



ÖSTERSUND-FRÖSÖ SLALOMKLUBB



*Verksamhetsberättelse
Säsongen 2020-2021*

Verksamhetsberättelse 2020-2021 Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

ÖFS Styrelse:

Styrelsen för Östersund-Frösö slalomklubb vill lämna följande verksamhetsberättelse för säsongen 2020-2021.

Styrelsen har under året bestått av Erik Vinger Alverlind, ordförande; Kristina Andersson, vice ordförande; Stefan Ax, kassör samt ledamöterna P-A Lindström, Jenny Sandström, Maria Holmqvist och Lina Tirén. Marie Flodström och William Kauppi har varit suppleanter. Styrelsen har haft 15 protokollförda möten (inklusive konstituerande möte). Genomgående har också valberedningen beretts möjlighet att delta på styrelsemötena.

Antalet medlemmar var under säsongen 868 med fördelningen 469 pojkar/män och 399 flickor/kvinnor. Föreningen har erbjudit 460 barn och ungdomar i åldrarna 7-20 år samt ett 30-tal äldre åkare utförsåkning i olika grenar och grupperingar under vår värdegrund

- Glädje och Delaktighet
- Bekräftelse och Respekt
- Gemenskap och Framgång

Föreningens verksamhet är träning och tävling i alpin skidåkning. Träning och tävling bedrivs i åldersindelade grupper. Verksamheten ska bl a bidra till en meningsfull fritid, social samvaro och folkhälsa. Gruppernas verksamhet presenteras längre fram.

Verksamhetsåret har naturligtvis präglats av att vi befunnit oss i en pandemi som påverkat verksamheten mycket. Vi har hållit fiket stängt under merparten av året. Vi har tvingats ställa in en del läger med övernattnig. Våra tävlingsarrangemang har också påverkats med lägre deltagarantal och justerade rutiner omkring arrangemangen. Det har varit påfrestande men vi har säkert lärt oss mycket också.

Som en strategisk positionering och ett utslag av vår värdegrund pågår i klubben ett närmande mot parasporten. Detta har inte på ett påtagligt sätt präglat verksamheten under året men däremot pågår ett arbete med att, som medarrangör, förbereda för ett större parasportarrangemang under kommande säsong januari 2022 som en förberedelse för ett ännu större arrangemang under säsongen därpå januari-februari 2023.

Värdegrunden har varit ett uppdrag för styrelsen under året. Styrelsen ser det personliga mötet som centralt för att utvecklas i fråga om delaktighet och gemenskap ur vilka begrepp ofta bekräftelse och respekt kan födas. Det är lätt att inse att i en tid som präglats av ansträngning att undvika personliga möten har det varit svårt att arbeta aktivt med att implementera värdegrunden. Samtidigt ser styrelsen att även små symboliska åtgärder kan ha effekter som påverkar implementeringen positivt. En sådan är att fortsättningsvis i all kommunikation presentera föreningen med värdegrunden. En annan att när det påkallas i personliga möten påminna om innebörden i värdegrunden.

Värdegrunden och implementeringen av värdegrunden i verksamheten har också varit föremål för diskussioner i styrelsen. Utifrån dessa diskussioner kan vi konstatera att vi behöver se över och tydliggöra de policys som gällt sedan tidigare vad gäller exempelvis subventioner men också i övrigt vad vi vill ska prägla den verksamhet som ytterst möter våra ungdomar. Alla ungdomar möter olika kulturer och traditioner. Vi tror att de aktiva i sin

Verksamhetsberättelse 2020-2021
Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

utveckling har nytta av att göra mycket på skidor och att de verksamheter ÖFS erbjuder kan korsbefrukta varandra. Detta har vi velat signalera genom att säga att det ska räcka med att erlægga en träningsavgift för att ta del av all träning i de olika sektionerna. Det finns helt klart lärdomar att dra av det beslutet och det lämnar vi över till nästa styrelse.

Vi är inte nöjda med anläggningen. Framför allt är det tråkigt att det är så svårt att få till tidig och tillräcklig snöläggning. Vi har kontakt med Östersunds kommun för att finna lösningar på problemen och åtgärda dem.

