

# ***Verksamhetsberättelse***

## ***Korpen Kinda***

### ***år 2014***



Corepass i nyrenoverade Åsundahallen, Spegelsalen, 2014

# **ÅRSSTÄMMA PÅ KINDA-YDRE SPARBANK I RIMFORSÅ**

**12 MARS 2015 KL 19.00**

## **Dagordning;**

- § 1. Stämmans öppnande och fastställande av röstlängd för mötet**
- § 2. Stämmans behöriga utlysning**
- § 3. Fastställande av dagordningen**
- § 4. Val av ordförande och sekreterare för stämman**
- § 5. Val av två justeringsmän**
- § 6. Val av två rösträknare**
- § 7. Verksamhetsberättelse**
- § 8. Resultat och balansräkning för 2014**
- § 9. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning 2014**
- § 10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för år 2014**
- § 11. Fastställande av medlemsavgift och kostnadsersättning till styrelsen**
- § 12. Handläggande av ärenden som enligt stadgarna inkommit**
- § 13. Antagande av nya stadgar**
- § 14. Verksamhetsplan och budget för 2015**
- § 15. Val av ordförande för 1 år**
- § 16. Val av styrelseledamöter för 2 år**
- § 17. Val av styrelseledamöter för 1 år**
- § 18. Val av revisorer**
- § 19. Val av valberedning**
- § 20. Övriga frågor**
- § 21. Stämmans avslutning**

## **Verksamhetsberättelse för år 2014**

Styrelsen för Korpen Kinda avger härmed följande verksamhetsberättelse för år 2014.

### **Medlemmar**

2014-12-31 hade föreningen 527 unika medlemmar. Detta är en betydande ökning, närmare bestämt med 66 %, sedan året innan då vi hade 347 medlemmar. En förklaring kan vara att vi blivit bättre på att poängtera vad medlemskapet innebär och står för. En annan förklaring kan också vara att vi tagit bort delar av våra aktiviteter där vi inte krävt medlemskap och därmed kunnat lägga energi på andra delar av verksamheten där vi är bättre på att arbeta med medlemskapet. 392 personer av våra medlemmar är kvinnor, 135 är män. 44 av våra medlemmar är mellan 16-25 år. Detta är en uppgång med 17 personer sedan förra året. Det är en ökning med 39 % i den gruppen.

### **Styrelsen**

Styrelsen har under året haft följande sammansättning;

Ordförande;	Helena Vaernéus
Kassör;	Torbjörn Nyström/Malin Seeger
Sekreterare;	Tommy Lindblom
Ledamöter;	Malin Pettersen
	Johan Henriksson (avgick på egen begäran efter årsmötet)
	Per Kernell (avgick på egen begäran efter årsmötet)
	Sofia Klein (suppleant)
Revisorer;	Lars Löfgren
	Magnus Löfgren

### **Instruktörer/värdar**

Under året har vi haft ett 25-tal personer engagerade som instruktörer och värdar i vår gruppträningsverksamhet. Dessa personer är de som leder våra pass, är värdar för passen och sist men inte minst de vikarier som hoppar in när det behövs.

### **Kanslilokal**

Korpen Kinda har sin kanslilokal på Linnégatan 11 i Kisa. Lokalen används främst som styrelsemöteslokal och vid anordnandet av tipspromenader.

### **Konferenser och kurser**

- Inspirationskväll för instruktörer Korpen Östergötland
- 12/1 Egen utbildning för instruktörer/värdar i HLR, inkontinens vid träning.
- 9-11/5 Korpens stora mötesplats, Djurönäset.
- Juni, utbildning Yoga, Holistic Training
- Korpen Östergötlands convent för instruktörer
- 26-27/9 Träningsläger för styrelsen, Högby, med SISU Idrottsutbildarna
- 18-19/10 Fokus Korpen mötesplats, Linköping med Korpen Riks

### **Föreningens organisation**

Korpen Kinda är en lokal motionsidrottsförening i Kinda kommun. Föreningen är ansluten till Korpen Östergötland och Korpen Svenska Motionsidrottsförbundet och därmed organiserad inom Riksidrottsförbundet.

