

Härnösands Racketklubb



Verksamhetsberättelse för år 2023

Verksamhetsberättelse Styrelsen 2023

Styrelsen med kommittéer

Styrelsen i Härnösands Racketklubb har under verksamhetsåret 2023-01-01 – 2023-12-31 bestått av följande personer:

Johan Nordin	Ordförande
Allan Jonsson	Vice ordförande
Mauri Mellenius	Sekreterare
Lena Backström	Kassör
Anna Eman	Ledamot
Madelene Wallblom	Ledamot
Jenny Nyberg	Ledamot
Anneli Thunberg	Adjungerad Ledamot
Susanne Salander	Suppleant
Jan Lindberg	Suppleant

Aktivitetskommitté (tidigare Junior- och tävlingskommitté)

Anneli Thunberg
Anna Eman
Madelene Wallblom
Jennie Caro
Johan Nordin

Sponsorkommitté

Madelene Wallblom
Johan Nordin

Revisorer

Johanna Wikström
Bo Sjödin

Valberedning

Hans Sjöberg
Sara Koch

Styrelsens berättelse

Styrelsen har under verksamhetsåret haft 5 protokollförda styrelsemöten. Projektgrupper och kommittéer med specifika arbetsuppgifter bestående av delar ur styrelsen samt andra engagerade medlemmar har sammanträtt under året. All styrelse- kommitté- och projektverksamhet sker ideellt.

Även under detta år har vi genomfört digitala förändringar då vi t ex har grävt och kopplat in en fiberkabel från Servanet för vårt helt nya bredband. Denna fiberkabel kommer även andra föreningar som hyr tider av kommunen i Öbacka Sportcenter kunna ta del av vid sina webbsändningar samt uppdatering av matchresultat. Även skolan kan använda detta mer stabila datanät.

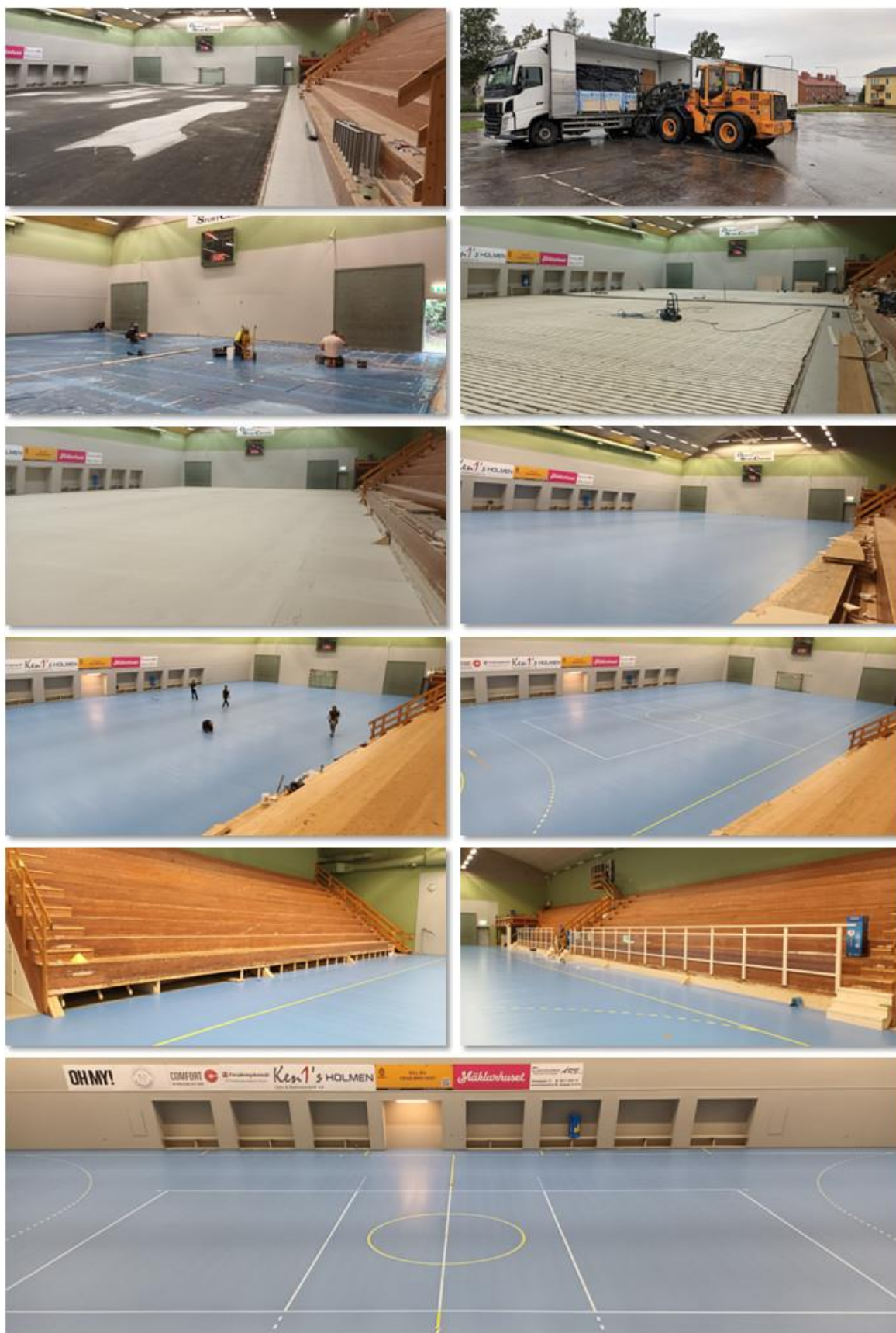
Styrelsen har fortsatt sitt arbete med att utveckla och uppdatera våra styrdokument som inkluderar bl.a. handlingsplan och värdegrund. Detta arbete kommer fortsätta under kommande år och mer detaljerat arbetas med i samarbete med RF-SISU samt även Svenska Tennisförbundet med ett mål av kvalitetsmärkning för trygg tennis.