Trots anläggningsproblem har det anordnats tävlingsarrangemang på Frösön och på andra håll. Dessa har i vissa fall varit påverkade av begränsningar i deltagarantal vilket också påverkat intäkterna från denna del av verksamheten. Intäkterna har också påverkats av att möjligheterna till övrig försäljning i samband med tävlingsarrangemang varit begränsade. Arbetet med att få in nya sponsorer fortgår och kommer att fortsätta.

Organisationsmässigt har vi fortsatt med den struktur som sattes förra året som innebär att arbeta med arbetsgrupper för strategiska områden. Kansliet genomgår förändringar till följd av att Eva Strömberg Carlsson redan under föregående verksamhetsår aviserade att hon skulle gå i pension. Vi har därför under året arbetat med att rekrytera en ny kanslist, Lena Jansson.

Föreningens ekonomi har varit svår att förutse. Å ena sidan har det funnits mängder av pandemifaktorer som påverkat ekonomin negativt. Å andra sidan har det funnits pandemifaktorer som påverkat ekonomin positivt. Till dessa hör att aktiviteterna blivit färre (vilket naturligtvis måste betraktas som negativt ur verksamhetssynpunkt) samt att det inkommit en relativt god kompensation i Corona-stöd.

Vi kan konstatera att vi är en förening som fortsätter att kämpa med stora utmaningar men som på många sätt mår bra och representerar någonting positivt. Vi har en stabil ekonomi som gett oss möjligheter att under året jobba med en budget som inte var i balans för att trots intäktsminskningar kunna bibehålla mycket av verksamheten på ett coronasäkert sätt. Som styrelse kan man inte annat än se med tacksamhet på alla som engagerar sig i vår verksamhet och dag efter dag möter våra aktiva barn, ungdomar och unga vuxna. Det leder oss in på ett viktigt fokusområde för framtiden nämligen att få fler unga vuxna att på olika sätt stanna kvar i sitt engagemang för livslångt idrottande.

Nedan följer respektive grupps verksamhetsberättelser:

ÖFS KIDS Alpint

Östersund Frösö slalomklubbs yngsta grupp med åkare i åldrarna 6–10 år motsvarande gruppbenämningarna U8 och U10. Vi har under säsongen 20/21 haft 107 aktiva åkare i Kids. Dom har tränats av 5 ungdomsledare, 10 vuxenledare samt flertalet föräldrar som hjälpt till under träningarna.

Träningen startade vecka 39 med barmarksträning utomhus och höll på till vecka 42. Vecka 45 så flyttade vi in träningarna till Östbergshallen på Frösön. Sista inomhusträningen var vecka 51 och sedan hade vi första träningen på snö för hela Kids måndag 6 jan. När vi är på snö tränar hela Kids måndagar i Silverling/GB och på onsdagar erbjuds även träning för U10 i Ladängen.

Totalt så erbjöds deltagarna i U8 20 träningstillfällen och U10 29 träningstillfällen. Närvaro på träningarna uppgick till 62 % på åkare födda -14 65% födda -13 39% födda -12 och 41 % födda -11.

23/1 Var det 8 deltagare från ÖFS U10 som körde tävlingen Hamresvängen i Duved; 2 flickor och 6 pojkar.

Lördagen den 27/2 genomfördes Snökanonen (U10) i Gustavbergsbacken efter Lilla Världscupen(LVC)-kvalet. Totalt var det 65 startande. ÖFS hade med 13 flickor och 21 pojkar. Stort tack till gänget bakom LVC-tävlingen som stannade kvar och hjälpte till på Snökanonen.

Detta år fick vi inte till någon familjedag på grund av rådande pandemi men hoppas att det går att genomföra kommande vinter.

Tack till alla ledare, ungdomsledare och alla föräldrar som hjälper till.

ÖFS U12 Alpint

U12 har under säsongen 20/21 haft 42 aktiva åkare: 24 (16 flickor, 8 pojkar) födda 2009 och 18 (13 flickor och 5 pojkar) födda 2010. De har tränats av sju ledare och ett flertal föräldrar har ställt upp som hjälp i backen under träningarna.

