



GYMNASTIKEN NORR VILL! 2013-2014

Antagen av årsmötet 2013



Gymnastik
förbundet

Svensk Gymnastik - rörelse hela livet



0
år



5
år



10 år



15 år

20 år



30 år



40 år



100 år



Svensk Gymnastik siktar på framgång.

Gymnastiken Vill ska leda oss dit.

Gymnastiken Vill är Gymnastikförbundets gemensamma idédokument. Här sammanfattas den målsättning och verksamhetsinriktning som Förbundsstyrelsen 2012 fattat beslut om för perioden 2013 – 2014. Inom Gymnastikförbundets åtta regioner ska Gymnastiken Vill konkretiseras i åtgärder som följer förbunds- mötets beslut och som varje medlemsförening kan ta del av utifrån den egna verksamhetens inriktning och behov. Målet är tydligt; framgångsrika medlemsföreningar och fortsatt utveckling av Svensk Gymnastik i alla dess många varianter, med en gemensam nämnare: rörelseglädje och gemenskap!

Med Gymnastiken Vill 2013 – 2014 tar förbundet också de första stegen mot Gymnastikförbundets Vision 2020, som presenteras på sidan 5.

Förslaget till Vision 2020 är resultatet av en grundlig demokratisk process med dialoger i regionerna, enkäter till medlemsföreningar och regioner, bearbetning under Gymnastikforum 2011, och en slutremiss med nya dialoger i regionerna. Många ledare har delat med sig av kunskap, idéer och synpunkter.

Det är en väl förankrad Vision 2020, som sammanfattar uppfattningen hos majoriteten av medlemsföreningar och regioner och uttrycker både framtidstro och framåtanda!

Det första stora klivet mot 2020 tar vi med Gymnastiken Vill 2013 – 2014.

Den målsättning och verksamhetsinriktning som Förbundsstyrelsen 2012 fattat beslut om blir allas ansvar. Förbund, regioner, föreningar, ledare, tränare och motionärer/gymnaster. Gemensamt och som ett enda Gymnastikförbund utvecklar vi Svensk Gymnastik, i takt med samhällets förändringar och behov hos dem vi vänder oss till.

Resan har börjat. Du är väl med?

Förbundsstyrelsen i maj 2012

Malin Eggertz Forsmark,
förbundsordförande



Malin Ef.

Regionstyrelsen Norr 2013

Reza Firouzfard
regionordförande



Reza

Verksamhetsidé

Svensk Gymnastik – rörelse hela livet

Svensk Gymnastik har många ansikten. Rolig och lekfull träning i ständigt nya former för alla. 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.

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.

Vision 2020

Bra – bättre – bäst inom alla former av gymnastik

Mål - övergripande

- 2020 har Gymnastikförbundets föreningar sammanlagt minst 400 000 medlemmar i hela landet
- 2020 är femton procent av alla barn upp till 12 år medlemmar i en gymnastikförening
- 2020 tränar minst 100 000 medlemmar gruppträning i en certifierad Gymmixförening
- Senast 2020 tar svenska gymnaster minst en medalj på EM och VM eller OS
- 2020 är alla nybyggda idrottslokaler i kommunala skolor utrustade med gymnastikredskap enligt Gymnastikförbundets rekommendationer
- 2020 har det fattats beslut om eller projekterats för minst 20 nya specialhallar för gymnastik

Mål – Gymnastikförbundet Norr

- 2020 har Gymnastikförbundet Norrs föreningar sammanlagt minst 30000 medlemmar
- Gymnastikförbundet Norr ska stötta föreningarna med implementeringen av SvGF:s koncept inom alla former av gymnastik
- Gymnastikförbundet Norr ska hitta flexibla lösningar och samarbeten för föreningar med långa avstånd
- Gymnastikförbundet Norr ska möjliggöra elitsatsningar genom utbildade ledare och goda träningsmöjligheter. Speciellt ska hallfrågan bevakas
- Gymnastikförbundet Norrs kansli och förtroendevalda ska ha kontinuerlig och positiv kommunikationen med alla föreningar
- 2020 har vi fördubblat antalet ledare i regionen till 1400



Verksamhetsmål 2013 – 2014

BARN

För flickor och pojkar 3 – 12 år.

