



Verksamhetsplan Sundbybergs IK Skidor 2020/2021

Här nedan ser ni budget och aktivitetsplan för respektive grupp för kommande säsong.

GRUPP: SIK Skidor Barn och ungdom

ANTAL ÅKARE: ca 50

BUDGET 2020/2021: 135 000 kr

SNITTKOSTNAD PER ÅKARE: 2 700 kr

ENGAGERADE LEDARE:

NAMN	GRUPP	UTBILDNINGSNIVÅ
Jakob Tholander	Hemmajunior (03-05), 06-07	Barn, ungdom, Junior, senior
Torbjörn Sandberg	Hemmajunior (03-05)	Friidrott ungdomstränare
Åsa Karlsson	06-07	Barn, ungdom, Junior, senior
Stefan Hedlöf	06-07, Hemmajunior (03-05)	Barn, ungdom
Ann-Sofie Gyllbäck	08-09	Barn fördjupning
Kristian Lundqvist	08-09	Barn
Johan Eiderfors	10-11	Barn
Jonas Petterson	10-11	-
Jonas Dahlin	12-13	-
Egil Wallin	12-13	-
Nicholas Etherheden	12-13	Barn

AKTIVITETSPLAN

AKTIVITET	MÅN/ÅR	BUDGET	EGEN AVG	ANSVARIG LEDARE
Avslutning/kickoff, priser	Senvår sommar	3000		Samtliga utses
Extra aktiviteter, paddling, klättring etc	Senvår Sommar	6000	tillkommer	
Sommarläger elit ungdom	Sommar	3000	tillkommer	
Uppstartsläger	September	2000	tillkommer	
Snöläger säsongstart äldre ungdomar/hemma juniorer	Okt-nov	7500	tillkommer	
Snöläger	Nov-dec	10 000	tillkommer	
Startavgifter		45 000		
Soppakvällar	Hösten	4000		
Utbildning av ledare		15000		
Rekrytering av fler barn/ungdomar		3000		
Subventionering av kläder		4500		
Inköp av rullskidor		20 000		
Summa		135 000 (115 000)		

KOMMENTAR TILL BUDGET

LÄGER

Samtliga läger har egenavgifter.

September Uppstartsläger på motionsgården för alla.

Oktober-november, försäsongsläger oftast Torsby för äldre ungdomar, höstlovet, långhelg.

Sommarläger erbjuds för äldre och ungdomar och juniorer via Stockholms skidförbund.

Snöläger för 10-åringar och uppåt planeras under försäsong, gemensamt eller i team.

EGENA VGIFTER EXTRA AKTIVITETER

Då det gäller extra aktiviteter som klättring kan mindre egenavgifter tillkomma.

STARTAVGIFTER

SIK Skidor betalar startavgifterna för barn och ungdom, dock ej efteranmälningar.

UTBILDNING

Ledare för barnträningar ska minst ha gått Svenska Skidförbundets barnledarutbildning.

Ledare för ungdomar 13-16 år ska ha gått ungdomsledarutbildning eller motsvarande.

Vi önskar rekrytera fler föräldrar som utbildas för tävlingsarrangemang.

Vi önskar också utbilda ledare i första hjälpen.

RULLSKIDSPARKEN

Styrelsen har godkänt förslag från barn- och ungdomsgruppen 2019 att extra medel ska användas för att förnya rullskidparken.

ÖVRIGT

Vi genomför regelbundna gruppstärkande aktiviteter i samband med träning och tävlingar såsom soppakvällar , kick-offs och avslutningar. Vi önskar rekrytera fler barn, ungdomar och aktiva föräldrar exempelvis genom att synas mer i Ursvik.



GRUPP: SIK Skidor Senior

ANTAL ÅKARE: ca 75

BUDGET 2020/2021: 70 000 kr

SNITTKOSTNAD PER ÅKARE: 933 kr

ENGAGERADE LEDARE:

NAMN	GRUPP	UTBILDNINGSNIVÅ
Martin Höglund	Senior, Sektionsansvarig	
Martin Carlsson	Senior	
Björn Nordén	Senior	
Linus Studeny	Senior	

AKTIVITETSPLAN

AKTIVITET	MÅN/ÅR	BUDGET	EGEN AVG	ANSVARIG LEDARE
Träning /coachning ^{a)}	Maj-Mars	40 000 kr (33 000)	0 kr	Martin Höglund
Vinterläger ^{b)}	December	13 000 kr (10 000)	Självkostnad	Linus Studeny
DM Stockholm ^{c)}	Oktober/Januari	5 000 kr (5 000)	0 kr	Martin Höglund
Masters SM ^{d)}	September/Februari	1 000 kr (1 000)		Martin Höglund
Tjejskidan ^{e)}	Februari	3 000 kr (3 000)		Martin Höglund
Energi ^{f)}	Mars	8 000 kr (8 000)		Björn Nordén
Summa		70 000 kr (60 000)		

- a) **Vårsäsong**, maj-juni, en veckodag (onsdagar); styrketräning, löpning, stavlöpning. Träningsschema kommer att upprättas och kommuniceras (hemsida och Facebook).

Försäsong, september-december; onsdagar (primärt rullskidor, intervaller men också styrka, balans och teknik) och lördagar (stavgång). Träningsupplägg kommuniceras inför respektive pass på Facebook.