Säsongen startades med ett barmarksläger i Edsåsdalen som arrangerades av Åre SLK. Barmarksträningen här hemma bedrevs både ute och inne vid 24 tillfällen. Gruppen har även erbjudits att skejta på Bangården under hösten.

Det blev hela 30 träningar på snö i GB och 15 skicross-träningar i Ladängen. U14 har deltagit med cirka 20 åkare per tillfälle på LVC-kvalen i Duved, Tänndalen och Frösön. Tränarna har anordnat lovträningar i Åre, Vemdalen och Bydalen, totalt 15 tillfällen. De har arrangerat sju heldagsträningar på helger i Klövsjö, Duved och Åre, fyra av dessa var fartträningar.

Verksamhetsberättelse 2020-2021 Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

Tränarna har förutom att träna barnen även erbjudit föräldrautbildning under fyra kvällar i samband med barnens barmarksträning där de bl a berättar om utrustning och hur tävlingar arrangeras.

ÖFS Skicross

Skicrossen är ingen egen sektion inom ÖFS utan ligger idag under U12 alpint. Ingen specifik träningsavgift har utgått utan alla barn/ungdomar från U12 och äldre som har betalat en träningsavgift inom ÖFS (alpint eller freeski) har varit välkomna att delta på träningen.

Under säsongen har skicrossen haft tillgång till sin backtid i Ladängen måndagar kl. 19:30-21:30 fr.o.m v.2 t.o.m v.13. Vi har varit mellan 9-20st ungdomar i alla åldrar från både alpint och freeski under träningarna. Almåsa SK har även i år varit inbjudna och under säsongen deltagit på träningarna. Träningarna har genom fantasi, lekfullhet och spontanitet utmanat och utvecklat ungdomarna i fart, hopp och skidteknik.

Skicrossen har ingen egen barmarksträning då åkarna erbjuds detta i de grupper som de betalat sin träningsavgift.

Vid en av träningarna i vinter så var rikstränare John Lind tränare tillsammans med landslagsåkaren Erik Moberg. Väldigt roligt och uppskattat inslag.

ÖFS U14 Alpint

1 Aktiva

Gruppen har bestått av av 26 st åkare fördelat på födelseår och kön enligt nedanstående tabell.

	2007	2008	Totalt
Flickor	7	7	14
Pojkar	3	9	12
Totalt:	10	16	26

2 Tränare

Gruppen har totalt 6 st tränare. Dessa är,

- Patrik Schjelvan, Huvudtränare,
- Maria Mikelsson,
- Alexander Feinestam,
- Daniel Modin,
- Jonas Berg,
- Andreas Norén

3 Stödorganisation

Stödorganisationen har varit fullt bemannad och bestod av nedanstående funktioner,

Funktion	Namn
----------	------

Tävlingsansvarig	Patrik Schjelvan
Ekonomiansvarig	Maria Mikelsson
Gruppsansvarig	Mattias Marktin
Lägeransvarig	Christina Marktin
Materialansvarig	Ulf Larsson och Göran Almqvist
Caféansvarig	Thomas Drevhammar
LOK-ansvarig	Linnea Bäckman
Sjukvårdsansvarig	Daniel Modin

4 Verksamhet

Verksamheten kan delas in i kategorierna Träningar, Läger och Tävlingar.

4.1 Träningar

Träningarna var indelade i tre perioder,

- Försäsong barmark ute/inne – perioden juni tom november, totalt 29 träningspass,
- Försäsong snöträning – perioden oktober tom december, totalt 25 träningspass,
- Tävlingsäsong snöträning – perioden december tom maj, totalt 102 träningspass.

Träningsfrekvensen har varierat stort inom gruppen. 11 st åkare har deltagit i mer än 50% av de erbjudna träningstillfällena. Totalt har samtliga ungdomar gemensamt deltagit på 1764 st träningspass vilket innebär i genomsnitt 68 träningspass/åkare och säsong.

4.2 Läger

Gruppen hade planerat för en omfattande lägerverksamhet men pga corona fick de flesta läger ställas in. Dock genomfördes ett barmarksläger (för samtliga U14 i regionen) samt ett försäsongsläger i Käbdalis.