Grundläggande motorikträning. Barngymnastik ska vara allsidig, varierande, lekfull och utgå från barnens individuella förutsättningar.

- Vi ska bli BRA på att nå nya målgrupper
- Vi ska bli BÄTTRE på att ge förutsättningar för föreningen att växa
- Vi ska fortsatt vara BÄST på barngymnastik

AKTIVITETER

- Marknadsföra GympaKidz och Bamsegympa samt ge föreningarna stöd i deras arbete
- Få igång verksamhet på fler orter i regionen
- Förbättra kommunikation med föreningarna genom en kontaktperson i varje förening med barn- och ungdomsverksamhet

ORGANISATION

- Arbeta för att få större förståelse för vikten av motorisk träning på lågstadiet

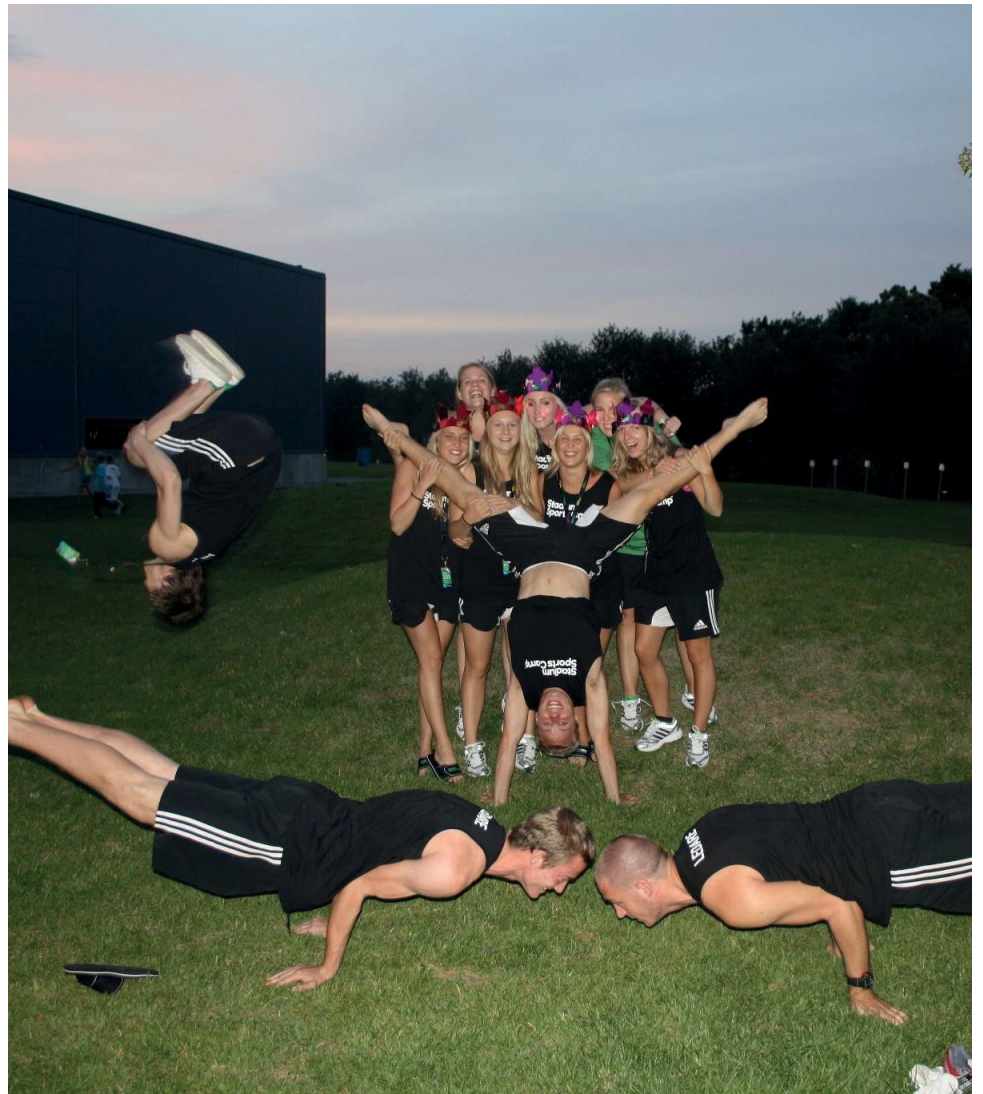
- Stöd i frågan om lokaler och utrustning för barngymnastik på olika nivåer
- Idrottslyftet som stöd för föreningarnas utvecklingsarbete för att nå fler

