

# VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2015



Gymnastik  
förbundet  
ÖST

## Vår verksamhetsidé

Svensk Gymnastik har många ansikten. Rolig och lekfull träning i ständigt nya former. Tävlingsutmaningar för dem som vill mer. Olika men ändå lika – den egna kroppens rörelser är i centrum. God hälsa och välbefinnande genom rörelse, gemenskap och personlig utveckling – det är Svensk Gymnastik. Hos oss är alla välkomna.

## Vår värdegrund

- Ett personligt engagemang hela livet. Vi ser och tar tillvara alla individers möjligheter att vara med.
- Nyfikenhet och öppenhet. Vi är lyhörda för den enskilde individens behov och visar förståelse för varandras verksamheter och bjuder på oss själva.
- Glädje och utveckling. Vi utvecklas och gläds tillsammans och vi lär för livet.

## Innehåll

Ordförande i Gymnastikförbundet Öst har ordet	4
Verksamhetsområden	6
Barn	6
Ungdom	6
Gruppträning	7
Parkour/Freerunning/Tricking	7
Tävlingsverksamhet	8
Truppgymnastik	8
Manlig Artistisk Gymnastik	8
Kvinnlig Artistisk Gymnastik	8
Rytmisk Gymnastik	9
Aerobic Gymnastics	9
Trampolin	9
Cheerleading	9
Projekt och aktiviteter	11
Projektledare Barn och ungdom	11
Gotland	11
Idrottens dag i Almedalen	11
GF Östs Årsmöte	12
Gymmix & Korpen Inspirationskonvent	12
Anläggningsfrågor	13
Föreningsutveckling	13
Nätverksträffar/Föreningsbesök	14
Utbildningsverksamhet	15
Sommarkurser Lillsved	15
Slutord från styrelsen	16
Årsredovisning	17
Förvaltningsberättelse	17
Resultatrapport	18
Balansrapport	19
Tilläggsupplysningar/Noter	20
Revisionsberättelse	23
Föreningsstatistik	24
Tävlingsresultat	26
Organisation	27
Styrelse	27
Valberedning	27
Revisor	27
Kansli	27
Kommunikation/Marknadsföring	27
Sammanträden och konferenser	27

## Ordförande i Gymnastikförbundet Öst har ordet

Jag har nu haft förmånen att vara ordförande för Gymnastikförbundet Öst (GF Öst) under 3 år. Ett mycket stimulerande och innehållsrikt uppdrag. Vi i regionstyrelsen tillsammans med personal och kommittéer har haft fokus på att gemensamt med föreningarna utveckla regionen inom ramen för Svensk Gymnastik Vill och Vision 2020.

Ett mycket viktigt uppdrag har varit att skapa insikt och aktiva handlingar inom området kring förbundets Uppförandekod. Den ger oss en viktig etisk grund för vår verksamhet. I relation till detta har vi på ett givande sätt samarbetat med SISU Idrottsutbildarna.

Jag lyfter här några av de viktigaste händelserna under 2015:

- Stark utveckling och genomförande av antal utbildningar under året, vilket medför kvalitetssäkring av ledare i våra föreningar.
- Flertalet ordförandeträffar. Den sista träffen satte Gymmix på kartan med starkt fokus på utveckling och sammanhållning.
- Kommittén för kvinnlig AG (KTK Öst) fick en positiv nystart under hösten med en stark förankring hos föreningar och ledare.
- Vår satsning på att utveckla verksamheterna barn, ungdom och parkour börjar ge många positiva resultat. Vi har regionalt startat en parkouförening med ca 150 nya medlemmar med hemvist i Sundbyberg.
- Vi förlänger projektanställningen för vår projektledare som ansvarar för att skapa aktivitet på våra "Vita fält" fram till den 31 dec 2016, även detta i ledet för att utveckla barn-, ungdoms- samt parkourverksamheten.
- Kommittéerna inom Barn, Trupp, Ungdom och Gymmix samt Manlig AG följer sina verksamhetsplaner mycket bra.
- Almedalsveckan var ännu en gång en mycket framgångsrik händelse under året med bland annat Peter "Foppa" Forsberg som testgymnast. Ett speciellt varmt och stort tack till föreningarna på Gotland som skapade gymnastik för alla inklusive "Foppa".
- Specialhallen på Mälarhöjdens IP i Stockholm stad börjar ta sin slutliga form, en specialhall utrustad för artistisk gymnastik och trupp gymnastik.
- Vi har startat upp en arbetsgrupp för att utreda och utveckla arbets- och träningsmiljön i Åkeshovshallen tillsammans med Idrottsförvaltningen i Stockholm stad.

Det finns utöver detta mycket mer att nämna och mycket mer verksamhet att lyfta fram. Jag vill med detta rikta ett stort tack till er alla för ert arbete med att utveckla gymnastiken i regionen. Jag vill även tacka ekonomifunktionerna Kansliet AB och PWC för ett mycket fint och givande samarbete.

Jag vill avsluta med att rikta ett varmt tack till regionstyrelsen och personal samt utbildare, kommittéer, valberedning, revisorer och Svenska Gymnastikförbundet. Ni tillsammans skapar förutsättningar för att utveckla våra föreningar inom Gymnastikförbundet Öst.



Gärmond Sandberg  
Ordförande Gymnastikförbundet Öst



## Verksamhetsområden

Under 2015 har Gymnastikförbundet Öst och dess regionala kommittéer verkat för att främja och utveckla förutsättningarna inom respektive del av verksamheten.

Nedan följer en kort redogörelse från våra aktiva kommittéer och ansvariga inom respektive verksamhet, kring hur arbetet har bedrivits under föregående år och vart deras fokus har riktats.

### Barnverksamhet

Under året har det från regionstyrelsens håll varit fokus på att få en omstart i Barnkommittén vilket också har lyckats. Det innebär att kommittén har fokuserat på att reorganisera sig och att hitta en struktur i arbetet liksom att sätta planer för 2016. Kommittén består nu av fem ledamöter inklusive ordförande.

Ett antal aktiviteter har också genomförts utifrån verksamhetsplanen. Detta inkluderar två prova-på-dagar med Bamsegymna i fokus, en i Rålambshovsparken den 6 juni med anledning av nationaldagen och en i Hagaparken vid Idrottens dag den 6 september. Den sistnämnda regnade tyvärr bort, men totalt sett var intresset för gymnastik stort.



Idrottens dag i Hagaparken

I juli anordnades ett GympaKidz-läger på Gotland i samarbete med Gymmix Visby. Lägret samlade 44 barn i ålder 7-12 år som under fem dagar fick prova på gymnastik, simhopp och ju-jitsu. Detta var i sig så lyckat att föreningen under hösten startade upp GympaKidz parkour för dem som vill fortsätta att träna gymnastik på ett lekfullt sätt.

Under hösten har kommittén deltagit på flera olika träffar för att få inspiration till det fortsatta arbetet med att utveckla barn gymnastiken inom region Öst. I oktober deltog kommittén med tre ledamöter på Gymnastikforum samt den regionsträff för barnkommittéer som anordnades i anslutning till mötet. Här delades

inspiration mellan regionerna och konceptet Alla kan gympa var i fokus genom en föreläsning.

När EUG hade en workshop på temat Gymnastics for fun på Lillsved i oktober deltog en av kommittéledamöterna på denna helg och en annan ledamot har även deltagit på Utveckla Framtiden 2.0, ett event anordnat av den centrala Ungdomskommittén med fokus på utveckling av unga ledare och gymnastiken utifrån ett ungdomsperspektiv.

Kommittén har även ett bra tillskott och stöd till sin verksamhet genom projektledaren för barn och ungdom som Gymnastikförbundet Öst tillsatte redan 2014. Tillsammans arbetar de vidare för att kunna utveckla barnverksamheten i regionen ytterligare.

### Ungdomsverksamhet

Regionens ungdomskommitté har försökt hitta nya organisationsstrukturer och bildades i början av 2015 och har under året haft en flexibel kommittésammansättning kopplat till uppdrag och aktiviteter.

Första aktiviteten som anordnades var ett tre dagars påsklovsläger i Engelbrekts hallen med cirka 30 deltagare. På höstlovet anordnades ytterligare ett läger med ett 20-tal deltagare. På båda lägren har verksamheten och aktiviteterna bestått av så väl truppträning som diverse prova-på-aktiviteter inom andra discipliner och en hel del annat skoj. Medverkande deltagare har varit allt ifrån nybörjare till erfarna gymnaster som vanligen tränar på hög nivå. I 2:an var en annan höstlovsaktivitet under Halloweenhelgen som väckte stort intresse. Det är en 12 timmar lång aktivitetsdag i gymkans tecken som var fullbokad och samlade över 40 deltagare. Varje timme arrangerades en speciell aktivitet och blandningen bestod av allt ifrån parkour, trampolin, föreläsningar till spökrunda och gympafilm.



Höstlovsläger med ungdomskommittén i GF Öst

Under senare delen av året har kommittén börjat att samarbeta allt mer med andra kommittéer inom regionen och detta avser fortsätta under 2016. De

för även en löpande dialog med regionala kansliets projektledare, som stödjer dem operativt i deras aktiviteter och planeringsarbete.

### Gruppträningsverksamhet - Gymmix

Gruppträning och Gymmix-kommittén har under året arbetat med stort fokus på nätverkande inom regionens nu 11 Gymmix-föreningar. Den struktur som skapades föregående år och som vidareutvecklades under året har fungerat bra.