### **Verksamhet**

Verksamheten i Korpen Kinda bedrivs i både Rimforsa och Kisa. Gruppträning utgör den största delen av verksamheten. Styrelsen har under året tagit flera beslut för att renodla verksamheten för att anpassa verksamheten till det våra medlemmar frågar efter och till att starta de aktiviteter som vi tror efterfrågas inom vår verksamhetsram. Detta är en strategi vi hoppas kan ge oss både fler medlemmar, genom att vi är tydliga i vad vi erbjuder, och intäkter som gör att vi kan fortsätta utvecklas som träningsaktör. Detta hoppas vi även öppnar för att de som engagerar sig i Korpen Kinda ska känna att vi kan starta nya aktiviteter utifrån intresse från dem som finns i föreningen, istället för att driva verksamheter vidare som ingen längre brinner för. Detta tror vi skapar en större dynamik och leder till utveckling. En förening är föränderlig! Detta ställningstagande har under året lett till att;

- Gå/lunka/löp har upphört. Detta var en stor aktivitet med ca 1000 starter/år som gick ut på att fylla i ett startkort och lämna in när du motionerar vid Elljusspåret i Kisa. Priser lottades ut. Deltagandet var gratis och inga krav på medlemskap fanns.
- Tipspromenader, har tidigare anordnats i Kisa. Dessa har haft ett uppehåll då vi inte har tillräckligt många i föreningen som är villiga att driva de vidare.

Inom gruppträningen har vi lanserat flera nyheter; Korpens egna koncept EFIT, (Effektiv Funktionell Intensiv Träning), Yoga och Lättgympa. EFIT har ersatt X-fit. Vi har även satsat på halvtimmespass för att få upp intresset och möjliggöra att prova flera pass.

Under senare delen året har vi valt att lägga mer fokus på den verksamhet som bedrivs i Rimforsa då vi tidigare lagt väldigt mycket energi på att få upp intresset i

Kisa. Detta har varit svårt. Styrelsen har därför valt att värna om den verksamhet som nu finns i Kisa och arbeta mer riktat för att utveckla verksamheten i Rimforsa. Under våren hade vi fyra gruppträningspass/vecka i Kisa och under hösten två pass/vecka. I Rimforsa är motsvarande siffra elva gruppträningspass/vecka under både vår och höst.

Barnverksamhet, främst barngympa bedrivs för ca 70 barn totalt i ålder 3-11 år i Rimforsa och Kisa. Grupp inom "Fysisk aktivitet på Recept" i Rimforsa, i samarbete med skola/skolsköterska har haft ca 15 deltagare/vecka under våren.

Totalt räknat både vuxen- och barngrupper, har vi haft 21 pass/vecka under våren och under hösten 18 pass i veckan. På många pass har vi så många som 30-40 deltagare eller fler.

### ***Ledarträffar***

I januari hade vi en ledarträff där Sofia Klein utbildade i våra instruktörer om kvinnor, träning och inkontinens och Helena Vernéus genomförde en hjärt- och lungräddningsutbildning (HLR) för föreningens instruktörer.

En ledarträff med mer lättsamt tema genomfördes i juni då kakbuffé avnjöts på Sörgårdens Gästgiveri i Skeda Udde.

### ***Medlemsvård***

- 1 mars anordnade Korpen Kinda "Träna för livet" ett insamlingsevent med syfte att få våra medlemmar att prova nya aktiviteter inom Korpens ram samtidigt som pengar samlades in till de som drabbades av naturkatastrofen i Filippinerna.
- 26 april anordnades i samarbete med Kinda Kommun ett Zumbavent med Juha Takkinen från Linköping som gästinstruktör. Fyra Zumbapass genomfördes under dagen på olika platser i kommunen.
- Under perioden maj till augusti, utom semesterperioden, anordnades uteträning, bland annat löpning, EFIT, gympa och Latin Fusion, en gång i veckan för medlemmar.
- Mellan jul och nyår arrangerades "julgympapass" gratis för medlemmar.