Det finns säkert dom som funderar på varför det ibland är vattenpölar på båda tennisbanorna i tennishallen. Detta beror på ett problem med plåttaket där många tidigare försök till åtgärd har gjorts under åren utan att helt lyckats med att åtgärda vattenläckaget. Det har identifierats ett problem med skarvningen av plåttaket och olika idéer av lösningar ligger på bordet. Vi hoppas att vi så snart som möjligt kan åtgärda detta.

Det har under året kommit in flertalet förfrågningar om bordtennisträning men just nu har vi inte någon tränare som gör det svårt att erbjuda detta. Men aktiviteter finns för att på något sätt hitta någon som kan ta på sig rollen som tränare för att möjliggöra en uppstart av bordtennis. Det har även fortsatt kommit förfrågningar om pickleballträningar och det har påbörjats under vårterminen 2023. Tränare Sebastian som har utbildats av Svenska Pickleballförbundet har sedan 10 februari träning varje lördag eftermiddag.

Under sommaren 2023 genomfördes även ett stort arbete i A-hallen där sportgolvet byttes ut samt förstärkning av vägg på en av kortsidorna samt målning av nederdel av väggarna och montering av ett räcke på läktaren (SIK). Golvet i A-hallen byttes ut av företaget Unisport som med underleverantörer först byggde ett regelverk med reglar och skivor som sen mattan lades på. Rivning av det gamla golvet gjordes av LEEAB, över 900st 1m² stora plywoodskivor sågades ur golvet och slängdes i containrar.





Verksamheten

ÅRSMÖTE

Årsmöte hölls tisdagen den 28 mars. Denna gång hade vi vårt årsmöte i konferensrummet i A-hallen efter en tid då vi även använt digitala lösningar.