I april arrangerades det årliga träningskonventet, Gymmix och Korpens Inspirationskonvent. I år var deltagandet högt och nådde upp till nästan 100 deltagare från båda organisationerna. Målsättningen är att föreningarna skall delta med så många medlemmar och ledare som möjligt och vi hoppas kunna hålla ett högt deltagarantal även kommande år, då vi ser detta som ett årligen återkommande arrangemang (se separat avsnitt för mer information).

Kommittén har arrangerat en träningsresa, som återigen gick till Turkiet i maj månad, med 97 deltagande personer. En bra blandning av ledare, motionärer från olika föreningar. Totalt fanns hela 15 föreningar och fyra regioner representerade på träningsresan, samtliga var certifierade Gymmix-föreningar och alla medlemmar tillhörde en Gymmix-förening. Resan innehöll 36 gruppträningsspass av olika slag, medlemsträffar, ledarmöten, god mat, värme och härlig sol. Av utvärderingarna att döma visar det på att resan var mycket lyckad och uppskattad.



Gymmix i region öst på träningsresa i Turkiet.

Nätverksträffar har haft fortsatt stort fokus där kommittén träffat befintliga och blivande Gymmix-föreningar i regionen, där det skapats en öppen dialog och ett forum där föreningarna lyssnar på varandra och sprider goda exempel sinsemellan. Deltagarantalet på det två nätverksträffarna under året har varit högt vilket gör att varumärket Gymmix hålls aktuellt och sprids vidare in i föreningarna.

Kommittén har under året förstärkts med ytterligare en medlem och grupperingen fortsätter nu sitt arbete med att inspirera fler föreningar som har gruppträningsverksamhet att bli Gymmix-certifierade. Kommittén medverkar även regelbundet

på ambassadörsutbildningar och träffar i Svenska Gymnastikförbundets regi, för att ta del av all information som rör gruppträning och Gymmix.

### Parkour/Freerunning och Tricking (PKTR)

PKTR-kommittén i region Öst har under året genomfört de flesta av sina aktiviteter i samarbete med Gymnastikförbundet eller genom föreningar. Verksamheten fortsätter att öka i en rask takt och idag finns det nästan 4000 tracörer/trickare (utövare) fördelat på cirka 30 föreningar inom regionen. Glädjande är även att förbundets utbildningar är populära, vilket ökar kvaliteten på vår verksamhet. Under året har totalt 70 deltagare utbildats i regionen på våra utbildningar GympaKidz Parkour, Parkour/Freerunning steg 1 och Parkour/Freerunning steg 2.

Verksamheten får ofta publicitet och syns offentligt i lokala tidningar och framförallt i de sociala medierna. Därtill startas det löpande flertalet nya renodlade PKTR föreningar samt att fler och fler föreningar ansluter sig till Gymnastikförbundet. Några föreningar har startat renodlade tjejgrupper och viljan finns ute i flera föreningar i regionen att inkludera och införliva fler tjejer i parkourverksamheten.

I höstas anordnade Gymnastikförbundet ett stort jam, Movement OF Sweden (MOFS), i Sollentuna med nära 300 utövare från hela landet och med internationella gäster från bland annat Sydkorea, Ryssland och USA. Eventet samarbetade även med flera Street Workout-atleter och breakdancare från Stockholm. MOFS var en stor succé och återkommer med största sannolikhet i november 2016. Sent under hösten har även ett antal prova-på-aktiviteter för nyanlända flyktingbarn erbjudits i föreningar runtom i regionen och nu sprids engagemanget till fler att använda PKTR som ett hjälpmedel och redskap att få fler i samhället att integreras i vår verksamhet.



Movement of Sweden i Sollentuna

Kommittén har under hösten skiftat medlemmar, vilket innebär att det inför 2016 blir en nystart i arbetet. Under slutet av 2015 inledde kommittén samtal med andra regionala kommittéer för att se hur de gemensamt och på bästa sätt kan nå ut till fler.

## Tävlingsverksamhet

### Truppgymnastik

Som regionens största disciplin, så finns den trupptechniska kommittén (TTK Öst) behjälplig i en rad olika frågor som rör truppgymnastiken. De genomför årligen ett antal interna möten och representerar regionen på de nationella träffar som anordnas.

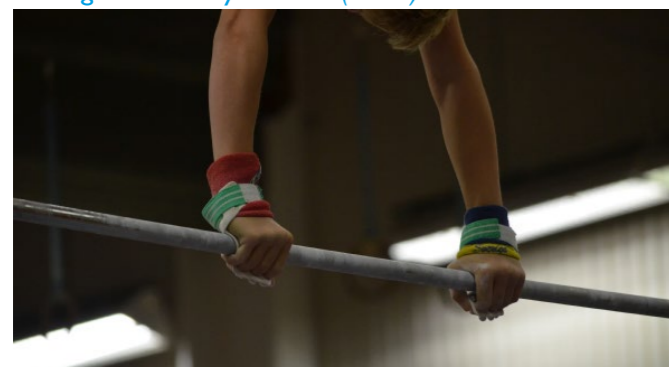
Året 2015 inleddes med en tävlingsdag på Lillsved Idrottsföretagshögskola för alla regionens truppföreningar, där diskussioner kring regionens nuvarande och framtida verksamhet stod på agendan tillsammans med en föreläsning och där ett processarbete kring förbundets Uppförandekod tillsammans med SISU Stockholm genomfördes.

Under ett skollov arrangerades ett läger i samarbete med ungdomskommittén och förbundets projektledare, med fokus på breddverksamheten, där deltagarna fick prova både parkour som truppgymnastik.

TTK Öst har under året reducerats och består nu av totalt 6 ledamöter med olika ansvarsområden. De har även arbetat med att organisera och fördela tränings- samt lovtider för våra innerstadsföreningar i våra specialhallar i Stockholms innerstad.

I anslutning till att Svenska Gymnastikförbundet under året har reviderat sina bedömningsreglementen så har det påverkat regionens tävlingsverksamhet i form av att planeringen har förskjutits i väntan på riksorganisationens arbete. Som ett led i detta resulterade det tyvärr i att inga egna regionstävlingar genomfördes under året.

### Manlig Artistisk Gymnastik (MAG)



Regionstävling i Manlig artistisk gymnastik

Den regionala kommittén för manlig artistisk gymnastik (MTK Öst) har under gångna året arbetat med hur de kan göra Manlig AG mer lättillgängligt för att behålla gymnasterna och för att framöver kunna bli fler utövare. De har även infört en tävlingsklass avsedd för breddverksamheten bland de äldre gymnasterna.

Kommittén har arrangerat sex regionstävlingar under

året (Knatte-, Distrikts- och Svealandsmästerskapen samt Knatte-, Distrikts- och Svealandscupen). I relation till detta har MTK Öst förbättrat sina tävlingsarrangemangsrutiner för att få snabbare och mer förståeliga tävlingar för både gymnaster, ledare, domare och publik. Utöver detta har även den internationella tävlingen Mälarcupen traditionsenligt arrangerats i Åkeshovshallen i ett samarbete mellan flera av regionens föreningar.

Med hjälp av kansliet har det bytts till en ny och mer lättnavigerad hemsida för Manlig AG i regionen. Det har även arrangerats utbildningar för både ledare och domare under hösten i förbundets regi och som därmed kunnat utöka antalet aktivitetsledare i båda dessa kategorier.

Trots en relativt liten disciplin regionalt så är vi väl representerade på våra nationella tävlingar och regionens gymnaster är med och konkurrerar om förstaplaceringen i samtliga klasser. 2015 års svenske mästare heter Michael Trane och kommer från Brommagymnasterna. Michael gjorde även om föregående års bedrift genom att återigen ta hem segern i seniorklassen i Mälarcupen och har därtill under året gjort sin VM-debut.

En annan regional gymnast som har representerat Sverige under året är Hammarbygymnasternas Kim Wanström. I juli deltog han i EYOF, europeiska Ungdoms-OS, där han bland annat placerade sig på en fjärde plats i grenfinalen i fristående, en otroligt fin bedrift. Kim Wanström och David Rumbutis (Brommagymnasterna) ingår i SOKs utmanarprogram vilket har till syfte att förbereda gymnasterna för SOK:s topp- och talangprogram med sikte på framtida deltagande vid OS.

Listan över fina prestationer nationellt och internationellt kan göras lång men verksamheten vänder nu blickarna framåt och med sikte mot fortsatta framgångar.

### Kvinnlig Artistisk Gymnastik (KvAG)

Föreningar som bedriver kvinnlig artistisk gymnastik i regionen är Stockholm Top Gymnastics, Järfällagymnasterna, SOL-flickorna, Sollentunagymnasterna, Hammarbygymnasterna, Rysk Gymnastikförening, All Star Gymnastics samt de två föreningarna Hansa Hoburg och GF Gymmix Visby på Gotland.

Under 2015 har kommittén inom den kvinnliga artistiska gymnastiken (KTK Öst) gjort en nystart genom ny organisering och översyn av arbetsuppgifter i syfte att utveckla, komplettera och stödja det regionala föreningslivet inom kvinnlig artistisk gymnastik. KTK

Öst har även i samarbete med Järfällagymnasterna anordnat en regionsfinal under 2015.

AG-gymnaster från regionen har under året presterat fina resultat både nationellt och internationellt.

