voss och Mats-Håkan Lundhag

Suppleant: Fredrik Forsell

Valberedning: Josabeth Bofeldt och Hans Gradin

Medlemmar i UIF 2018: 456 st

Vi har haft 2 styrelsemöten, ett årsmöte och en ledarträff under året.

AKTIVITETER INOM UIF

Judo

Judon har genomförts som tidigare år med en grupp för yngre (6-9år) och en grupp för äldre (10-15år). Grupperna har tränat 1 dag i veckan under vår- och höstterminen. Tränare har varit Ola Bergqvist.

Cykel

Under våren och försommaren har vi byggt om pumptracken nedanför Bygården samt rensat sly runt hoppen på lägdan, arbetet har utförts med lånade maskiner och i största möjliga mån med återvunnet material. Arbetet med ombyggnaden tog 4-6 heldagar med 2-6 personer. Under samma period och även in på hösten har vi haft cykelträning för alla barn som kan cykla. Det har varit mellan 6 och 34 barn vid träningstillfällena. Träningarna har skett på måndagar klockan 18.00-19.00. Vid dessa tillfällen har vi övat balans, cykling på ojämnt underlag, allmän cykelkontroll, cykla pumptrack samt att hoppa. Övningarna har bitvis delats in i grupper efter förmåga och intresse. Ansvariga har varit Fredrik Forsell och Anders Bylund.

Gym

På Bygården finns fortsatt ett gym som får användas av våra betalande medlemmar.

Cirkelträning

På måndagskvällar har vi under vinter, vår och höst haft cirkelträning på Bygården. Under sommaren har träningen bedrivits utomhus. Mellan 10 och 20 vuxna har deltagit vid varje tillfälle, ibland har några barn varit med och tränat. Dessutom har det oftast varit mellan 5 och 15 barn som kommit och varit med i lokalen och lekt aktivt tillsammans under tiden som träningen pågått. Träningen har fokus på styrka men också en hel del kondition. Övningarna är enkla och passar alla. Ansvariga är Mia Lundmark och Anna Varg.

Undersåkers Unextreme Challenge "UUC"

Den 29:e augusti gick årets UUC av stapeln. Startfältet var fulltecknat med 25 lag. Tävlingen genomförs i tvåmannalag och består av cykling, paddling i gummibåt och löpning och är ett mycket uppskattat event för både deltagare och publik. Kvällen bjöd på fint väder och lockade ett hundratal åskådare som kunde köpa bullar och kaffe/saft i målområdet. Segrare blev i år Anton Olofsson och Tobias Lundmark. /Mia Lundmark

St Olavsloppet

UIF ansvarar fr.o.m. 2018 för växel och vattenstationer under St Olavsloppet. St Olavsloppet är en stafett som går mellan Trondheim och Östersund varje år där både elit och motionär deltar. Man varierar från vilket håll man springer. 2018 kom löparna från Trondheim med start för dagen i Åre. Det innebär att vi har vårt uppdrag från tidiga morgonen. Vi har vattenstationer i Sää och Brattland, växel vid Bygården i Undersåker samt vattenstationer vid kotunneln och längs slalomvägen. Det var ca 25 personer engagerade under loppet och hälften som ställde iordning dagen innan. UIF får en viss ersättning för uppdraget. Loppen gick av stapeln den 30 juni. /Åsa Richardsson.

UIF:s gamla elljusspår stängdes för en del år sedan då det skulle avverkas på området. Elljuset plockades då ner. Efter det fick vi inte tillåtelse att vara på alla markområden spåret gick på och det blev en hästhage mitt där spåret gick. Efter att kommunen nu köpt marken där hästhagen varit så kunde vi öppna motionsspåret efter att en ny stigsträcka byggts för att komma förbi markområdet vi inte får använda oss av. På motionsspåret har det placerats träningsstationer utspridda efter sträckan. Det finns nu välta däck, pullups i tre höjder, höga steg/upphopp på två ställen, bänkpress/skivstång med upp till 95 kg vikter och 4 st kettlebells. Tanken är att det ska bli fler stationer och skyltar under sommaren 2019. /Tobias Lundmark

Barngympa

Under hösten 2018 har vi på söndagar haft barngympa för barn i åldern 3-4 år på Bygården.

Anmälan till gympan har skett vecka för vecka.