4.3 Tävlingar

På motsvarande sätt har tävlingsäsongen blivit kraftigt reducerad. Ett antal åkare deltog i Vemdalslalom och samtliga tre LVC-kval genomfördes. Det innebar dock att tävlingsäsongen avslutades redan v7 vilket var 10 veckor innan ordinarie tävlingsäsong skulle ha avslutats. P g a tidigt avslutad tävlingsäsong genomfördes "corona-cup" som en intern tävling i U14 ÖFS. Den innebar att ett antal åk under olika tillfällen genomfördes på tid i samband med ordinarie träningstillfällen. Det var ett mycket uppskattat arrangemang.

ÖFS U16 Alpint

Under säsongen har U16 haft 16 åkare enligt fördelningen nedan:

- 10 pojkar: 3 födda -05, 7 födda -06
- 6 flickor: 5 födda -05, 1 född -06

U16 har haft 6 tränare under säsongen och har haft bra stöd från föräldrar då det behövts under träningar på snö.

Verksamhetsberättelse 2020-2021 Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

Försäsongsträning startade i slutet av maj med 2 pass/vecka: ett crossfit-pass och ett utomhuspass med fokus på allsidig träning. Efter sommaruppehållet i slutet av augusti fortsatte barmarksträning med 3 pass/v. V 35-v 39 hade U16 tillgång till hinderbanan samt utegymmet på Frösö Park 1 ggr/v vilket var mycket uppskattat. Pass nummer 2 bedrevs utomhus i Lövsta eller på skidstadion och Pass 3 var crossfit. Fokus på barmarksträning var styrka, koordination, lekövningar samt snabbhet. Under sommaren och fram t o m v 43 hade vi även extraträning på söndagar då vi cyklade MTB. Från v 40 hade U16 inomhusträning 1 ggr/v i Östbergsskolans gymnastikhall. Inomhusträningen präglades av styrka, teknik och koordination. Dessutom fortsatte U16 med 1 crossfit-pass per vecka fram till jullovet.

U16 åkte på första lägret v 43 till Kåbdalis – lägret förlängdes till 12 dagar då det planerade lägret till Juvass blev inställt p g a COVID-19 samt efterföljande läger till Dundret blev inställt p g a snöbrist. Förhållande i Kåbdalis var helt ok och U16 hade ett roligt och uppskattat läger där alla i gruppen deltog.

P g a snöbrist i Klövsjö/Åre och p g a COVID-19-restriktioner bedrevs resterande försäsong i Tänndalen där U16 ordnade dagträning men där respektive familj själva anordnade/koordinerade boende.

Ordinarie träning har ägt rum i Gustavsbergsbacken tisdagar och torsdagar. På onsdagar har gruppen valt att söka längre backar för GS/SG träning och då mestadels samarbetat med Klövsjö/Vemdalen och Åre SLK.

Uppslutningen under försäsongsträningsperioden och träningen på snö har varit mycket god. Under jul- och sportlov har träning bedrivits i Björnrike, Åre och Duved tillsammans med andra klubbar enligt schema från Skistar.

Tack vare gott samarbete med Åre SLK har ÖFS U16 kunnat förlänga säsongen så långt som en bit in i maj, och då har träningsarenan varit Stendalen som bjudit på mycket snö och fint väder under våren. Träningarna på snö har varit varierande med skidvaneövningar blandat med teknikbanor och vanliga banor.

Under säsongen har ett flertal tävlingar körts av gruppens åkare med fina resultat. Utöver USM-kvalen och har åkare även deltagit i exempelvis Vemdalen Winter games. Efter det sista USM-kvalet ställdes dock samtliga tävlingar in. U16 fortsatte enligt planerad träning då tävlingssäsongen avslutades samt hade flera extra träningstillfällen på helgerna. Från maj hade U16 10 crossfit-pass innan gruppen delades in i nya grupper.