### Rytmsk Gymnastik (RG)

Gymnastikförbundet Öst har under året samverkat med närliggande regioner vad gäller tävlingsverksamheten för RG eftersom det endast finns två föreningar som bedriver rytmsk gymnastik i regionen för närvarande, SOL-Flickornas GF samt GK Värmdö.

Regionstävlingen Svealandsmästerskapen arrangerades av GF Öst i samarbete med SOL-flickornas GF i november, där det deltog cirka 35 individuella gymnaster och 10 trupper/duo/trios. Tävlingen blev mycket lyckad arrangörsmässigt där SOL-flickornas RG-sektionsstyrelse höll i trådarna med hjälp av flertalet föräldrar. Tävlingen blev ett uppskattat arrangemang av såväl publik, tränare, gymnaster och domare.

Därtill har de äldsta gymnasterna i regionen även deltagit på nationella rikstävlingar runt om i landet, samt deltagit på en norsk internationell tävling.



Rytmsk gymnastik.

Arbetet med dagläger har fortsatt under 2015, där majoriteten genomförts på skolloven och som även de har varit mycket uppskattade av deltagande gymnaster.

### Aerobic Gymnastics

Under 2015 bildades en Aerobic teknisk kommitté (ATK Öst) med en målsättning att utveckla och sprida disciplinen regionalt. De finns för närvarande två föreningar som bedriver Aerobic Gymnastics i region öst som är Järfällagymnasterna och Föreningen Stockholm Aerobic Gymnastics.

Gymnastikförbundet i samarbete med Järfällagymnasterna arrangerade SM, Svenska Cupen

och Riksmästerskap i JG-hallen den 30-31 maj. Regionens gymnaster stod för fina resultat och erövrade ett silver i SM och ett guld i USM.

Därtill har cirka tio gymnaster från regionen deltagit i Skånecupen. Internationellt har två av regionens gymnaster tävlat i både Czech Aerobic Open och Heathrow International Clubmeeting.

ATK Öst har även i samarbete med sina motsvarigheter i regionerna Syd och Väst arrangerat ett riksläger på Lingvallen i Skåne.

### Trampolin

Under året har det deltagits i fyra Svenska Cupen tävlingar, SM-veckan i Sundsvall, USM/JSM, Scandinavian Open, Frivolten Cup, världscuper samt VM. Gymnastikförbundet Öst har Svenska mästare i Synkron Herrar.



SM-gymnaster i Synkron Herrar.

Första helgen i november arrangerade Upplands Väsby GK regionstävlingen Vilundahoppet och tävlingen samlade i vanlig ordning många startar.

Regionens kommitté har under året arbetat med att utveckla gymnaster för att på klubbnivå ge dem förutsättningar att fortsatt kunna placera sig på mästerskap. Arbetet med läger och tävlingar fortsätter framöver med ett högt sikte på framtiden.

### Cheerleading

Svenska Cheerleadingförbundet och dess verksamhet är associerad till Svenska Gymnastikförbundet och intresset för cheerleading har varit och är fortsatt väldigt stort i regionen.

## Projekt och aktiviteter

Under det gångna verksamhetsåret har GF Öst varit inblandade i en rad olika projekt och aktiviteter, som både har syftat till att öka vår exponering utåt såväl som insatser inom den egna verksamheten.

### Projekt - Barn och ungdom

Projektet med inriktning att utveckla regionens barn- och ungdomsverksamhet och skapa aktiviteter på regionens vita fält har pågått sedan augusti 2014. Målet med att 2000 fler barn och ungdomar i regionen ska kunna bli medlem i en gymnastikförening vid årsskiftet 2015/2016 har tyvärr inte nått hela vägen men vi kan se flertalet goda effekter av projektet och därför har regionstyrelsen beslutat att fortsätta satsningen även under 2016.

Nynäshamn och Sundbyberg har under året varit två prioriterade kommuner utifrån att vi har väldigt låg eller obefintlig verksamhet där. Med facit i hand kan vi glädjande nog konstatera att två nya föreningar har bildats i Nynäshamns kommun med fokus på barn gymnastik och dessutom så har Korpen Brännpunkten från Tyresö bedrivit parkourträningar i Nynäshamn med omnejd. I Sundbyberg startades en egen förening i GF Östs regi, Street Mentality Parkourklubb, som vid årets slut kunde stoltsera med drygt 150 barn och ungdomar som tränade parkour. Föreningen har även bedrivit träningar i Tensta och dess parkourpark hela sommaren för barn och ungdomar från området, som är en del i regionens satsning på att etablera verksamhet för nyanlända och möjliggöra gymnastik för fler målgrupper i samhället. I övrigt har projektledaren besökt flertalet föreningar runt om i regionen under året för att berätta om projektets syfte och stöttat föreningarna i deras utvecklingsprocesser.

I samarbete med GF Gymmix Visby arrangerades ett sommarläger i Visby med fokus på GympaKidz-konceptet. Drygt 45 barn med varierad erfarenhet från gymnastik tränade under tre dagar konceptets tre delar: Parkour, Actiongympa och Show & Dance. Dessutom fick de prova ju-jitsu och simhopp tack vare hjälp från Visby Självförsvarsklubb och Wisby SS.

Därtill har projektledaren stöttat ungdomskommittén i organiseringen av kommittén och deras genomförda aktiviteter under året: Påsklovsläger, höstlovsläger och 12:an.

Under årets slutfördes en kartläggning om hallsituationen i respektive kommun. Kartläggningen syftade till att få en överblick över beläggningsgraden i olika typer av hallar samt vilka planer gällande nya hallar som finns framöver. Överlag kan vi konstatera

att situationen är kritisk för många föreningar, men möjligheter finns framförallt när det gäller mindre hallar där barn gymnastik och parkour kan utövas.

Flertalet hemsidesreportage har skrivits under året med syfte att sprida goda exempel och med förhoppningen att inspirera andra föreningar i regionen. Några exempel under året har varit Enebybergsgymnasternas gymnastik för barn med funktionsvariationer, Mälarö gymnasternas öppna träningar, Sollentunagymnasternas parkour för vuxna samt Täby GF:s satsning mot framgång.

Julkalendern i samarbete med Svenska Gymnastikförbundet avslutade året, där temat var Svensk Gymnastiks Utvecklingsmodell och innehållet i kalendern var aktiviteter från verksamheten vi haft under året som gått. Bakom luckorna fanns exempel som Bro IK som använder sig av Bamsegympa och GympaKidz, redskapsgympa för vuxna, nya träningskonceptet AMT, kända gymnaster och en översyn av våra utbildningar.

### Gotland

I samarbete med SISU Gotland försöker Gymnastikförbundet Öst stimulera de lokala föreningarna till utveckling och ge stöd i olika verksamhetsfrågor. Gemensamt försöker vi även upprätta olika utbildningsåtgärder lokalt på ön, för att ge samma möjligheter på Gotland som i resterande del av vår region, där resekostnader och tidsaspekten kan vara en avgörande faktor för fortbildning.

Nat West Island Games är ett internationellt idrottsevenemang som arrangeras under en vecka vartannat år. Deltagare i dessa OS-liknande tävlingar är 24 öar från hela världen. Totalt deltar idrottare från 14 idrotter där Artistisk Gymnastik är en av dem. Gotland har varit medlemmar i ö-associationen sedan uppstarten av ö-spelen men ej deltagit i gymnastik tidigare. 2015 var dock året då Gotlandsgymnasterna debuterade i Island Games. Tävlningen gick av stapeln på ön Ynys Mon utanför Wales. En otrolig erfarenhet och ett minne för livet meddelar GF Gymmix Visby som deltog i "Team Gotland Gymnastics" tillsammans med en gymnast och en tränare från föreningen Hansa-Hoburg. 2017 kommer dessa ö-spel att arrangeras på Gotland och den artistiska gymnastiken kommer givetvis att vara representerad.

### Idrottens dag i Almedalen, Gotland

Idrottens dag är ett årligen återkommande evenemang på Gotland, som arrangeras av Riksidrottsförbundet och anslutna SF under Almedalsveckan. Dagen syftar till att visa upp idrotter i samband med att landets politiker huserar i Visby, vilket skapar en möjlighet att visa vilka frågor som är viktiga för oss inom gymnastiken och



hur våra politiker kan bistå med att underlätta och förbättra förutsättningarna för vårt utövande.

Gymnastikförbundet Öst har blivit vana arrangörer av aktiviteterna och insatserna under Almedalsveckan och vi fick även fortsatt förtroende under 2015. Återigen genom ett stort stöd från våra Gotlandsföreningar som var med under dagen och utgjorde en ovärderlig resurs på plats i form av ledare och gymnaster.



Peter Forsberg provar på gymnastik i Almedalen under Idrottens dag den 1 juli.

Gymnastiken visade upp delar av sina tävlingsdiscipliner på plats i form av trupp och kvinnlig artistisk gymnastik som bjöd på en rad olika uppvisningar och prova-på aktiviteter. Bamsegymnastiken är numera ett stående och populärt inslag på aktivitetsytan och lockar flertalet barn till att prova våra redskapsbanor. Parkouren fanns med och lockade i vanlig ordning barn och ungdomar till vår yta och instruerades av ungdomar från GF Gymmix Visby. Sist men inte minst så fanns ishockeylegendaren Peter Forsberg på plats för att prova flertalet idrotter och självklart skulle det provas gymnastik, där Peter bjöd på en och annan volt på luftgolvet samt en balansakt uppe på bommen tillsammans med lokala gymnaster.