Det har varit mellan 10-20 deltagare vid varje tillfälle. Eftersom det är små barn som har deltagit har minst en förälder per barn varit närvarande och hjälp barnet vid behov. Gympan under hösten för dom minsta barnen kan ses som en introduktion av gymnastik där vi mest har hållit oss till en hinderbana som alla barn ska kunna klara av.

Vi som ledare har plockat fram och förberett passet och vid gympan slut har alla hjälpt till att plocka undan. Innan vi började varje pass har vi haft en kort gemensam samling samt att vi under passet tagit en gemensam frukt och vätskepaus. /Julia Laband

Fotbollssektionen

Trostevallens grusplan blev färdigställd efter en större reparation. Jobbet påbörjades på hösten 2017. Yta som hade börjat växa grävdes bort. Nytt bärlager och nytt topplager med grus lades. Diken som håller koll på regnvatten blev fixade. Parkeringen blev utbyggd på östra sidan. Vägen in från Vålådalsvägen blev lite breddad så det går att parkera även där. Diken blev fixade. Förråd, vindskydd och dass blev målade. Taken fick ny plåt och nya fönsterbleck och stuprör på förrådet. Ny trapp till förrådet blev byggd. Bron över diket till dasset blev bytt då den gamla ruttnat. Uttab hade delat stockar som det byggts två U-bänkar av runt två grillringar. AME-enheten från kommunen har röjt upp runt grusplan, gräsplan, parkeringar och infarter. Planen framåt är att det ska röjas varje år så det inte hinner bli träd av riset. Stora stenar är utlagda så att man inte kan köra bil in på fotbollsplanerna. En stor skylt med texten Trostevallen och Undersåkers IF har blivit uppsatt, även UIF:s snälla sponsorer står på skylten som är placerad vid infarten från Vålådalsvägen. Huvudsaklig finansiering av renovering av grusplan och byggnaderna är via Bygdemedel. /Tobias Lundmark

Vi har förbättrat arbetet med gräsplanen och påbörjat en rutin för att hjälpa planen att hålla längre. Vi har jobbat med attaska bort snön, täcka med avsedd fiberduk och gjort klippschema för att hela tiden underhålla den. Vi göder och stödsår tre gånger per år. Under året har UIF köpt in material, till exempel fotbollar i två olika storlekar vilket förbättrar och underlättar fotbollsträningarna. Detta materialet förvaras i kuren på Trostavallen och alla fotbollstränare hade tillgång. /Åsa Richardsson

Fotboll årskull 06-07

Vårt lag består av 20 st spelare och 2 st ledare, både tjejer och killar. Det är ganska jämt fördelat mellan 06 och 07, vi har även en tjej som är född 05 i laget. Vi drog igång med inomhusträning på Bygården i Januari, och tränade 1 gång i veckan fram till April då vi gick över till 2 ggr i veckan, då fick vi möjlighet att träna i Röjshmohallen där de hade rullat ut en filtmatta i ishockeyrinken. I maj månad kunde vi gå ut på riktigt gräs; Slagsån och Trostevallen. Tyvärr blev det inte något seriespel för vårt lag då vi bara var 2 lag anmälda till Ytterserien, en serie för lag i västra Jämtland. Jag mejlade runt lite bland andra klubbar och lyckades få till några matcher ändå, bl.a. Åre, Järpen, Offerdal och Oviken. I höstas deltog vi i Skinkcupen, en inomhusturnering i Järpen där vi mötte IFK Östersund och Ope IF, de ställde upp med 2 lag vardera. Naturligtvis deltog vi också i UIF:s stora avslutning. Vi har dragit in pengar till klubben genom att utföra en stor vårstädning runt XL-bygg. /Mats Olsson

Fotboll årskull -08

Vi har bedrivit fotbollsträningar i kombination med matcher. Det har totalt varit 31 tillfällen varav 9 matcher. Totalt antal barn som varit registrerade är 21 och två ledare. Träningen har bestått i att jobba med spelförståelse, teknik, kondition osv. Vi har i huvudsak tränat på planerna på Trostavallen, Undersåker men även några tillfällen i Slagsån. Fotbollssäsongen avslutades med en stor turnering i Järpen på nya konstgräsplanen den 30 sept. /Åsa Richardsson

Fotboll årskull 09

Jag började tidigt i våras med att erbjuda mig att köra träningarna, och Jakob Lund hakade på. Föreslog en träningsäsong med syftet att locka tillbaka några av de barn vi tappade när vi körde seriespel, som inte ville spela matcher. Tyvärr blev det inte så. Några barn i gänget hakade på 08-gänget för att få spela matcher, så vi började med två, tre barn, för att på slutet vara mellan fyra och sju, åtta barn.