Avslutningsaktivitet hölls på Östersunds motorstadion med efterföljande mat i GB. U16 har haft ett nära samarbete med övriga klubbar i både Jämtland-Härjedalen (JH) och Region 2 och ett flertal dagläger har genomförts i gemensam regi då tävlingssäsongen blev inställd. Även ett gemensam avslutningsaktivitet för samtliga klubbar inom JH arrangerades tillsammans med We&Sports.

Då pandemin satte stopp för tävlande en bit in i även denna säsong hade gruppen kvar en stor del av budgeten vid säsongens slut. Av gruppens budget på sammanlagt 88000kr (5500kr/åkare) fanns ca 44000kr kvar. Subventionen på ca 1400kr sammanlagt per åkare gavs för två dagars liftkort på ett av höstens alla läger i Tänndalen/Funäsdalen, startavgift på Vemdalen Winter games och startavgift på USM-kval i Bollnäs. Då 05:ornas planerade USM-final i Storklinten ställdes in, och boendet inte kunde bokas av, betalades det av gruppbudgeten men finns inestående och kan nyttjas av klubben under resten av 2021. I slutet av säsongen togs medel av gruppbudgeten också till en avslutning med gokart och

Verksamhetsberättelse 2020-2021 Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

pizza som inkluderas i nämnd subvention/åkare på ca 1400kr. Ledarsubvention gavs också från gruppbudgeten för liftkort till två ledare på USM-kvalet i Bollnäs.

Summering av säsongen är att trots snöbrist i början av säsongen och inställda tävlingar så har det varit en mycket lyckad säsong, stort deltagande från aktiva och föräldrar med engagerade tränare. Samtliga -05 åkare har valt att fortsätta med skidåkning som FIS åkare och samtliga kommer att börja på ett skidgymnasium.

ÖFS Juniorer/Seniorer Alpint

Säsongen 2020-2021 blev återigen en väldigt annorlunda säsong utifrån den pandemi som råder. Detta har förstärkt påverkat verksamheten mycket och saker och ting blev inte riktigt som vi tänkt. Vi kan bara hålla alla tummar som går och hoppas på att kommande säsong möjliggör tävlande.

ÖFS Junior/Senior grupp har säsongen 2020-2021 haft cirka 25 åkare som tävlat och tränat på olika nivåer. De flesta av våra juniorer går på alpina skidgymnasier runt om i landet. Normalt bedrivs träning av ansvariga tränare på respektive skola/universitet och endast i klubbens regi under lov beroende på efterfrågan, tillgång till backar och tränare. Under höstlovet kördes några dagar i Idre. Under julen var det ganska ont om backtider, men vi kämpade på och fick ihop ett antal kvalitativa träningar.

Innan nyåret var det tänkt att våra planerade tävlingar (slalom) i Duved skulle arrangeras som SM för 2020. Tyvärr lyckades inte Skistar få till backarna i tid, vilket medförde att vi var tvungna att ställa in dessa tävlingar och inga svenska mästare kunde koras för 2020. I början av mars skulle vi själva arrangera Junior-SM (JSM) i både storslalom (GS) och slalom (SL) i Almåsa, men då rådande restriktioner inte tillät oss det, så arrangerades "vanliga" FIS-tävlingar istället. Även JSM i fart (störtlopp och super-G) som skulle gått i Åre blev inställt. Sista veckan i mars kunde dock SM i super-G(SG)/GS/SL genomföras i Åre. Inga direkt framskjutande placeringar, men vår förstaårs-junior Saga Jonsson tog en fin 24:e plats i damernas GS och Oscar Holmqvist knep samma placering i herrarnas dito. På slalomtävlingarna blev Stella Rodling Swanberg 14:e. På herrsidan var det tyvärr bara 21 åkare som tog sig i mål och ingen av dem var från ÖFS.

Under säsongen har följande tävlingar arrangerats i ÖFS regi. SL i Duved i mitten av januari för både damer och herrar, GS i Almåsa för endast damer i slutet av januari, samt två dagar med GS för damer och herrar i Almåsa, totalt sex tävlingsdagar. En stor eloge till alla som arbetade under dessa tävlingar. FIS i Almåsa blev fantastiska tävlingsdagar med sol och rättvisa förhållanden med glada aktiva, ledare och arrangörer.