Gymnastiken fortsätter att vara ett av de stora dragplåstren under Idrottens dag på Gotland och är ett alltid lika populärt tillhåll för barn och ungdomar i Almedalen.

### GF Östs Årsmöte 2015

Gymnastikförbundet Östs 95:e årsmöte i ordningen ägde rum söndagen den 8 mars på Park Inn by Radisson i Solna. Totalt fanns det 18 ombud på plats från 17 föreningar som tillsammans förfogade över 30 röster.

Mötet inleddes med information kring arbetet med utvecklingsmodellen och uppförandekoden och det viktiga arbete som följer med dessa dokument och riktlinjer. Själva årsmötet och dess förhandlingar leddes av regionens tidigare ordförande Birgitta Persson. Vid årsmötet avgick tre ledamöter i form av Anders Schieche, Hans Goldring och Liz Husberg som avtackades för sitt arbete i styrelsen och för gymnastiken i regionen. Tre nya ledamöter valdes in i regionstyrelsen genom Stefan Bengtsson, Anja Näslund och Lars-Erik Rosby. Gärmund Sandberg gavs förnyat förtroende av stämman som ordförande för region öst.

Årsmötet avslutades med att dela ut utmärkelserna årets ledare i regionen, som gick till Jonas Juhl Christiansen i Brommagymnasterna, samt årets förening i regionen som 2015 gick till Gymnastikklubben Värmdö.

Gymnastikförbundet Öst hoppas att fler föreningar får upp ögonen för vårt årsmöte och tar tillfället i akt att medverka och påverka förbundets framtida verksamhet i regionen.

### Inspirationskonvent 2015



Inspirationskonvent på Gymnastik och Idrottshögskolan.

Lördagen den 25 april anordnades återigen vårt årliga Inspirationskonvent på Gymnastik och Idrottshögskolan i Stockholm (GIH) tillsammans med representanter från Korpen,

2015 års konvent lockade över 100 deltagare till det 12:e konventet i ordningen och där de träna pass som Zumba, Yoga, Sitta/Stå gympa, Box, samt ett EFIT-extreme pass för dem som ville utmana sig lite extra. Dessutom presenterade vi den nya heta trenden Street Workout som bygger på parkour och utomhusträning.

En härlig dag med mycket träning, inspiration och förhoppningsvis en hel del träningsvärk. Satsningen med Inspirationskonventet fortsätter även 2016, den 9 april på GIH, med ännu fler roliga pass, kända namn och förhoppningsvis ännu fler träningsugna deltagare.

### Anläggningsfrågor

Under året har arbetet med specialhallen i Stockholm stad på Mälarhöjdens IP fortsatt, genom att förbundet företräder regionens innerstadsföreningar och dess samlade behov. Hallen som från början var tänkt att bestå av två hallar, dels en för trupp gymnastik och en för artistisk gymnastik har under året förändrats då den avsatta investeringsbudgeten inte medger en byggnation av två hallar. Nuvarande ritningar omfattar en hall om cirka 1500 m<sup>2</sup> med hälften av ytan avsatt till artistisk gymnastik och den andra till trupp gymnastik. Utöver detta planeras det även för en fristående yta för trupp gymnastikens fristående träning. Det som tillkommer utöver själva aktivitetsytan är en servicedel innehållande omklädningsrum, dusch, förråd och övriga stödfunktioner. Idrottsförvaltningen bedömer att ett genomförandebeslut kommer att tas före sommaren 2016, vilket innebär att specialhallen kan stå klar först under första kvartalet 2018.

Nya anläggningar och även förbättrad tillgång till befintliga hallar och lokaler är en ständigt stor och prioriterad fråga för våra föreningar inom regionen. Gymnastiken har långa köer av barn som vill börja i vår verksamhet men tillgången på hallar och lokaler är fortfarande en trång sektor. Gymnastikförbundet Öst verkar för och arbetar vidare med att på bästa sätt stödja regionens föreningar i deras arbete med att övertyga sina respektive kommuner om aktivitetsytor för gymnastik.

I tillägg till det arbete som bedrivits så har även projektledaren för barn och ungdom varit ute i samtliga kommuner i regionen och träffat tjänstemän för att påvisa gymnastikens behov och förutsättningar som råder lokalt i kommunen.

Utöver detta har även de ansvariga för anläggningsfrågor i regionen deltagit på möten tillsammans med Stockholms Idrottsförbund och diverse olika anläggningsforum som arrangerats löpande under året.

### Föreningutveckling

Arbetet och intentionerna har fortskridit under året för att förbättra förutsättningarna för föreningarna i regionen och agera som en stödinstans för att kunna lösa olika problemområden som uppstår i den dagliga verksamheten.

Gymnastikförbundet Öst har haft en fortsatt strävan efter att synas och höras i en mängd kanaler, både internt och externt. Vi har fortsatt utvecklat våra egna kommunikationskanaler som hemsida, sociala medier och nyhetsbrev mot våra medlemsföreningar och gymnastikintresserade i regionen. Vi försöker finnas med i så många forum som möjligt för att aktivt medvetandegöra gymnastikens behov och förutsättningar.

Vision 2020 präglar fortsatt vår verksamhet med ett högt sikte på framtiden och i strävan att dels utöka vår verksamhet med fler medlemmar men också för att höja kvaliteten ytterligare i det vi redan gör så bra runt om i föreningarna i regionen. Dokumenten Svensk Gymnastik Vill med tillhörande utvecklingsmodell och Uppförandekod är viktiga byggstenar i arbetet med vår föreningutveckling regionalt, där vi vill öka vår tillgänglighet och vara en inkluderande verksamhet för alla oavsett bakgrund eller förutsättningar. Tillsammans med regionens föreningar fortsätter vi denna resa för att gemensamt säkerställa att vår verksamhet blir ännu bättre, där en god värdegrund, våra nyckelfaktorer och vår utvecklingsmodell utgör ett stabilt grundfundament.

Den fortsatta satsningen på vår projektledare i förbundet har även utökats och möjliggjort den regionala organisationens proaktiva roll vad gäller föreningutveckling, sprida goda exempel, samt i kontakten med kommunala tjänstemän och politiker. Ledare och lokaler är en ständigt prioriterad fråga, framförallt i storstadsregionen, där målsättningen är att underlätta och stödja föreningarna i deras arbete kring denna fråga utifrån de resurser och möjligheter som står till buds.

GF Öst har fortsatt stärka samarbetet med de lokala distriktsidrottsförbunden, dels genom att knyta en tätare kontakt till våra SISU-konsulenter på både Gotland och i Stockholm, samt genom att delta på möten och träffar i syfte att synliggöra gymnastikens behov i förhållande till övriga idrotter regionalt.

SISU Idrottsutbildarna är även en viktig samarbetspartner i att kommunicera och förankra vår Uppförandekod som är ett verktyg för att utveckla föreningen genom reflektioner och diskussioner kring ledarens utmaningar. Ett material som med fördel kan användas som diskussionsmaterial för att

förbättra gruppdynamiken mellan gymnaster. Med en välutvecklad värdegrund inom föreningen ökar ledarnas och gymnasternas möjligheter till utveckling. Gymnastikförbundets vision om att vara "bra, bättre, bäst" gäller även värdegrundsarbetet där efterlevnad av uppförandekoden är ett av våra främsta medel att nå den målbilden. Med processledning från SISU Idrottsutbildarna så har 11 föreningar och totalt 279 deltagare under året utbildats och diskuterat Uppförandekoden i sin förening. Därutöver tillkommer föreningar som arbetat med Uppförandekoden internt i föreningen, utan processledning från SISU Idrottsutbildarna.

I Stockholm har totalt 35 gymnastikföreningar på ett eller annat sätt varit involverade i ett föreningsutvecklingsprojekt tillsammans med SISU Stockholm under 2015. Totalt så har Stockholmsdistriktet redovisat 225 lärgrupper, lärande för barn, kurser eller föreläsningar, med 1073 deltagare om totalt 603 utbildningstimmar.

På Gotland har totalt 9 gymnastikföreningar på ett eller annat sätt utvecklat föreningen genom SISU Gotland under 2015. Totalt har 41 utbildningstillfällen, 317 deltagare och 274 utbildningstimmar rapporterats in under 2015 i form av 19 lärgrupper, 10 kurser, 2 processarbeten, 1 föreläsning samt 9 kulturarrangemang.



Glädjande nog kan vi konstatera att statistiken är betydligt bättre gentemot tidigare år och att vi ser en positiv utveckling av att föreningarna i allt större utsträckning ser SISU Idrottsutbildarna som en naturlig part i sitt arbete med föreningsutveckling.

### Nätverksträffar/Föreningsbesök



Ordförandeträffar har anordnats för att diskutera aktuella frågor, utveckling och Vision 2020 med föreningsordföranden i regionen.

GF Öst har fortsatt sitt arbete med de regionala nätverksträffarna för föreningsordföranden och nyckelpersoner, med cirka tre till fyra träffar årligen. Intentionerna med dessa träffar är att fånga upp viktiga verksamhetsfrågor samt inspirera genom goda exempel och uppmana till diskussion och erfarenhetsutbyte mellan föreningar i regionen. 2015 års teman har spunnit ifrån anläggningar och lokaler till hantering av strategier kring gruppträning och Gymmix.