ORGANISATION OCH PERSONAL

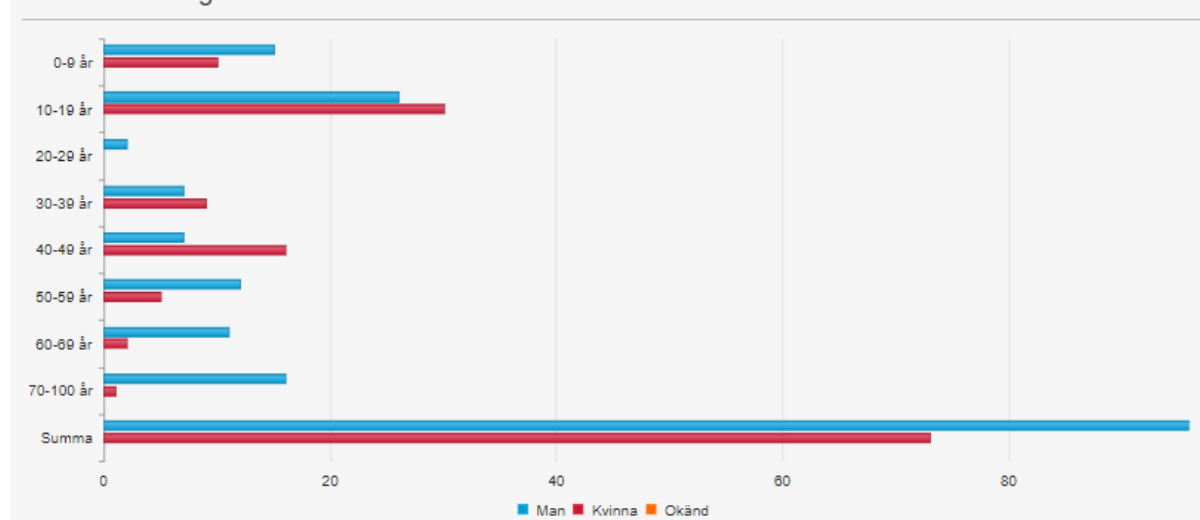
Förutom våra huvudtränare för tennis och badminton har vi haft många hjälptränare under året. Bland de timavlönade tränarna finns flera juniorer som själva lärt sig spela tennis i föreningen, vilket vi är extra stolta över. Även under sommaren hade vi två stycken sommarjobbare som deltog på både sommarläger och matchvecka. Styrelse, kommittéer och personal har under året träffats både i mindre grupper och i stor grupp. Utveckling och utbildning av tränare och personal står högt på prioriteringslistan.

MEDLEMMAR

31 dec 2023 hade klubben 169 st medlemmar varav 73 kvinnor och 96 män. Ålder och könsfördelningen enligt tabellen. Inom parantes förändring från 2022.

Ålder	0-9	10-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-	Totalt
Män	15	26	2	7	7	12	11	16	96
Kvinnor	10	30	0	9	16	5	2	1	73
Totalt	25 (-3)	68 (-3)	6 (+0)	7 (+5)	24 (-1)	23 (+3)	15 (+1)	14 (+7)	169 (+9)

Åldersfördelning för medlemmar med aktiv i idrott



TRÄNINGSVERSAMHET

Under verksamhetsåret har **143st barn och ungdomar** samt **27st vuxna** deltagit i de olika träningsgrupperna (tennis och badminton). En översyn av banfördelningen under verksamhetsåret kommer bl.a. att innebära mer träningsmöjligheter för både barn och vuxna under kommande verksamhetsår.

	Barn- och ungdomsgrupper	Vuxenträning
2020	86 st	22 st
2021	97 st	20 st
2022	109 st	24 st
2023	143 st	27 st