17-18/12: 2xSL FIS/SM, Duved – INSTÄLLT

16-17/1: 2xSL FIS, Duved

23-24/1: 2xGS FIS Damer, Almåsa

4-5/3: SL + GS FIS, Almåsa – INSTÄLLT

4-7/3: 2xSL + 2xGS JSM, Almåsa – INSTÄLLT

6-7/3: 2xGS FIS, Almåsa

Verksamhetsberättelse 2020-2021
Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

BAUHAUS Alpine Elite Tour (totalplaceringar)

Saga Jonsson 14:e

Anthon Cassman 17:e

Flera åkare har även gjort fina resultat på FIS och ENL tävlingar under säsongen.

Vi kavlar upp ärmarna och tar nya tag och hoppas alla åkare får vara hela och att de fortsätter att utvecklas mot nya framgångar. Vi har 15 tjejer och 18 killar som har ansökt om FIS-licens till nästa säsong, varav vi hälsar 8 nya juniorer (3 killar och 5 tjejer) välkomna till verksamheten. Vi tackar också de åkare med föräldrar som efter denna säsong väljer att avsluta sina skidkarriärer för nya utmaningar. Lycka till och tack för det som varit och välkomna att hjälpa till även framöver om ni känner att ni saknar oss som är kvar.

Lars-Åke Wallin
Gruppansvarig Jun/Sen

ÖFS Freeski

Säsongen började med att vi bytte namn på gruppen från ÖFS Freestyle till ÖFS Freeski för att stämma bättre överens med benämningar nationellt och internationellt. Vi ändrade också gruppindelningarna mellan åldrarna så att de stämmer överens med åldrar och benämningar enligt Svenska Skidförbundet (SSF). Nu består freeskigruppen av Freeski Kids, Freeski Ungdom och Freeski Jun/Sen.

Totalt växte antalet aktiva freeskiåkare från 40 säsongen 2019-2020 till 68 säsongen 2020-2021. Freeski Kids omfattar åkare födda -10 och -09. Barnen i den yngre åldern kom från det som tidigare var U12 gemensamt för alpint och freeski. Gruppen växte snabbt och hade i slutet av säsongen 25 aktiva barn och vi valde att inte ta in några fler barn för att få plats på träningarna. På grund av corona-läget så har helgläger blivit dagläger och en del aktiviteter har fått ställas in eller göras annorlunda.

Säsongen började i trampolinhallen som sig bör där vi hade tre tider i veckan under september - december. Den yngsta gruppen var dock inte med på träningen, primärt på grund av att den nya gruppindelningen beslutades relativt sent. Det var som alltid stort engagemang i trampolinhallen med många aktiva barn. Skateträning i skatehallen har fortlöp under torsdagar hela säsongen. Backträningen startade i januari i Silverling och flyttade sen över till Ladängen i februari för att avslutas strax efter påsk.

Vi hade i år förmånen att få gratulera en ny världsmästare, Oliwer Magnusson, vilket vi gjorde genom att låta alla barn i föreningen få åka med honom en eftermiddag i Ladängen.

Vi genomförde ett välbesökt dagläger i Björnrike och en lika välbesökt säsongsavslutning i Åre. Domeläget i Gävle ersattes med ett dagläger på Jumpyard i Åre.

Verksamhetsberättelse 2020-2021
Östersund-Frösö slalomklubb

Datum:

2021-08-31

Freeski-organisationen har under året format ett årshjul för utbildningar och tränarträffar, och vi genomförde en första ledarutbildning under ledning av Svenska Skidförbundet, där 12 av våra ledare, unga och föräldrar, deltog. Vi genomförde också en HLR-utbildning tillsammans med Christer Löfgren där både barn och föräldrar deltog.

Vi har som organisationsgrupp varit operativa i bygget av årets park, i både Ladängen och Silverling, i samarbete med Brädklubben. Vi har i år rekryterat fyra nya ungdomstränare som fått en första ledarutbildning som nämnts ovan. Utöver dessa så har vi haft två proffstränare, Pontus och Adam, och flertalet föräldrar som hjälpt till under träningar och läger.