GYMNASTIKUTBILDARNA

- Se över möjligheterna till en enklare ledarutbildning före Baskurs Grund
- Paketering och anpassning av utbildningar för nya externa målgrupper
- Utveckla alternativa utbildningsformer
- Erbjud och motivera till kontinuerlig vidareutbildning

GYMNASTIKBUTIKEN

- Material för förskola/skola anpassat efter nya läroplanen
- Marknadsföring av Bamsegympa- och GympaKidz-material



Verksamhetsmål 2013 – 2014

UNGDOM

För tjejer och killar, 13 – 20 år

- Vi ska bli BRA på att nå nya målgrupper
- Vi ska bli BÄTTRE på att få killar att stanna längre inom gymnastiken och på att utveckla uppvisnings- och showgymnastiken
- Vi ska fortsatt vara BÄST på allsidig fysisk träning för unga

AKTIVITET

- Inspirationshelger med nya verksamhetsformer, t ex. GympaKidz on tour
- Visa på fördelar för Parkourefföreningar och utövare att vara medlem i Gymnastikförbundet
- Stötta träningssamlingar för killar i regionen
- Stötta och eventuellt arrangera uppvisningsevenemang i regionen
- Marknadsföringsstöd till föreningarna

ORGANISATION

- Bilda en ungdomskommitté
- Underlätta för nya ungdomsföreningar att bli medlemmar
- Göra tydliga och enkla övergångar från barn- till ungdomsgymnastik
- Använda Idrottslyftets möjligheter till utökad ungdomsverksamhet
- Marknadsföra alla aspekter av ungdomsgymnastiken

GYMNASTIKUTBILDARNA

- Kombinerade träningsläger/ledarinspirationskurser
- Utveckla förslag till mer flexibla arbets- och projektformer för ungdomar

GYMNASTIKBUTIKEN

- Utökad sortiment av livsstilsprodukter för unga gymnaster och ledare



Verksamhetsmål 2013 – 2014

GYMMIX GRUPPTRÄNING

För kvinnor och män i vuxen ålder. Gymnastikförbundets utbud av varierande former av gruppträning ska vara anpassad till olika behov och förutsättningar, hålla hög kvalitet och vara lättillgänglig.

- ☐☐ Vi ska vara BRA på att öka antalet Gymmix-föreningar
- ☐☐ Vi ska bli BÄTTRE på att synas med Gymmix på en konkurrensutsatt gruppträningsmarknad
- ☐☐ Vi ska vara BÄST på att säkerställa kvalitén i Gymmix- verksamheten i certifierade föreningar

AKTIVITET

- Gymmix-certifiering av fler gruppträningsföreningar
- Marknadsföra och informera föreningarna om Gymmix
- Undersöka om vi kan vara mer flexibla gällande deltagande i gruppträning
- Marknadsföra bredden i gymnastik
- Arbeta vidare med utbildningarna och jobba för att fler instruktörer licensierar sig
- Synliggöra Gymmix som varumärke på regionala konvent
- Utvecklings- och marknadsföringsstöd till förbundets gruppträningsföreningar

ORGANISATION

- Stöd till regionala föreningsbesök
- Stöd till Gymmix-nätverk i regionerna

GYMNASTIKUTBILDARNA

- Marknadsföring av Gymmix/gruppträningsutbildningarna
- Fånga upp nya träningsformer/trender