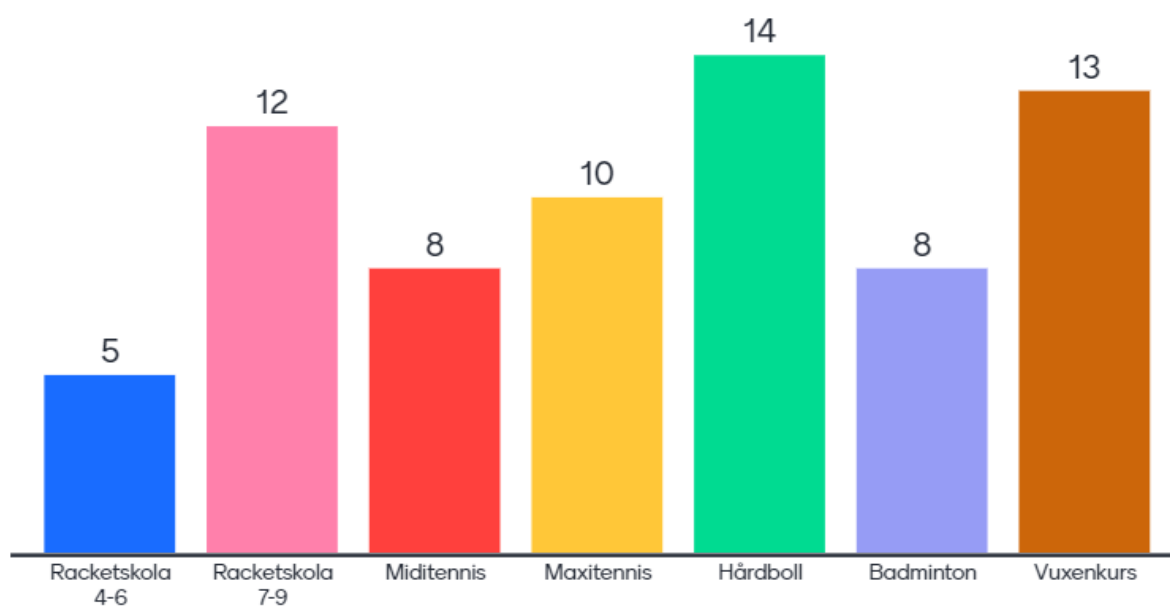
Tennis- och badmintonträning

Ambitionen är att tennis- och badmintonträningen alltid ska bedrivas på ett roligt och lärorikt sätt, träningen ska vara givande och förberedande för framtiden. Racketsporterna är en komplex idrott med många olika avgörande faktorer. Träningarna planeras för att vara varierade och innehålla balanserad mängd matchliknade moment.

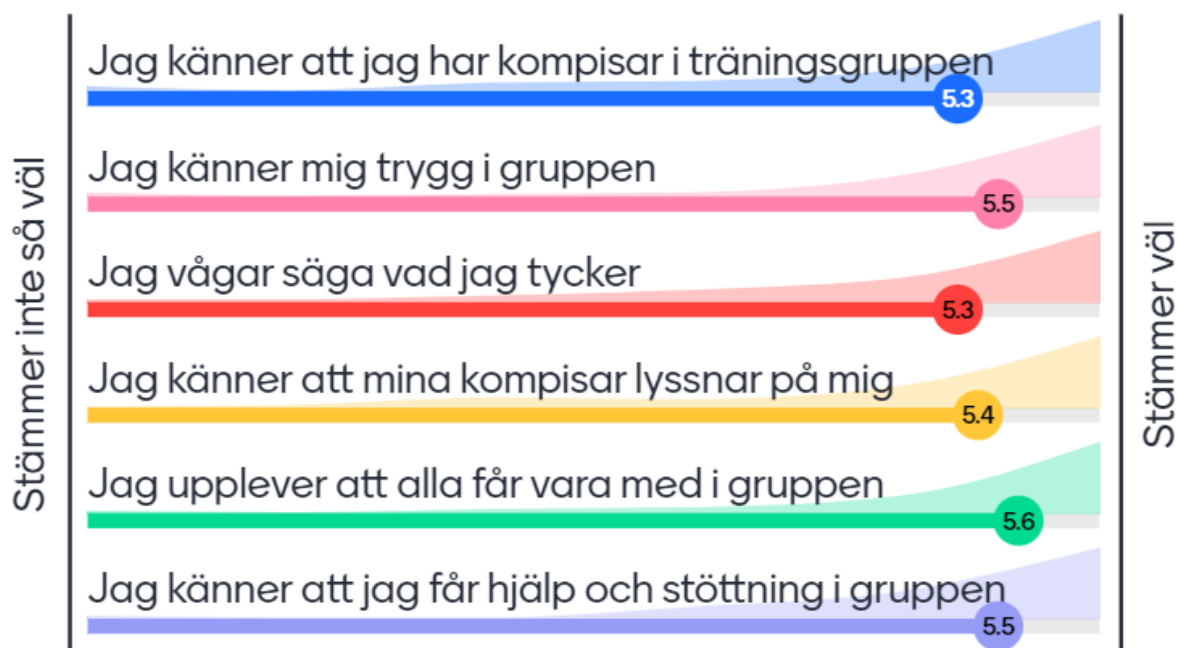
Tennisträning bedrivs fem dagar i veckan och föreningen jobbar efter konceptet "play and stay" i de yngre åldrarna där träningen bedrivs på ett för ålder och mognad anpassat sätt med hjälp av mindre banor, långsammare bollar och mindre rack. Även pedagogiken genomsyras av uppgiftsbaserad inläring, implicita övningar, lek och fart.