Kanslist-/Konsulentträffarna genomfördes även under 2015, där huvudfokus ligger på att träffa anställd eller förtroendevald kanslipersonal som arbetar med gymnastikverksamheten dagligen runt om i regionen och för att lyfta frågor av lite mer administrativ och operativ karaktär. Träffen syftar även till att kunna inspireras av varandra och informera om aktuella satsningar från förbundet, såväl regionalt som centralt. Årets kanslistträff innehöll ett processlett tillfälle via SISU där vikten av tydlig och effektiv kommunikation i verksamheten lyftes. Vi lyfte även goda exempel ur föreningslivet där vi vid detta tillfälle fick ta del av en förenings arbete med att erbjuda gruppträning med gymnastikinslag från tävlingsverksamheten, som har varit allt mer växande trend de senaste åren. Vi ser dessa nätverksträffar och föreningsbesök som väldigt värdefulla och har för avsikt att fortsätta med dessa satsningar även kommande år.

Föreningsbesök finns att tillgå i vanlig ordning på föreningarnas begäran eller via uppsökt kontakt från regionkansliet, där idrottskonsulent från förbundet och/eller utsedd SISU-konsulent åker ut till föreningen för att förutsättningslöst diskutera vilka möjligheter som finns för att utveckla verksamheten.

## Utbildningsverksamhet

Gymnastikförbundet Öst är en region med mycket utbildningsverksamhet och har under året anordnat kurser i både förbunds- och föreningsregi, vilket innefattat allt ifrån idrottspecifika utbildningar till kurser inom barn och ungdom och gruppträningskurser. Vi har även ett samarbete med SISU Gotland kopplat till våra egna utbildningar, för att kunna möjliggöra kurser lokalt och så kostnadseffektivt som möjligt.

### Följande kurser genomfördes under året:

Alla kan gympa  
Bamsegymna grund  
Mera Bamsegymna/Ännu mera Bamsegymna  
Hjälpedarutbildning - Ledare på gång  
Baskurs Barn och Ungdom  
GympaKidz Action  
GympaKidz Parkour  
Hopp och Volt  
Parkour/freerunning Steg 1  
Parkour/freerunning och Tricking steg 2  
Trupp gymnastik Basic  
Rytmask Gymnastik Basic  
Manlig Artistisk Gymnastik Basic  
Manlig Artistisk Gymnastik steg 1  
Kvinnlig AG Steg 1  
Domarutbildning Kvinnlig AG steg 1  
Domarutbildning Kvinnlig AG steg 2  
Förberedande Domarutbildning Trupp steg 1  
Domarutbildning Trupp gymnastik Steg 2 – Regionsdomare  
Regiondomarutbildning Manlig artistisk gymnastik  
Teori Steg 1  
Teori Steg 2  
Teori Steg 3  
Fristående steg 1  
Fristående Steg 2  
Fristående Steg 3  
Trampett Steg 1  
Trampett Steg 2  
Tumbling Steg 1  
Tumbling Steg 2  
Tumbling Steg 3  
Trampett/Tumbling Steg 4  
Trampolin Steg 1

**TOTALT: 99 kurser och 2036 deltagare**

### Kurser utöver ordinarie utbud:

Gymnastikförbundet Öst har även anordnat diverse utbildningar, inspirationsdagar, konvent, läger, föreningsträffar, ordförandeträffar, kanslistträffar och projekt under året som även dessa har samlat flertalet gymnaster, utbildningsdeltagare, föreningsanställda och förtroendevalda representanter från regionens föreningar. Träffar likt dessa har syftat till föreningsutveckling och inspiration utöver det ordinarie utbildningsutbudet.



### Sommarkurser Lillsved Idrottsfolkhögskola

Under cirka två veckor på sommaren, från slutet av juni till början av juli, anordnar Gymnastikförbundet Öst tillsammans med närliggande regionkontor, Gymnastikförbundet Mellansvenska, ett antal kurser ute på Lillsved Idrottsfolkhögskola inom främst gruppträning men även inom det idrottspecifika fältet.

### Sommarkurser som genomfördes under året:

Baskurs Gruppträning  
Gruppträning Gympa  
Yoga Grund  
EFIT - Effektiv Funktionell Intensiv Träning  
Aerobic och Step Up  
Yoga fortsättningskurs  
Funktionell styrketräning med core  
Latin Fusion - gruppträning med latinamerikanska influenser  
Afrodans  
Box - kampsportsorienterad träning  
Seniorträning  
Baskurs Barn och Ungdom  
Trupp gymnastik Basic

**TOTALT: 14 kurser och 161 deltagare**  
(Deltagare från båda regionerna)



Lillsved Idrottsfolkhögskola.

### Utbildningsstatistik GF Öst 2014-2015

Vi kan konstatera att utbildningsvolymen ökat markant i regionen under det senaste året och det är oerhört glädjande att se att föreningarna prioriterar ledarutveckling och kvalitetssäkring. 2015 visar regionen på en ökning på 33 % i antalet utbildade ledare gentemot föregående år.



## Slutord från styrelsen


Styrelsen vill efter ett arbetsamt och händelserikt år framföra sitt tack till föreningarna, funktionärerna, utbildarna och domarna för deras oförtröttliga arbete i gymnastikrörelsen.

Vi tackar våra ledamöter i kommittéer och arbetsgrupper för deras stora insatser i verksamheten samt vår personal som ställer upp på ett förtjänstfullt sätt.

Gymnastikförbundet Öst önskar även framföra ett stort tack till politiker och tjänstemän i regionen, vilka i ord och handling stöder oss i vår utveckling.

Slutligen går ett varmt tack till Kansliet AB, Svenska Gymnastikförbundet, Stockholm Stads Idrottsförvaltning, Korpen Vallentuna, Lillsved Idrottsfolkshögskola, Gymnastik och Idrottshögskolan, revisorerna på PriceWaterhouseCoopers (PWC), Stockholms Idrottsförbund, Gotlands Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna i Stockholm och på Gotland för gott samarbete under året.

Stockholm 2016-02-18



Gärmond Sandberg (ordf.)



Roland Strömbeck (vice ordf.)



Stefan Bengtsson



Anja Näslund



Carina Forslund



la Giotis



F.v. Gärmond Sandberg, la Giotis, Stefan Bengtsson, Lars-Erik Rosby, Roland Strömbeck och Carina Forslund. (Frånvarande Anja Näslund)

## Årsredovisning - Gymnastikförbundet Öst

Organisationsnummer 802001-2996

Årsredovisning för räkenskapsåret 2015-01-01 - 2015-12-31

Styrelsen för Gymnastikförbundet Öst avger härmed följande årsredovisning.

Om inte annat anges, redovisas alla belopp i kronor.

### FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

#### Verksamhetens art och inriktning

Gymnastikförbundet Östs styrelse och kansli, har till uppgift att stödja och utveckla föreningar och medlemmar i Gymnastikförbundet inom ramen för "Svensk Gymnastik Vill" och "Vision 2020".

Regionens styrelse med kansli ska erbjuda verksamhetsanpassad utbildning och konvent för föreningar och medlemmar inom regionen. Regionen har även till uppgift att stödja medlemsföreningar i föreningsutveckling.

#### Väsentliga händelser under räkenskapsåret

- Fortsatt satsning på projektledaren i förbundet med fokus på att utveckla barn- och ungdomsgymnastiken samt parkourverksamheten. Som ett led i det arbetet ingår även att fortsatt skapa aktiviteter i regionens "vita fält". Integrationsfrågan utgör även en viktig del i detta arbete med att möjliggöra gymnastiken för fler.
- Utbildning är och förblir en viktig del i förbundets arbete med kvalitetssäkring och utveckling. Regionen har utbildat drygt 2200 ledare under verksamhetsåret 2015. Från år 2014 till 2015 står Gymnastikförbundet Öst således för en ökning på 33 % i antalet utbildade ledare. Därtill har det även erbjudits kompletterande utbildningar, gruppträningskonvent och möten för både organisations- och aktivitetsledare i syfte att utveckla föreningsverksamheten.
- Föreningsutveckling i form av implementering av förbundets styrdokument, Svensk Gymnastik Vill och Uppförandekoden är fortsatt fokus för verksamhetsutveckling. Därtill skapas även flertalet forum för olika målgrupper i verksamheten i syfte att utbilda och utveckla på organisationsnivå.
- Arbete med anläggningsfrågor och specialhallar, i synnerhet i Stockholms stad, har utgjort en viktig prioritet för att möjliggöra verksamhet för fler gymnastikutövare.
- Förbundet har utvecklat arbetet med att synas och höras i flera forum för att påvisa gymnastikens möjligheter och utmaningar. Almedalsveckan är ett exempel som utgör en viktig hållpunkt under året i syfte att synliggöra och i viss mån påverka politiskt.
- Fortsatt samarbete med Kansliet AB för att säkerställa ekonomi och bokföring på ett kvalitativt sätt.