GYMNASTIKBUTIKEN

- Erbjuder gruppträningsredskap via samarbetspartners
- Erbjuder en bra Gymmix-kollektion via samarbetspartners



Verksamhetsmål 2013 - 2014

TÄVLINGSGYMNASTIK

Tävlingsgymnastik ska finnas tillgängligt för alla flickor och pojkar från skolålder som vill tävla, oavsett ambitionsnivå och oavsett disciplin: manlig artistisk gymnastik, kvinnlig artistisk gymnastik, trupp gymnastik, trampolin, rytmisk gymnastik, aerobic gymnastics eller hopprep. Verksamheten ska bedrivas på ett kvalitetssäkrat vis, under trygga och säkra förhållanden för gymnasterna, samt vara inriktad på prestationsförbättring och goda resultat. Tränings- och tävlingsverksamheten ska följa Gymnastikförbundets värdegrund, policys och riktlinjer.

Den av förbundsstyrelsen beslutade särskilda satsningen på artistisk gymnastik och trupp gymnastik fortsätter, men samtidigt ska utvecklingstakten ökas i trampolin och rytmisk gymnastik. Målet är att ta framstående placeringar på internationella tävlingar och mästerskap, ytterst medaljer.

- ☐☐ Vi ska vara BRA på att samverka mellan olika tävlingsdiscipliner
- ☐☐ Vi ska bli BÄTTRE på samverkan centralt och regionalt inom tävlingsgymnastiken
- ☐☐ Vi ska bli BÄST på att arbeta med ett helhetstänkande från nybörjare till yppersta elit.

AKTIVITETER

- Få igång fler discipliner och fler grupper i de olika åldrarna
- AG: Gemensam tävlings-/uppvisningsturné för att ge inspiration till föreningar i regionen så vi får igång fler orter med tävlingsgymnastik
- AG: Hitta fler engagerade ledare som tar tävlingsgymnastiken vidare
- Trupp: Genomföra en SWOT-analys som resulterar i en konkret och tidssatt handlingsplan med målet att öka antalet ledare
- Trupp: Börja samverka mellan Umeå Gymnastikförening och GF Holmsundsgymnasterna med ett långsiktigt mål om att skapa ett Norrlandslag

- Trupp: Införa en rolig och givande inspirationsdag varje år för kommittén
- Fortsatt implementering av kravprofilerna med målet att fler föreningar och gymnaster når elit- och landslagsnivå
- Stödja föreningar i arbetet med fler anställda tränare
- Öka antalet tävlingsgymnaster genom olika rekryteringsprojekt

ORGANISATION

- Se över möjligheterna att skapa ett medicinskt råd
- Skapa en god stödorganisation för våra landslags- och toppgymnaster: medicinsk support, nutrition, idrottspsykologi och fysträning samt stödja våra föreningar inom samma områden
- Skapa bra stöd och möjligheter att kombinera träning och studier på grundskole-, gymnasie- och högskolenivå
- Fortsätta att arbeta aktivt för permanenta eller mobila träningscentra.