RESULTAT FRÅN TRYGGHETSENKÄTEN 2023

Enkäten är viktig för att vi ska kunna bilda oss en uppfattning om tryggheten i våra olika grupper. Enkäten var anonym och dom som svarade var från dessa olika grupper (totalt 70 st svar):



Miljön i träningsgruppen



Ledarna och tränarna



TENNIS

GRUSBANORNA

Den 1 maj hade vi som vi brukar ha en städdag på grusbanorna på Högslätten, uppslutningen var inte så stor som den brukar vara men dom som dök upp gjorde en väldigt bra insats med att städa, rensa ogräs samt lägga på mer grusmassa etc. på banorna så dom blev till slut spelbara.

Janne Lindberg och **Björn Råfsbäck** har tagit hand om grusbanorna i Vålånger, Tack för ett bra jobb!



GRUPPSPEL

Grupp 1 herrar

Vi har haft en kärntrupp på cirka åtta spelare som sakta decimerades till fyra vid årets slut.

Den relativt ålderstigna gruppen har påverkats ovanligt mycket av skador och – för tennis – svåra arbetsscheman. Fem veckors schemaperioder har varit fortfarande den bästa lösningen eftersom några har kunnat spela mera efter en kortare återhämtning.

Vi spelar ingen serie, vilken skulle vara mycket svår att få ihop. Spelarna kommer överens om spelformen; träning, matchspel eller både och. Just nu finns det egentligen fleras schemagrupper; några kan spela under helgerna, några under vardagarna etc.

Spelnivå och -stil har också påverkat grupp-spelet, eftersom det arrangerade motståndet inte alltid varit det önskade och flera har valt att boka fasta tider eller tider under vardagar för att kunna spela med dem som de får mest utbyte av.

Under 2024 måste vi se över grupp-spelet och försöka hitta former som skulle locka flera spelare. Å andra sidan spelas det tennis i alla fall, många gör det faktiskt oftare än när de var mera aktiva i grupp-spelet. Kanske lösningen blir valda matcheftermiddagar och -kvällar då man får möta olika spelare utöver sina träningspartners.

Grupp 2 herrar

Gruppspellet har ägt rum under fyra fasta tider per vecka och mestadels bestått av spel i motions- och rekreationssyfte då deltagarna enats om att tona ned tävlingsaspekten. Under året har deltagarantalet varierat mellan nio och tolv spelare som sammanlagt utnyttjat 272st speltider á 1,5h, vilket i genomsnitt motsvarar cirka 25 speltillfällen eller 37 klocktimmar per deltagare.

När året utvärderades vid planeringsmötet 25/2-24 var tongångarna väldigt positiva till det gångna året avseende såväl upplägg som genomförande. Bland annat lyftes renoveringen av omklädningsrummen fram samt den goda stämningen i gruppen. Det enda egentliga förbättringsområde som diskuterades var att försöka värva en-två spelare ytterligare till gruppen för att säkra upp inför framtiden, där vissa konkreta planer utarbetades.