#### Medlemmar

GF Öst består nu av 38 707 medlemmar, vilket är en viss tillbakagång rent statistiskt gentemot föregående år. Minskningen beror till avgörande del på att en större förening med gruppträningsverksamhet och närmare 1600 medlemmar begärt utträde under 2015 i syfte att bedriva verksamheten i mer kommersiell form. I det stora hela visar dock regionen på en stadig medlemsökning under 2015, trots vissa bortfall i statistiken. Regionens föreningar ökade under 2015 från 120 till 122 föreningar

#### Resultat och ställning

Förbundet redovisar ett underskott som grundar sig till stora delar på utökade omkostnader kopplat till utbildningsverksamheten, samt den fortsatta utvecklingsatsningen. Dels genom ekonomiska medel till kommittéer och deras aktiviteter men också genom en extra resurs på förbundskansliet.

#### Flerårsöversikt

	2015	2014	2013	2012	2011
Verksamhetsintäkter	4 258 228	4 083 791	4 562 218	3 439 058	3 880 576
Verksamhetens resultat	-299 429	183 181	323 434	-119 977	663 586
Balansomslutning	2 284 991	2 493 213	2 143 232	1 772 491	2 116 851
Antal anställda	3	2	2	2	1
Antal föreningar	122	120	117	113	109
Antal medlemmar	38 707	39 288	36 451	35 122	34 178

RESULTATRÄKNING	NOT	2015	2014
	I		
<b>Intäkter</b>			
Förbundets intäkter	2	4 138 803	4 027 408
Övriga verksamhetsintäkter		119 425	56 383
<b>Summa intäkter</b>		<b>4 258 228</b>	<b>4 083 791</b>
<b>Kostnader</b>			
Kostnader för varor och material		-825 806	-771 318
Övriga externa kostnader		-1 403 878	-1 604 516
Personalkostnader	3	-2 327 844	-1 531 914
<b>Summa kostnader</b>		<b>-4 557 528</b>	<b>-3 907 748</b>
<b>Verksamhetens resultat</b>		<b>-299 300</b>	<b>176 043</b>
<b>Resultat från finansiella investeringar</b>			
Ränteintäkter och liknande poster		102	9 337
Räntekostnader och liknande poster		-231	-2 199
		<b>-129</b>	<b>7 138</b>
<b>Resultat efter finansiella poster</b>		<b>-299 429</b>	<b>183 181</b>
<b>Årets resultat före fördelning</b>		<b>-299 429</b>	<b>183 181</b>
Utnyttjande/reservering av ändamålsbestämda medel		-	-
		<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Kvarstående belopp för året/balanserat kapital</b>		<b>-299 429</b>	<b>183 181</b>

BALANSRÄKNING	NOT	2015	2014
	I		
<b>TILLGÅNGAR</b>			
<b>Omsättningstillgångar</b>			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		53 348	139 633
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		<u>24 785</u>	<u>3 561</u>
		78 133	143 194
<i>Kortfristiga placeringar</i>			
Övriga kortfristiga placeringar	4	<u>50 533</u>	<u>50 533</u>
		50 533	50 533
<i>Kassa och bank</i>		<u>2 156 325</u>	<u>2 299 486</u>
		2 156 325	2 299 486
<b>Summa omsättningstillgångar</b>		<b>2 284 991</b>	<b>2 493 213</b>
<b>SUMMA TILLGÅNGAR</b>		<b>2 284 991</b>	<b>2 493 213</b>
<b>EGET KAPITAL OCH SKULDER</b>			
<i>Eget kapital</i>	5		
Balanserat kapital		2 016 505	1 833 324
Årets resultat		-299 429	183 181
Ändamålsbestämda medel		<u>40 698</u>	<u>40 698</u>
		1 757 775	2 057 203
<i>Kortfristiga skulder</i>			
Leverantörsskulder		250 607	110 578
Övriga kortfristiga skulder		120 797	159 109
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	6	<u>155 812</u>	<u>166 322</u>
		527 216	436 009
<b>SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER</b>		<b>2 284 991</b>	<b>2 493 213</b>
<b>Poster inom linjen</b>			
<b>Ställda säkerheter</b>		<b>Inga</b>	<b>Inga</b>
<b>Ansvarsförbindelser</b>		<b>Inga</b>	<b>Inga</b>

## TILLÄGGSUPPLYSNINGAR (NOTER)

**Not 1 Redovisnings-och värderingsprinciper**

Årsredovisningen har upprättats enligt årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd för ideella föreningar. Tillämpade principer är oförändrade i jämförelse med föregående år

**Intäktsredovisning**

Intäkter redovisas till det verkliga värdet av vad som erhållits eller kommer att erhållas. Bidrag redovisas normalt enligt kontantprincipen. Om ett bidrag avser bestämd tidsperiod periodiseras bidraget över denna period.

**Bidrag**

Som bidrag räknas likvida medel som förbundet erhåller från bidragsgivare som är ett offentligt organ. Ett villkorat bidrag är ett bidrag som förenats med villkor som innebär återbetalningsskyldighet om villkoret inte uppfylls.

Offentligtorgan utgörs av staten, landsting, länsstyrelse och kommun, EU inkluderar Riksidrottsförbundet, Socialstyrelsen, Allmänna arvsfonden. Stöd som avser förvärv av anläggningstillgång reducerar tillgångens anskaffningsvärde. Det innebär att tillgången redovisas till nettosanskaffningsvärde, som också utgör grund för beräkning av avskrivningens storlek. Uppgift om bruttoanskaffningsvärde och erhållna bidrag redovisas i not.

**Aktier och andra värdepapper**

Kortfristiga innehav av aktier och andra värdepapper klassificeras som kortfristiga placeringar och värderas till det lägsta anskaffningsvärdet och verkligt värde (marknadsvärde). Långfristiga innehav klassificeras som finansiell anläggningstillgång och värderas till anskaffningsvärde. Om det verkliga värdet minskat och denna värdenedgång kan antas vara varaktig görs nedskrivning till det verkliga värdet.

**Fordringar**

Fordringar upptas till det belopp som efter individuell prövning beräknas bli betalt.

**Eget Kapital**

Eget kapital utgörs av posterna Balanserat kapital, Årets resultat och Ändamålsbestämda medel.

I ändamålsbestämda medel ingår avsättningar för åtaganden som ska infrias i framtiden. När förbundet belastas med kostnader för ändamålet redovisas dessa i resultaträkningen. Upplösning sker därefter av för ändamålet avsatta medel under eget kapital med motsvarande belopp.

**Not 2 Förbundets intäkter**

	2015	2014
Förbundets intäkter fördelar sig enligt följande:		
Kursavgifter	3 507 935	3 315 886
Erhållna bidrag	635 868	711 522
<b>Summa</b>	<b>4 143 803</b>	<b>4 027 408</b>

**Not 3 Medeltal anställd, löner, andra ersättningar och sociala kostnader**

Medeltal anställda	2015	2014
	Antal anställda	Antal anställda
	Varav män	Varav män
<b>Anställda i Sverige i föreningen</b>	3	2
	67,00%	50,00%

I medelantalet anställda ingår inte anställda som uppburit ersättning som understiger ett halvt prisbasbelopp. Detta har gjorts med stöd av punkt 6 i BFNAR 2002:9.

**Löner och andra ersättningar och sociala kostnader**

	2015	2014
	Löner och andra ersättningar	Löner och andra ersättningar
	Sociala kostnader (varav pensionskostnader)	Sociala kostnader (varav pensionskostnader)
	1 591 990	1 015 296
	444 497	265 070
	50 651	41 665

Varav arvoden understigande ett halv prisbasbelopp betalats ut om totalt 377 919 kr (307 136 kr)  
Inga arvoden har utgått till styrelsen

**Not 4 Kortfristiga placeringar**

	2015	2014
Bokfört värde	50 533	50 533
Marknadsvärde	52 713	55 946

**Not 5 Förändring av Eget kapital**

	Balanserat kapital	Ändamålsbestämt	Årets resultat	Totalt eget kapital
Ingående balans	1 833 324	40 698	183 181	2 057 203
Omföring föreg års resultat	183 181		-183 181	
Årets resultat			-299 429	-299 429
<b>Utgående balans</b>	<b>2 016 505</b>	<b>40 698</b>	<b>-299 429</b>	<b>1 757 774</b>

Ändamålsbestämda medel fördelas enligt följande:  
Olle Schagers Gymnastikfond uppgår till 40 698 kr.

**Not 6 Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter**

	2015	2014
Upplupna semesterlöner	89 713	65 882
Upplupna sociala avgifter	28 188	20 700
Övriga poster	37 911	79 740
<b>Summa</b>	<b>155 812</b>	<b>166 322</b>

Stockholm den

Gärmund Sandberg  
OrdförandeRoland Strömbeck  
Vice ordförandeStefan Bengtsson  
LedamotIa Giotis  
LedamotAnja Näslund  
LedamotCarina Forslund  
LedamotVår revisionsberättelse har lämnats 2016-  
Öhrlings PricewaterhouseCoopers ABUlrika Granholm Dahl  
Auktoriserad revisorSusanne Östberg  
Förtroendevald revisor

## Revisionsberättelse

### Till föreningsstämman i Gymnastikförbundet Öst, org.nr 802001-2996

#### Rapport om årsredovisningen

Vi har utfört en revision av årsredovisningen för Gymnastikförbundet Öst för år 2015. Föreningens årsredovisning ingår i den tryckta versionen av detta dokument på sidorna 17-21.

#### Styrelsens ansvar för årsredovisningen

Det är styrelsen som har ansvaret för att upprätta en årsredovisning som ger en rättvisande bild enligt årsredovisningslagen och för den interna kontroll som styrelsen bedömer är nödvändig för att upprätta en årsredovisning som inte innehåller väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller på fel.