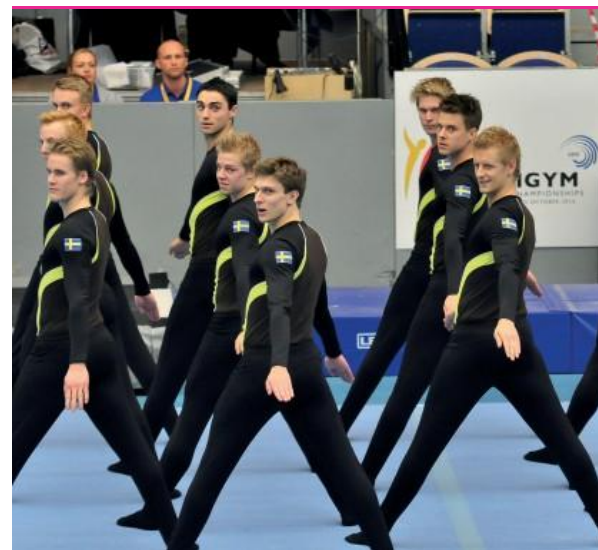
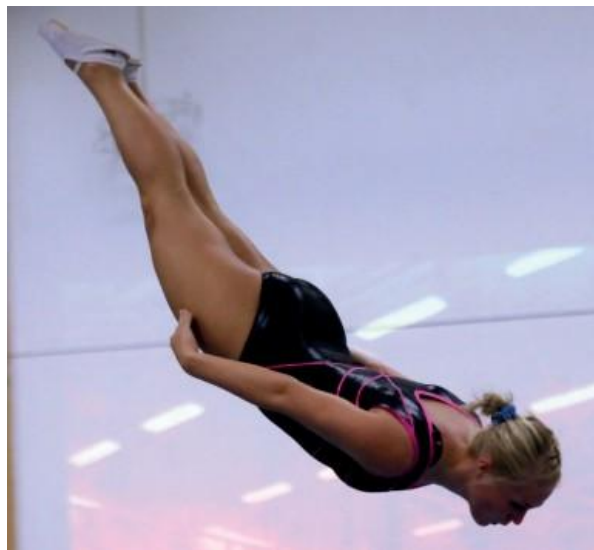
GYMNASTIKUTBILDARNA

- Slutföra Steg-utbildningar i samtliga tävlingsdiscipliner
- Utveckla nätbaserade utbildningar och forum för kompetensutveckling och examination av tränare
- Följa upp utbildningskrav kopplat till Utvecklingsplan Tävlings och Guld i Sikte
- Säkerställa en mycket god utbildnings- och kunskapsnivå i landslagsledning

- Öka deltagandet i FIG:s och UEG:s tränarkurser och andra topptränarutbildningar

GYMNASTIKBUTIKEN

- Mer utbildningsmaterial ska finnas tillgängligt i Gymnastikbutiken för tävlingsföreningar och tränare



Verksamhetsmål 2013 – 2014

GYMNASTIKUTBILDARNA

Under namnet Gymnastikutbildarna sammanfattas och marknadsförs all utbildningsverksamhet inom Gymnastikförbundet. Utbildningsverksamheten ska i alla delar stå för kunskap, kvalitet och kompetens och ska genomföras nära föreningarna, i närmaste region eller i den egna föreningen i samverkan med regionen.

- Vi ska vara BRA på att stödja medlemsföreningarnas arbete med ledar- rekrytering, ledarutveckling och värdegrundsfrågor
- Vi ska bli BÄTTRE på att erbjuda ett flexibelt och tillgängligt utbildningsutbud
- Vi ska vara BÄST på att utveckla, följa upp och stärka den pedagogiska kvalitén i utvecklingsarbete och utbildningsutbud

ORGANISATION

- Genom arbetet med Gymnastikförbundets Pedagogiska Råd bredda omvärldsbevakningen och säkerställa hög pedagogisk kvalitet i våra utbildningar
- Utveckla kompetensutbytet med Lillsved och synliggöra gymnastikens möjligheter för Lillsveds elever
- Utveckla samarbetet med SISU Idrottsutbildarna
- Samarbeta med andra organisationer om alternativa utbildningsformer

- Utveckla samarbete med högskolor och universitet om gruppträningskurser med högskolepoäng

AKTIVITETER

- Utveckla stödmaterial och mötesforum för föreningarnas ledarrekrytering, ledarutveckling och värdegrundsfrågor
- Utbilda styrelseledamöter i föreningskunskap, föreningslära och verksamhetsplanering i samarbete med SISU Idrottsutbildarna
- Utveckla nätbaserad utbildning

FÖRENINGSTÖD OCH FÖRBUNDSUTVECKLING 2013 – 2014

Gymnastikförbundets åtta regioner med bemannade regionkontor ska möjliggöra nära kontakt med och aktiv utveckling av medlemsföreningar efter deras behov och förutsättningar. Målet är likvärdig service till medlemsföreningarna i hela landet.