Utöver detta är det endast en sak som skapat viss irritation under året, nämligen att de som spelat badminton före tennistiden på torsdagar kl. 19.00 inte alltid plockat undan sin utrustning, vilket tennisspelarna i stället fått göra. I slutet av året upphörde dock bokningen av badminton den aktuella tiden, men här kanske sektionerna kan behöva prata ihop sig inför framtiden, alternativt delegera vidare till vaktmästeriet.

Damgruppen

Damerna har haft träning varje söndag under året mellan 18-19 med under vårterminen totalt fyra spelare vilket minskades under höstterminen p.g.a. skador till två. Våren 2024 startar med fyra återkommande deltagare. Under året planeras vi genomföra en genomlysning av tennisdamerna för att undersöka intresset samt föreslå ev. ändringar om fler vill ansluta till gruppen.

AKTIVITETSKOMMITTÈN (Tidigare junior- och tävlingskommittén)

2023 har varit ett fullspäckat år med många olika aktiviteter för alla i klubben.



Tennis på studs har varit igång under hela året och ett stadigt deltagarantal på ca 14 stycken varje gång. Under hösten arrangerade vi ett klubbbyte med Öviks tennisklubb där de kom till oss och spelade tennis i 90 minuter och sedan avslutade vi med fika. 26 spelare totalt från båda klubbarna.

Ett antal olika matchdagar har vi arrangerat. Dubbelkväll med pizza och stora matchdagar för alla våra juniorer och alla nivåer.

Under sportlovet hade flera olika aktiviteter bland annat familjedag där man tävlade med sin familj i olika tävlingar mot andra familjer.

Våra maxi och hårdbollsspelare åkte iväg till Kramfors för ett klubbbyte med dem där vi spelade mycket tennis, lite fys och avslutade dagen med tacos.

På fritidshemmets dag befann vi oss på skolgården på brännaskolan under ett antal timmar för att låta eleverna testa på tennis.

Under samma vecka hade vi bjudit in hela brännaskolan för att komma till hallen på sin idrottslektion för att testa på tennis. Vi fick ca 20 nya elever efter detta.



Vi har som vanligt arrangerat 4 sommarläger, tre innan sommarlovet och sedan ett vid uppstart.



VårÖ Open fick som vanligt besök av flera spelare utifrån. Bland annat Stockholm, Sundsvall, Övik och Växjö.



Tränargänget gick i vanlig ordning ut och åt tillsammans innan sommaruppehållet. Denna gång till kinarestaurangen.



Innan inne säsongen drog igång avgjordes klubbmästerskapet utomhus och det spelades det väldigt många jämna matcher. Utav 24 matcher avgjordes 11 i supertiebreak.



Under hela året har vi åkte på ett gäng klubbresor, bland annat till Sundsvall, Övik och Umeå.

Även för våra lite yngre lirare har vi åkte på två so tour klubbresor till Kramfors.



Vi själva har arrangerat två so tour tävlingar. En i maj och en i december.

Vi har även haft ett gäng serielag anmälda i norrlandsserierna, junior13, maxi och midi.

När höstterminen drog igång var vi med på flera olika aktiviteter:

Vår egen prova på dag, Parasportensdag, Idrottensdag samt kvällsaktivitet på idrottens dag

Vi testade på en ny grej under höstterminen, racketfritids. Där vem som helst fick komma och spela tennis, pingis, badminton och pickleball. Och våra juniorer fick testa på att vara ledare.



Vår årliga resa till Stockholm open med våra ledare blev av även i år.

Innan juluppehållet hade vi julavslutning för alla våra grupper.

Tennis på studs tränare tennis en timme och sedan åt vi gemensam lunch på kina.

Juniörerna hade besök av tomten och spännande tipspromenad. Och siktaprick tävling.

