

Verksamhetsberättelse

Undersåkers IF 2019



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: Natasha Skott och Hans Gradin

Medlemmar i UIF 2019: 556 st

Vi har haft 3 styrelsemöten, ett årsmöte och en ledarträff under året.

AKTIVITETER INOM UIF

Judo

Judon har genomförts med en grupp för yngre (förskoleklass-3:an) kl.18:00-19:00, nybörjare och fortsättning, och en grupp för äldre (3:an och uppåt) kl.19:00-20:15. Under hösten har också en grupp för ungdom/vuxen genomförts på torsdagar kl. 18:00-19:00. Tränare har varit Ola Bergqvist.

Cykel

Under våren och försommaren har vi haft cykelträning för alla barn som kan cykla. Träningarna har skett på fredagar 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. Under hösten skedde några träningstillfällen men många ställdes in pga det dåliga vädret. Ansvariga har varit Fredrik Forsell och Anders Bylund.

Gym

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

för gymmet har ökat har vi tillsatt en gymansvarig som håller i information för de som använder det samt ser till att det underhålls och köps in rätt utrustning. Gymansvarig är Johanna Ojala.

Cirkelträning & Jympa

Under året 2019 har vi bedrivit cirkelträning på bygården varje måndag kl 18-19. Vid varje träningstillfälle har vi haft ca 20-30 vuxna deltagare samt ca 10 barn som varit med och lekt och rört på sig. Under sommaren bedrevs träningen utomhus och vi hade då runt 10 vuxna deltagare vid varje tillfälle. Ledare har varit Mia Lundmark och Anna Varg.

Från och med höstterminens start har vi också haft Jympa på Bygården, onsdagar 19.15-20.15 med ca 10-15 deltagare per tillfälle. Ledare har Helen Stenmark Tullberg varit.

Några gånger under hösten kunde vi också erbjuda Yoga med Alva Happe. Det var mycket uppskattat med 5-10 deltagare varje gång.

Undersåkers Unextreme Challenge "UUC"

Den 28:e augusti arrangerade UIF Undersåkers Unextreme Challenge. En triatlontävling i tvåmannalag med cykling, löpning och paddling i gummibåt. Ett mycket uppskattat arrangemang som den här gången lockade 18 deltagande lag och en hel del publik. Segrade gjorde Henrik Bofeldt och Ludwig Åhsberg. Ansvarig: 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. 2019 kom löparna från Trondheim med start för dagen i Åre. Det innebär att vi har vårt uppdrag från tidiga morgonen. Vi har vattenstationer i Såå 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 29 juni. Ansvarig var Åsa Richardsson.

UIF Djungelgym

Under hösten 2019 färdigställdes av Tobias Lundmark Djungelgymmet som består av 8 styrketränningsstationer längs en slinga på 2 km. Det har också placerats ut fina skyltar där man kan läsa om UIF:s historia som Jörgen Roos har sammanställt.

Barngympa 3-5 år

Vi har haft gympa under tiden april-juni och oktober-december 2019, på lördagar.

15 deltagande barn vid varje tillfälle, anmälan vecka för vecka.

Vanligtvis byggs en hinderbana upp som barnen får springa fritt i. Därtill leker vi kull eller gör någon annan gemensam lek. Under hösten hade vi tema varannan gång då vi istället för hinderbana testade friidrott, fotboll, yoga och gymnastik. Gympan har fungerat väl och varit uppskattad hos barnen. Ansvarig: Jenny Örn

Rörelseglädje barn 3-5 år

I slutet på hösten startade Rörelseglädje för barn mellan 3-5 år på Bygården. Ledare är Christina Bäck med hjälp av Ingrid Hedlund. Aktiviteten består av uppvärmning, bana och gemensamma rörelselekar och avslappning.

Allträning -09

Verksamhetsåret 2019 var ett händelserikt sådant för UIFs allträningssektion. I slutet av januari författades ett utskick angående olika träningsmöjligheter för 09or i UIF och i konstellationen JUF - Järpen Undersåker Fotboll. Intresset var lite svalt, med sju barn anmälda, kanske på grund av att det fortfarande var tidigt, men vi ville vara ute i god tid och planera. Det skulle visa sig senare att intresset växte, framför allt för fotbollsträningarna som Åsa och Camilla höll i med bravur.

Vi bestämde oss i alla fall för att göra en grovplanering och började på att spåna på möjliga aktiviteter. Vi fick fram en lista med ett stort antal mer eller mindre genomförbara äventyr. Dessa resulterade i 14 träningstillfällen.

Den 16 maj började träningarna och vi avverkade följande sporter:

Basket

MTB cross country i skogen

Bordtennis

Brännboll

Ultimate Frisbee

Simning

MTB på single track i björnen

Bågsytte

Ridning

Fiske

Motorsport

Terränglöpning

Innebandy

Eftersom vintern var i antågande relativt tidigt valde vi att avsluta med klassikern brännboll på Trostevallen 26/9 med hela 15 närvarande barn samt ett stort antal engagerade föräldrar.

/Tränarna Jakob & Martin

Fotboll årskull -08

Jag tog över som tränare för UIF fotboll - 08 förra året och vi drog i gång träningen i mitten av april. Så fort det blev möjligt började vi träna på Trostevallen och körde 2 pass i veckan hela säsongen. Vi är ett mixat lag med träningsvilliga barn och fokus ligger i första hand på gemenskap och glädje framför att vara resultatriktade.

Vi deltog i ÖFK-ligan förra året och siktar på det även i år men under rådande omständigheter är det väldigt oklart vad det blir.

I snitt var vi strax över 10 barn på träningarna och hela truppen innehöll ca 15 barn.

Fotboll årskull 10-11

Madelene Andersson, Monica Norberg och Kina Lundin-Eldrot har under 2019 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, med några veckors uppehåll mitt i sommaren.

Fotboll årskull 12-13

André Persson Fjellner och Lina Lennemar leder gruppen 2012-2013, den allra yngsta. Intresset är stort och vi har haft upp emot 17 barn som har deltagit på träningarna, både tjejer och killar. Våra träningar drog igång senare delen av juni, då många ville delta på ÖP's fotbollsskola i Järpen under maj/juni. Vi hade tre träningstillfällen på försommaren och åtta på hösten. Efter barnens önskemål ordnade vi tillsammans med Duveds IF en matchturnering som avslutning på säsongen. Vi deltog även på Helenloppet och på UIF-dagen på Trostavallen. Det har varit väldigt lyckat och vi hoppas på fortsättning till våren och sommaren.

UIF-dag

Under hösten i samband med fotbollsträningsavslutningen anordnades en UIF-dag på Trostavallen för föreningens samtliga medlemmar. Gemensam fotbollsturnering, gå-bingo, frisbeeturnering genomfördes. Föreningen bjöd på grillad korv och fika.

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.