Vintersäsong, januari-mars; skidåkning, Ursvik prioriterat i övrigt ”ambulerande”. Träningsupplägg kommuniceras inför respektive pass på Facebook.

-Kostnad 40 000 SEK avser samarbete med extern tränare, ett ”stående” inslag de senaste säsongerna som är mycket uppskattat av medlemmarna. Upplägg ännu inte klart men t.ex. Fysio Outdoor/Håkon Breistrand som Senior jobbade med förra säsongen flyttar till Stockholm i sommar och vi ser då potential till utökat samarbete varvid budgeten är något högre än f.g. år. Denna post innefattar ev. tränare på vinterlägret

- b) Träningsläger på skidor på Idre Fjäll. SIK Skidor Senior arrangerar boende, resa och träningar. Medlemmar betalar självkostnadspris. Kostnad avser 400 kr rabatt för medlemmar som jobbat i Motionsgården eller annat ideellt engagemang (höjs med 50 kr i år jämfört med f.g. år då bemanning enbart ska göras för våren), samt diverse mindre lägerrelaterade kostnader.
- c) SIK Skidor Senior står för aktiva medlemmarnas¹ startavgifter, både rullskidor och skidor. Resultatambition; topp 3 i samtliga åldersklasser vi deltar i.
- d) SIK Skidor Senior står för aktiva medlemmars¹) startavgifter.
- e) SIK Skidor Senior subventionerar aktiva medlemmars¹ startavgift till Tjejskidan, som f.g. år.
- f) SIK Skidor Senior köper in energi från Umara eller liknande och delar ut till medlemmar som åker långlopp i Stockholmsområdet; Roslagsloppet, Värmdöloppet och Bravura Ski Marathon (Lida). SIK Skidor Senior subventionerar drickaservice i Vasaloppet 2020 för aktiva medlemmars¹ t.ex. Enervit, Gästrikesservice eller VasaSvahn.

PLANERADE EGENAVGIFTER

Träningar inom ramen för medlemsavgift. Vinterläger till självkostnad.

ÖVRIGT

SIK Skidor Senior subventionerar startavgift i DM för Stockholm och Masters SM för aktiva medlemmar¹ och dito görs avseende Tjejskidan. Andra tävlingar och långlopp betalar medlemmen själv. **Norrskidan** – aktiva medlemmar¹ åker gratis på SIK Skidors deltävling.

¹ Aktiv medlem: aktivt deltagit i sektionens aktiviteter såsom träningar/läger, tävlat för klubben samt ideellt arbete, t.ex. helpass i Motionsgården eller snöproduktion.



Verksamhetsplan 2020/2021

GRUPP: SIK Skidor Senior-Junior Elit

ÅKARE: Samuel Carlsson
Oskar Ahnbrink
Alexander Melin
Paige Lembke
Hoa Sjöholm
Jonatan Ståhl
Walter Hellden
Ruben Tholander
Axel Svensson

BUDGET 2018/2019: 160 000 kr
(varav 20 000 kr till långloppsåkare)

SNITTKOSTNAD PER ÅKARE: 17 778 kr

ENGAGERADE LEDARE:

NAMN	GRUPP	UTBILDNINGSNIVÅ
Henrik Ahnbrink	Senior,	
Håkan Melin	Junior	
Jakob Tholander	Junior	

AKTIVITETSPLAN

AKTIVITET	MÅN/ÅR	BUDGET	EGEN AVG	ANSVARIG LEDARE
Sommarskidskolan	Augusti			?
Säsongspremiär Bruksvallarna	18-22 nov	0 kr	Självkostnad	Henrik
VW-Cup 1 Senior FIS för Junior Idre	9-13 dec	15 000kr		Henrik
Scandic Cup 1 Junior JVM test Prel Östersund	17-20 dec	26 000kr		Håkan & Jakob
Scandic Cup 2 Junior JVM test Ort ?	6 - 10 jan	26 000kr		Håkan & Jakob
DM Stockholm	16-17 jan	0 kr		
VW-Cup 2 Senior FIS junior Ort ?	22-24 jan	18 000kr		Henrik
SM-vecka Borås	1-7 feb	15 000kr		Henrik
VW-cup 3 Scandic cup 3	17-21 feb	26 000kr		Henrik & Håkan
Scandic cup 4 (final) + Distriktsstafett Ort ?	10-14 mars	25 000kr		Håkan & Jakob
JSM VW-cup 4 (final) Gällivare	22-28 mars	70 000kr		
Långlopp Samuel + Oskar + någon till.		20 000kr		Henrik
Startavgifter övriga sanktionerade tävlingar		14 000kr		
Sanktion StSF läger		7 000 kr		
Juniorverksamhet Sthlm		10 000kr		??
Summa		272 000kr		
Budget belopp SIK Skidor		160 000kr (165 000k		
Egenavgifter			112 000kr	

PROCESS:

Respektive grupp har samverkat sina aktivitetsplaneringar och presenterat för styrelsen genom sina styrelserepresentanter. Styrelsen har sedan tittat på respektive grupps önskemål samt helheten och godkänt önskemålen om budgetar som ska presenteras på årsmötet som förslag.