Vuxenkurserna spelade dubbel och åt paj och kaka tillsammans innan kvällen avrundades.



Vi hann även med att genomföra player school med fyra juniorer samt starta upp tränarutbildningen innan vi tog julledigt.

Nu ser vi fram emot ett spännande och händelserikt 2024.



Julkorven 2023

Den traditionella Julkorven-tävlingen hämtar sig efter pandemin.

Årets upplaga innehöll både gamla och nya deltagare och paren blir ju alltid nya.

Tävlingen spelades som rak serie och det blev mycket tennis - fyra matcher – för varje par.

Bortsett från någon enstaka match var det jämt hela vägen, även om de två bästa lagen var snäppet vassare än andra.

Tävlingen vanns av Maya och Constantin Dumbraveanu, som vann alla sina matcher. Det var Mayas första gång i Julkorven, Constantin har varit i finalen tidigare, men inte vunnit.

Tvåorna, Fredrik Sundqvist och Edwin Koch förlorade knappt sin match mot mästarerna (5-3), men hade å andra sidan bästa gameskillnaden. De märktes att deras spel blev allt bättre under tävlingens gång.

Det var också roligt att se att publiken börjar återvända till Öbackahallen.

Härmed vill arrangörerna tacka både deltagarna och publiken som bidrog till den trevliga stämningen och hälsar alla hjärtligt välkomna åter Annandag Jul 2024!

Även ett stort tack till tävlingsledaren Mauri Mellenius för ännu ett fint arrangemang!

BADMINTON

Hösten började återigen ganska svagt för klubben då vi inte var så många på varje träning. Det brukade vara ungefär 10-12 spelare på varje träning. Några enstaka är nya till klubben. En bit in på höstterminen så började ytterligare några spelare, vilket resulterade i att deltagarantalet på träningarna ökade lite beroende på veckodag.

Träningarna är uppdelad så att måndagar är mer teknikövningar eller övningar med nya eller återkommande slag. Detta eftersom träningstiden är längre. För att utmana spelarna så paras de ofta ihop med någon som de vanligtvis inte brukar spela med. Detta har gjort att vi kan dra nytta av allas olika kunskaper i de olika övningarna som görs.

Torsdagsträningarna har haft ett större fokus på att spela matcher i olika konstellationer. Här paras spelarna ihop efter vilken nivå spelarna har i sitt spel eller beroende på hur de fungerar ihop i sitt spel som mixed eller dubbel.

Under vintern så har börjat några nya spelare i klubben, något som är fantastiskt roligt. Samtidigt bidrog med att kunskapsspannet hos spelarna blivit allt för stort. Men det har resulterat i att skapa en helt ny träningsgrupp för alla nybörjare. Detta för att kunna underlätta träningarna så de som är nya får fokusera på exempelvis serve samtidigt som de spelare som vill börja tävla kan fokusera på sina delar av spelet.

I februari var det några spelare som for på sin första tävling som spelades i Sundsvall. Det var ett ganska svårt motstånd för alla men spelarna hade riktigt roligt. Våra spelare som spelade herrdubbel i klassen U17 lyckades ta sig ända till en tredjeplats. Alla av dem som spelade i Sundsvall har uttryckt att de gärna vill tävla igen, så planen är att åka på en tävling strax efter påsk samt en i slutet av april.



INFORMATION

Klubben har många informationskanaler för att snabbt, enkelt och effektivt nå ut till våra medlemmar respektive att få information/feedback därifrån.

Ny bokningssida är MATCHi, www.matchi.se/facilities/harnosandsracketklubb

Tack för ett händelserikt 2023!

Hemsida www.harnosandsrk.se
Facebook www.facebook.com/harnosandsrk
Instagram www.instagram.com/harnosandsrk
E-post kontakt@harnosandsrk.se



Glöm inte att anmäla er till VårÖ Open 2024 som spelas på Höglätten och även vid behov i Vålånger i juli.



För styrelsens räkning

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'J. Nordin'.

Johan Nordin, Ordförande