#### Revisorns ansvar

Vårt ansvar är att uttala oss om årsredovisningen på grundval av vår revision. Granskningen har utförts enligt god revisionssed. För den auktoriserade revisorn innebär detta att denna utfört revisionen enligt International Standards on Auditing och god revisionssed i Sverige. Dessa standarder kräver att den auktoriserade revisorn följer yrkesetiska krav samt planerar och utför revisionen för att uppnå rimlig säkerhet att årsredovisningen inte innehåller väsentliga felaktigheter.

En revision innefattar att genom olika åtgärder inhämta revisionsbevis om belopp och annan information i årsredovisningen. Revisorn väljer vilka åtgärder som ska utföras, bland annat genom att bedöma riskerna för väsentliga felaktigheter i årsredovisningen, vare sig dessa beror på oegentligheter eller på fel. Vid denna riskbedömning beaktar revisorn de delar av den interna kontrollen som är relevanta för hur föreningen upprättar årsredovisningen för att ge en rättvisande bild i syfte att utforma granskningsåtgärder som är ändamålsenliga med hänsyn till omständigheterna, men inte i syfte att göra ett uttalande om effektiviteten i föreningens interna kontroll. En revision innefattar också en utvärdering av ändamålsenligheten i de redovisningsprinciper som har använts och av rimligheten i styrelsens uppskattningar i redovisningen, liksom en utvärdering av den övergripande presentationen i årsredovisningen.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för våra uttalanden.

#### Uttalanden

Enligt vår uppfattning har årsredovisningen upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och ger en i alla väsentliga avseenden rättvisande bild av föreningens finansiella ställning per den 31 december 2015 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

#### Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för Gymnastikförbundet Öst för år 2015.

#### Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för förvaltningen.

#### Revisorns ansvar

Vårt ansvar är att med rimlig säkerhet uttala oss om förvaltningen på grundval av vår revision. Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige.

Som underlag för vårt uttalande om ansvarsfrihet har vi utöver vår revision av årsredovisningen granskat väsentliga beslut, åtgärder och förhållanden i föreningen för att kunna bedöma om någon styrelseledamot har företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till försummelse som kan föranleda ersättningsskyldighet. Vi har även granskat om någon styrelseledamot på annat sätt har handlat i strid med stadgarna.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för vårt uttalande.

#### Uttalande

Vi tillstyrker att föreningsstämman beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Stockholm den 25 februari 2015

Öhrlings PricewaterhouseCoopers AB

Ulrika Granholm Dahl  
Auktoriserad revisorSusanne Östberg  
Förtroendevald revisor

## Föreningssstatistik - Gymnastikförbundet Öst

Medlemsföreningar samt antalet medlemmar.

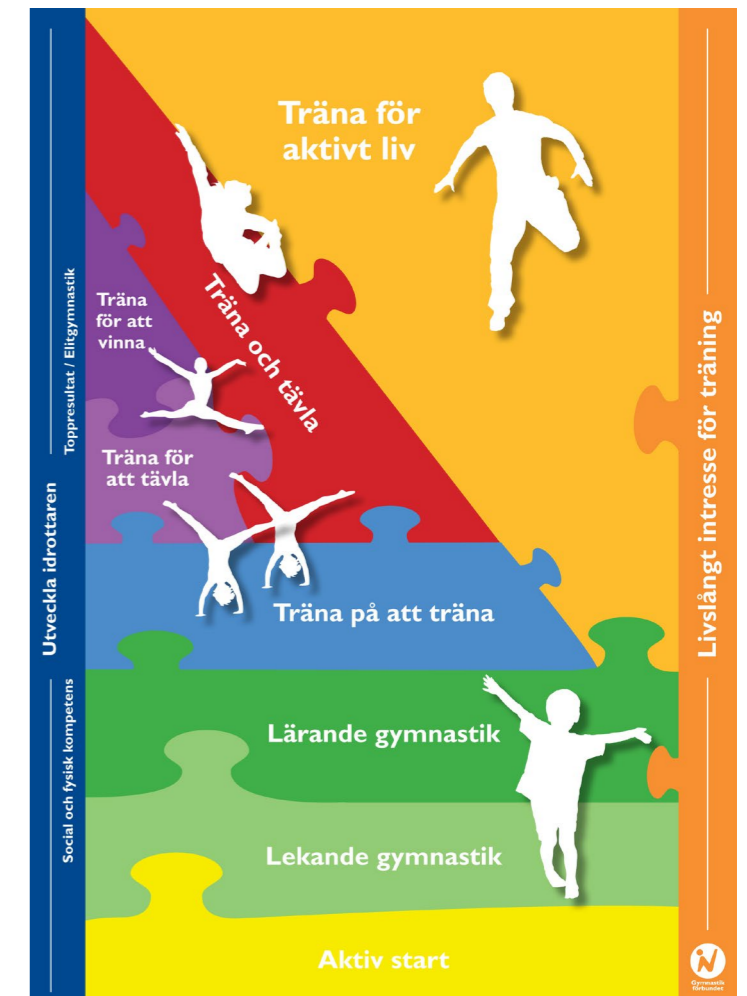
Statistiken baseras på årsrapporteringen och datumet 10 oktober 2015.

- För de föreningar som ej årsrapporterat 2015 anges deras senaste rapporterade siffra
- För nya föreningar (2015) kan siffran vara antalet medlemmar inlagda i IdrottOnline (om ej årsrapport hunnit skickats in)

FÖRENING	MEDLEMMAR	2014	2015	FÖRENING	MEDLEMMAR	2014	2015
Adelsö IF		29	19	GF Ekerögymnasterna		Ny	32
All Star Gymnastics Gymnastikförening		31/Ny	281	Gymnastikföreningen Oden		3	3
Alva Idrottsklubb		24	24	GF Resårerna		18	18
Balet & RGF Vackra Rosen		64	57	GF Stockholmstränarna		18	25
Boo KFUM IA		34	34	Gymnastikföreningen Vasa Gymnastik		56	78
Botkyrka GOIF		229	339	GK Hermes		299	268
Bro Idrottsklubb		146	156	GK Trollbäcken		280	307
Bromma KFUM-KFUM		224	449	GK Värmdö		1181	1231
Brännpunkten Korpörening			Ny	Gymnastikgruppen Vikingarna		779	796
Cirkus Cirkör Ideell Förening		2687	756	Hammarbygymnasterna		1110	1203
Dalarö Sportklubb		267	232	Handelsbankens IF		420	450
Drevvikens Dans & GF		292	294	Haninge Cheer Elite Club		135	134
Eds Kvinnliga GF		92	91	Haninge Gymnastikförening		60	50
Enebybergsgymnasterna		842	1091	Haninge Power Cheer & Dance Club		170	165
Farsta Barnidrottsförening		27	38	Hemse Bollklubb		99	99
Forma Idrottsförening i Stockholm			3/Ny	Huddinge GF		1224	1286
Fruängens balett, dans/GF Vackra Svalan		2/Ny	28	Huddinge Idrott o GK		331	313
Föreningen Dana Sportacademy		204	180	Håbro Idrottsförening		34	68
Föreningen Dansgr. Ösmos Barn		34	24	Hasselby GF		85	85
Föreningen Dansstudio		915	1004	IF Hansa – Hoburg		64	110
Föreningen Dansälvan		22	17	IF Må Bättre		69	62
Föreningen Eastcoast Cheerleaders		86	122	IF Aktiv Ungdom Lidingö		62	52
Föreningen Fierce Athletics		69	185	Järfällagymnasterna		1519	869
Föreningen Gymmix Kungsängen		894	894	KA I Idrottsförening		22	29
Föreningen Gymmix Sundbyberg		227	236	KFUM Gymnastikavdelningar		362	381
Föreningen Idla		322	325	KFUM JKS Basket Idrott och Kultur		21	25
Föreningen Jordbro United				KFUM JKS Zliproad CSC			57/Ny
Dans och Show		44	45	Korpen Sollentuna		Ny	0
Föreningen Mälarögymnasterna		79	184	Kulturföreningen PAX			Ny
Föreningen Natalis				Kungsängens Karateklubb Wadoka		43	33
Dans- och Musikstudio		263	243	Lillsveds Idrottsförening		113	202
Föreningen Parkour Friends			Ny	Lärbro Idrottsförening		175	163
Föreningen Rotebrogympan		54	51	Motions- och Dansföreningen Mad		658	575
Föreningen Solnagymnasterna		183	129	Motions- och Dansföreningen just4fun		26/Ny	30
Föreningen Stockholm				Mälarö Skid och OK		4	4
Aerobic Gymnastics		9	13	Nacka Gymnastikförening		673	472
Föreningen Täby Gymmix		455	442	Nacka KFUM Aktiviteter			Ny
Föreningen Upplandsbro				Rysk Gymnastikförening		43	68
Dansgymnaster		124	189	Rysk Gymnastikklubb i Stockholm		18	49
Föreningen Vaganovabalett		Ny	30	Rågsveds IF		28	20
Garda Idrottsklubb		23	38	Rönninge Gymmix GF		679	461
GF Brommagymnasterna		2783	3093	Salemgymnasterna		157	153
GF Gymmix Visby		510	630	Saltsjöbadens IF		432	310
GF Stockholms Top Gymnastics		1023	1256	Skuru Idrottsklubb		16	16
GF Stockholmsflickorna		136	156	Skälby Villa IF		34	20
GFVärmdö Skärgårdsgymnaster		559	576	Skärgårdstads IF		143	113
Glada Barns Idrottsförening		23	23	Sköndals Gymmix Förening		90	95
Gustavsbergs Idrottskoleförening		82	47	Sofiaflickorna		711	829