Men vi härdade på och körde träningar varje torsdag. Stämningen var bra och vi hade kul. Planen var ju jättefin efter bra insatser i våras. Kul.

Inför kommande säsong flaggas det för en sammanslagning Järpen/UIF för att få ihop nog med barn till ett 09-lag som skall träna mer och spela seriespel. Åsa R, Jakob och jag har tillsammans författat ett utskick till alla 09-or där vi presenterade två idéer:

- 1 - spela med UIF/järpen, två träningar i veckan, matcher. Fokus på **fotboll** med allt vad det innebär. Åsa R. och Liams mamma Camilla kommer dra i detta tillsammans med järpenfolk.
 - 2 - "allträning" i min och Jakobs regi. Vi kommer prova på lite olika sporter, köra en träningstid i veckan. Kan bli fotboll nån gång också. Alla är välkomna, självklart även de som väljer att spela fotboll. Därför kommer vi försöka lägga träningarna på olika dagar. Vi har fått några napp och kommer utvärdera intresset snart, för att se om det är lönt att dra igång. Vi känner att vi måste vara några fler än förra säsongen för att det skall gå att få till vissa sporter vi tänker prova.
- /Martin Svensson

Fotboll årskull 10-11

Vi, Madelene Andersson, Monica Norberg och Kina Lundin-Eldrot har under 2018 tränat barn födda 2010-2011. Vi har varit mellan 20-25 spelare vid nästan alla träningar och har tränat en gång per vecka, tisdagar 17.45-18.45. Laget har varit med i Ytterserien och det betyder att vi mött lag i närområdet. Matcherna har varit fördelade så att ett par matcher har spelats innan sommaren och några efter. Fotbollssäsongen har pågått mellan slutet av maj till slutet av oktober.

Fotboll årskull 12-13

I juni startade André Persson Fjellner och Lina Lennemar upp fotbollsträning för de allra yngsta födda 2012-2013. Intresset är stort och vi har haft många barn som har deltagit på träningarna. Vi hade fyra träningstillfällen på våren och sex på hösten. I början handlar det mycket om att leka med bollen och bli kompis med den, men vi har även tränat på att dribbla, passa och skjuta på mål. Efter barnens önskemål spelade vi även match på träningarna. Vi deltog även på Helenloppet och på fotbollsavslutningen på Trostevallen. Det har varit väldigt lyckat och vi hoppas på fortsättning till våren och sommaren.

Fotbollsavslutning

Den 20 okt hade UIF avslutning för alla fotbollslag tillsammans. Det här dagen mixades alla barnen i 7 olika lag och tilldelades en ansvarig lagledare från tränarstaben. Det fanns två rena vuxenlag. Dessa lag lottades och alla spelade tre matcher vardera.

UIF bjöd deltagarna på hamburgare med tillbehör, festis, kaffe och fikabröd. Vi höll till på Trostavallen. Totalt deltog ca 70 barn och ca 35 föräldrar. Vi bjöd även in våra sponsorer som hjälpt oss de senaste åren.

Grupp för nytt Allaktivetshus

Inför sommaren bildade UIF en grupp som arbetade med att tillgodose föreningens intressen i Bygårdsföreningens arbete med att tillsammans med Årehus planera för byggandet av ett nytt Allaktivitetshus i Undersåker. Gruppen bestod av från styrelsen Ingrid Hedlund och Tobias Lundmark och medlemmarna Helena Lindahl, Lina Lennemar, Johan Burger Hyllienmark, Ola Bergqvist och Johanna Ojala, Gruppen har träffats två gånger samt en gång tillsammans med Bygårdsföreningen och en gång tillsammans med Bygårdsföreningen och Årehus.

Vi i UIF:s styrelse vill tacka alla inblandade för engagemang och intresse, det är alla dessa ideella timmar som gör vår förening. Vi ser fram emot ännu ett år med UIF!

Textmaterialet är inlämnat av berörda ledare och sammanställt och redigerat av

Maria Kerner, sekreterare UIF.