- Vi ska bli BRA på opinionsbildning för gymnastikens betydelse för grundmotorisk träning och på att hjälpa medlemsföreningar att få tillgång till välutrustade gymnastiklokaler
- Vi ska bli BÄTTRE på att synliggöra Svensk Gymnastik regionalt och centralt
- Vi ska bli BÄST på att stödja och hjälpa medlemsföreningarna med verksamhets- och organisationsutveckling

AKTIVITETER

- Planera och genomföra opinionspåverkande aktiviteter till stöd för gymnastikens behov av välutrustade gymnastiklokaler
- Utveckla webbaserade administrativa hjälpmedel för föreningarna
- Utveckla och underhålla effektiva kommunikationskanaler
- Söka sponsorer och andra samarbetspartners
- Kontinuerliga möten för att driva utvecklingen som ett enda Gymnastikförbund
- Stöd till regionkommittéer – 'ett enda Gymnastikförbund'

EXTERNA RELATIONER 2013 - 2014

Målet är att kunna påverka gymnastikens framtid där övergripande beslut fattas.

- Vi ska vara BRA på att representeras i viktiga idrottsorganisationer i Sverige och internationellt
- Vi ska bli BÄTTRE på att framhålla vikten av motorisk träning och gymnastikutrustning i idrottsanläggningar
- Vi ska vara BÄST på att driva frågor som påverkar svensk gymnastiks framtid

AKTIVITETER

- Ökad bevakning av relevant forskning och omvärldsutveckling
- Delta i utredningsgrupper inom idrottens organisationer
- Delta i internationella tävlings- och breddeevenemang

Om Svensk Gymnastik

Vi är en av idrottens största kvinnoorganisationer. Fyra av fem medlemmar är kvinnor. De flesta ägnar sig åt barngymnastik och gruppträning.

29 000 är licensierade tävlingsgymnaster och återfinns i någon av gymnastikens sju discipliner. Störst är trupp gymnastik med 19 000 utövare. Fyra discipliner är olympiska: kvinnlig respektive manlig artistisk gymnastik, rytmisk gymnastik och trampolin. I Sverige tävlar man även i aerobic gymnastics och hopprep.

2011 var 41 procent av medlemmarna under 13 år, 11 procent mellan 13 och 20 år, 19 procent 21–40 år samt 29 procent 41 år eller äldre.

Av Gymnastikförbundets drygt 1100 medlemsföreningar har 15 föreningar (1 procent) över 1000 medlemmar, 84 föreningar (7 procent) mellan 500 och 999 medlemmar, 179 föreningar (16 procent) mellan 200 och 499 medlemmar, 200 föreningar (18 procent) mellan 100 och 199 medlemmar, och 652 föreningar (58 procent) högst 100 medlemmar.

I januari 2013 var fördelningen enligt följande i Region Norr: 11 procent av medlemmarna under 13 år, 8 procent mellan 13 och 20 år, 49 procent 21–40 år samt 32 procent 41 år eller äldre.

Stödorganisationen till medlemsföreningarna finns i åtta regioner från norr till söder, alla med lokala regionstyrelser och bemannade kanslier. Gymnastikförbundets centrala kontor finns i Stockholm. Gymnastikförbundets högsta organ är Förbundsmötet. Förbundsmötet utser Förbundsstyrelsen och fastställer verksamhetens inriktning för en kommande tvåårsperiod.

(ALLA SIFFROR FÖRUTOM REGIONENS AVSER 2011)



Varumärken och logotyper är viktiga redskap för att synliggöra gymnastiken i dagens informationsbrus.

Gymnastikförbundets varumärken och logotyper:



Gymnastik
förbundet



Gymnastik
butiken



Gymnastik
utbildarna



gym^Nmix
BRA TRÄNING NÄRA DIG



Fantasi Lek Glädje

Gympa ^NKidz



FLICKIG.SE

Gymnastikförbundet Norr
Box 3005, 903 02 Umeå
norr@gymnastik.se
www.gymnastik.se/norr



**Gymnastik
förbundet**

Idrottens Hus 114 33 Stockholm
Besöksadress: Södra Fiskartorpsvägen 15 A
Tel 08-699 60 00 (växel)
Fax 08-699 64 95
info @ gymnastik.se,
www.gymnastik.se