FÖRENING	MEDLEMMAR	2014	2015
Sol-Flickornas GF		1414	1537
Sollentunagymnasterna		1574	1702
Sommarpojarna Idrottsklubb		36	43
SPP Idrotts- och Fritidsförening		78	92
Stockholm Sport Klubb		Ny	0
Stockholms Barnidrottsförening		272	6
Stockholms GF		35	35
Stockholms Jiujuitsuklubb		45	49
Stockholms Studenters IF		97	184
Stockholms Södra Gymnastik- o FK		33	33
Stockholms Wushu Akademis GF		229	228
Street Mentality Parkourklubb			98/Ny
Stånga Idrottsförening		60	36
Sundbybergs GF		58	63
Sundbybergs Idrottsklubb		79	87
Tullinge Gymmix Förening		664	709
Tullinge GF		524	527
Tumba Gymnastik o IF		630	710
Twisters Cheer Elite, Nacka CF		456	417
Tyresö Barnförening		Ny	3
Tyresögymnastiken		1235	1327
Täby GF		949	1328
Upplands Väsby GK		390	359
Vaxholms GF		722	1401
We Parkour Idrottsförening		3	2
Vendelsö GF		513	631
Visby Självförsvarsklubb		57	53
Älta IF		202	223
Älvsjö AIK Fritidsförening		599	880
Österåkers Trampolin Förening		108	111

Summa: 122 föreningar      39 288      38 707



### Ytterligare statistik:

#### Utav våra 38 707 medlemmar är:

9 476 personer män,  
varav 6 094 är under 12 år.

29 231 personer kvinnor,  
varav 17 176 är under 12 år.

Antalet ledare i regionen är 5 122 personer  
varav 868 är män och 4 254 är kvinnor.

Under 2015 minskade Gymnastikförbundet Öst medlemsantal med 581 medlemmar, vilket motsvarar en minskning på cirka 1,5 procent. En stor anledning till regionens minskade medlemsantal under 2015 är utträdet av föreningen Saga Motion, med dess cirka 1600 medlemmar. I övrigt visar regionen i det stora hela på en ökning av det totala medlemsantalet.

Vi lägger in en reservation om att medlemsstatistiken varierar utifrån respektive förenings rapporteringsförfarande, varpå markanta skillnader kan förekomma i medlemsiffrorna gentemot föregående år.

## Tävlingresultat 2015

Sammanställning av regionstävlingar under året

### Regionstävlingar - Manlig Artistisk Gymnastik

#### 7 mars - Knattemästerskapen, Sollentuna

**Segrande lag:** Brommagymnasterna

**Segrare:**

Joar Adolfsson, Brommagymnasterna  
Milian Eriksson Andiarena, KFUM Ga  
Theodor Bimer, Brommagymnasterna  
Theo Wigler Sidibé, Hammarbygymnasterna

#### 18 april - Svealandsmästerskapen, Stockholm

**Segrande lag:** KFUM Ga

**Segrare:**

Calle Holm, KFUM Ga  
Jakob Söderqvist, KFUM Ga  
Lukas Houser, Hammarbygymnasterna  
Noah Holmgren, Brommagymnasterna  
Simon Eriksson, KFUM Ga

#### 17 maj - Distriktsmästerskapen, Stockholm

**Segrande lag:** Brommagymnasterna

**Segrare:**

Joar Adolfsson, Brommagymnasterna  
Calle Holm, KFUM Ga  
Jakob Söderqvist, KFUM Ga  
Filip Sundberg, Brommagymnasterna

#### 10 oktober - Knattcupen, Sollentuna

**Segrande lag:** Hammarbygymnasterna

**Segrare:**

Alexander Benyammine, Brommagymnasterna  
André Islas, Hammarbygymnasterna  
Mikhail Abdrakhmanov, Brommagymnasterna  
Love Lykvist, Hammarbygymnasterna

#### 14 november - Svealandscupen, Sollentuna

**Segrande lag:** KFUM Ga

**Segrare:**

Isak Simsek, Brommagymnasterna  
Linus Lykvist, Hammarbygymnasterna  
Maximus Gustafsson, KFUM Ga

#### 6 december - Distriktscupen, Stockholm

**Segrande lag:** Hammarbygymnasterna

**Segrare:**

Joar Adolfsson, Brommagymnasterna  
Calle Holm, KFUM Ga

### Regionstävlingar - Kvinnlig Artistisk Gymnastik

#### 29 mars - Regionsfinal, Järfälla

**Segrare Steg 5:**

Leia Ulander, All Star Gymnastics  
Mikaela Ekström, Stockholm Top Gymnastics  
Liv Houser, Sollentunagymnasterna

**Segrare Steg 6:**

Maja Andersson, Stockholm Top Gymnastics  
Jennifer Williams Sollentunagymnasterna  
Alice Lundmark, Stockholm Top Gymnastics

#### Riksfinalen arrangerades av All Star Gymnastics

**Lagsegrare:** Region Öst

**Steg 5:** Liv Houser, Sollentunagymnasterna (1)

**Steg 6:** Maja Andersson, Stockholm Top Gymnastics (3)

### Regionstävlingar - Truppgymnastik

Inga regionstävlingar har genomförts under 2015.

### Regionstävlingar - Rytmask Gymnastik

#### Svealandsmästerskapen, 8 november, Stockholm

35 individuella gymnaster och 10 duo/trupper/trios

**Segrare:**

Ungdomsklassen individuellt: Maja Svensson, Stråssa GF  
Juniorklassen individuellt: Winny He, Stråssa GF  
Seniorklassen individuellt: Cassandra Pettersson, Ö-vik  
Ungdomstrupp fristående: GF Uppsalaflickorna  
Ungdomstrupp valfritt: Stråssa GF  
Juniortrupp: GF Uppsalaflickorna  
Duo/trio: Stråssa GF

## Organisation - Gymnastikförbundet Öst

### STYRELSE

Förbundsstyrelsen har under perioden 1/1 2015 – 31/12 2015 haft följande sammansättning:

Ordförande	Gärmund Sandberg
Vice ordförande	Roland Strömbeck (Gotland)
Ledamot	Stefan Bengtsson
Ledamot	la Giotis
Ledamot	Carina Forslund
Ledamot	Anja Näslund
Ledamot	Lars-Erik Rosby (avgick från styrelsen i augusti 2015)

### VALBEREDNING

Valberedningen har under perioden 1/1 2015 – 31/12 2015 utgjorts av:

Per Sjöstrand, ordförande  
Detlef Gräser, ledamot  
Henrik Eller, ledamot

Valberedningssamordnare: Miriam Carlberg Larsson

### REVISOR

Av Gymnastikförbundet Öst vald revisor har varit:  
Företaget PricewaterhouseCoopers (PWC)

Susanne Östberg, förtroendevald revisor  
Lars Allert, suppleant

### KANSLI

Personalen har under året bestått av kanslichefen Kristian Gunnarsson, kanslisten Malin Bölander, samt projektledaren för barn- och ungdomsverksamheten i regionen, Per Beijar. Projektets första del sträcker sig fram till årsskiftet 2015/2016, varpå en ny projektperiod inleds under 2016. Kansliet har under året suttit i sina lokaler i Solna Strand tillsammans med Stockholms Idrottsförbund, SISU Stockholm och Stockholms Orienteringsförbund.

Ekonomitjänst och löpande bokföringsarbete har under året tillhandahållits av företaget Kansliet AB.

### KOMMUNIKATION/MARKNADSFÖRING

Gymnastikförbundet Öst har under året fortsatt genomfört en rad insatser inom området för att synas och höras. Förbundets Facebooksida har uppdaterats löpande för att nå ut via de sociala medierna. Nyhetsbrev har skickats ut varje månad vars avsikt är att nå ut med nyheter och viktig information till föreningar och gymnastikintresserade kring vad som är på gång inom regionen. Dessutom har vi verkat för att utveckla och använda oss av en mer aktiv och informativ hemsida.

### SAMMANTRÄDEN

Styrelsen har under året haft nio protokollförda sammanträden, både i form av telefonmöten och fysiska möten. I tillägg till dessa möten har det även genomförts ett antal verksamhetskonferenser och planeringshelger, för att planera och strukturera förbundets verksamhet tillsammans med regionala kommittéer.



# VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2015

## Verksamhetsberättelse 2015 Gymnastikförbundet Öst

Tryck: Normy Stockholm AB

Layout: Kristian Gunnarsson

Text: Kristian Gunnarsson, regionstyrelse samt regionala kommittéer

Omslagsfoto: Patrik Persson

Foto: Kristian Gunnarsson, Per Beijar, Bildbyrå RF, Gymnastikförbundet, Gymnastikförbundet Öst, Per Lindström, Mats Nydesjö, Christian Thomassen, Peter Gustafsson och Julius Bohlin

Gymnastikförbundet Öst

Vretenvägen 4

171 54 Solna

E-post: [ost@gymnastik.se](mailto:ost@gymnastik.se)

Tel.nr: 08-627 40 47

[www.gymnastik.se/ost](http://www.gymnastik.se/ost)