### ***Medlemsenkät***

En medlemsenkät skickades ut under hösten och gav gott betyg till våra pass, citat;

"Bra pass med bra övningar och peppande ledare"

"Båda ledarna är så duktiga och medryckande. Gör fantastiska pass i kombination med musiken."

"Tränar igenom hela kroppen, varierad träning, fartfyllt och individanpassat"  
"Bra ledare, kul program med, bra musik!!"

Detta var också första gången vi utnyttjade de mejladresser som samlats in vid anmälan för terminskort, något som möjliggjorts av övergången från anmälan på papper till webbaserad enkät.

### ***LOK-stöd***

Föreningen har för verksamheten som bedrivs för åldrarna 7-25 år ansökt om LOK-stöd från Riksidrottsförbundet. Detta har beviljats under både vår och höst.

### ***Idrottslyft***

Föreningen har fått idrottslyftsmedel för att genomföra "Träningsläger för styrelsen" under hösten.

### ***Fokus Korpen***

Korpens stora nationella arbete för att utveckla Korpen till en modern, attraktiv aktör på motionsidrottsarenan hade sitt startskott 2012. Utvecklingsarbetet ska pågå till år 2018. Målbilden är tydlig. 2018 är Korpen tydliga med vad vi är, vad vi gör och hur man gör för att bli medlem hos oss. Vi har ännu fler ungdomar hos oss och fler arbetsplatser, och de har kul när de sportar med oss. Våra medlemmar är nöjda helt enkelt! Lokal mötesplats för Fokus Korpen-arbetet anordnades i Linköping i oktober med flera deltagare från Korpen Kinda.

### ***Marknadsföring***

- Den 17/5 genomfördes ett evenemang i Rimforsa "Leva och bo i Rimforsa", där Korpen Kinda var utställare.
- Instruktorer i föreningen genomförde uppvärmning inför Kisa stadslopp som gick av stapeln den 27/6.

### ***Slutord***

Efter en väldigt turbulent start på året med avhopp av styrelsemedlemmar och instruktörer befinner vi oss i ett läge där det händer väldigt mycket positivt i vår förening. Vi växer så det knakar. Vi vill mycket och har många visioner. Vi hoppas på att bli ännu fler som tränar med Korpen Kinda och fler som är med och leder oss i vårt spännande arbete framåt. Vi vill utveckla vår förening som friskvårdsaktör, för att bli ännu bättre på att möta efterfrågan på bra och säker motion för de som kommer till oss!

Härmed vill jag rikta ett stort tack till instruktörer, värdar, styrelsen och förstås alla våra medlemmar, utan er alla vore vi inget! Tack för 2014!

Rimforsa i mars 2015

*Styrelsen för Korpen Kinda*

Helena Vaernéus  
*Ordförande*

Tommy Lindblom  
*Sekreterare*

Torbjörn Nyström  
*Kassör*

Malin Seeger  
*Kassör*

Malin Pettersen  
*Ledamot*  
*Gruppträningsansvarig*

Sofia Klein  
*Ledamot*

### ***Verksamhetsplan 2015***

(utan inbördes ordning)

- Rekrytera fler till styrelsen
- Rekrytera fler nya instruktörer
- Utbildning av instruktörer
- Verka för att engagera fler mellan 16-25 år i Korpen
- Bibehålla vårt "basutbud" när det gäller gruppträning
- Verka för att det bildas ett föreningsråd i kommunen och arbeta för större samverkan med andra föreningar
- Arbeta med "Fokus Korpen" i syfte att säkerställa, utveckla och stärka Korpen som aktör och varumärke
- Medlemsvård ex föreläsningar, gästinstruktörer och prova på nya pass