

## Verksamhetsberättelse 2020

# LULEÅ SHOTOKAN KLUBB

### Medlemmar

Klubben har i dagsläget ett 80-tal medlemmar. Vi hade nybörjarintag under januari och september. Vi erbjuder två avgiftsfria veckor och det krävs inte någon speciell utrustning.

### Styrelse

Luleå Shotokan Klubbs årsmöte hölls torsdagen den 31:a mars 2020. Vid årsmötet valdes en styrelse som nu består av:

Maria Mattsson	Ordförande
Erik Holmgren	Kassör
John Landeborg	Sekreterare
Nils Björk	Ledamot
Johanna Hietala	Ledamot
Andreas Norberg	Suppleant
Liv Perä	Suppleant

Valberedning:

Fredrik Backlund och Magnus Olofsson

Revisor:

Anna Hedman

### Tävlingar

Under året deltog vi i en tävling

Boden Open, 8/2

Laget 2020 bestod av följande karatekas:

Emma, Alma, Matilda och Ramin.

Efter Boden Open satte pågående pandemi stopp för vidare tävlingsaktiviteter.

### Försäljning m.m.



Vi håller främst till i D-Hallen i Pontus (Luleå Energi Arena) och har ett tillhörande förråd med mitsar, knogskydd och andra tillbehör. I förrådet har vi också ett visst utbud på dräkter, knogskydd, tandskydd mm till försäljning. Försäljning av märkta kläder som hoddies, T-shirt, mössa mm som påbörjades förra året gick bra och är i behov att fyllas på om så önskas.

Betalning kan göras med Swish (123 381 7574).

## Idrottsmedel

Under 2020 har klubben beviljats Idrottsmedel för kompensationsstöd för Corona epidemin, från Svenska karateförbundet.

## Avgifter 2020

Från och med vårterminen 2019 betalas medlemsavgiften och träningsavgiften separat från varandra. Medlemsavgiften betalas en gång per kalenderår (medlemskapet gäller från 1 januari till 31 december). Träningsavgiften är fortsatt per termin (vår och höst).

### Medlemsavgift:

För alla hela året och oavsett ålder var 200:-

Medlemsavgiften inkluderar medlemskap i Luleå Shotokan Klubb, Övre Norrlands karateförbund, Svenska Karateförbundet, JKA Sweden, samt försäkring vid träning.

### Träningsavgiften betalas för varje termin (vår/höst):

Barn (upp till och med 12 år) var 300:- / termin

Vuxna/Ungdomar (från 13 år och uppåt) var 600:- / termin

**Familjerabatt** på träningsavgiften, andra personen i en familj var 100:- rabatt, tredje personen i en familj var 200:- i rabatt och fjärde personen och därutöver var 300:- i rabatt.

## Träning



Förutom D-hallen och E2 använder vi Hälsans hus till extraträning exempelvis inför tävling eller gradering. Lokalen har gott om speglar och golvet är bra.

Vår och hösttermin inleds oftast med några veckors nybörjarintag.

De aktiva delas in efter ålder och erfarenhet. Som vuxen räknas man från och med man fyller 13 år eller är 13 när man ska gradera i slutet av terminen.

Träningsgrupper under vårterminen: Mellangrupp vuxna och avancerad grupp vuxna. En grupp nybörjarbarn samt en barngrupp övriga. Under hösten var barnen uppdelade i två grupper och vi hade inget nybörjarintag av barn. Vi tog nya vuxna och en mellan grupp och avancerad grupp som vanligt.

På lördagar hålls ett träningspass med inriktning mot kumite.

Sommarträning: Löpning på Ormberget, samt karateträning måndag och torsdag med undantag Juli månad då vi tränade en gång i veckan i Örnäsets sporthall.

Träningen har under året påverkats mycket av pågående pandemi, både genom hur träningen har kunnat genomföras och att det tidvis varit begränsningar i vilka som kunnat träna på plats i dojo. Under våren erbjöd vi träning utomhus en dag per vecka. Vi har också erbjudit onlineträning för vuxna medlemmar.

## Gradering/läger/utbildning

Under 2020 hann vi delta i ett läger i Skellefteå i januari med 12 deltagare från Luleå. Roligt med så många deltagare från klubben! Tyvärr satte sedan pandemin stopp för vidare träningsläger under året. Även det traditionella sommarlägret i Malmö ställdes in.

I slutet av vårterminen genomfördes en Coronaanpassad gradering där graderingen genomfördes gruppvis enligt ett schema, och Luleå och Älvsbyn graderade enskilt istället för tillsammans som vi annars brukar göra. Barngraderingen i slutet av höstterminen genomfördes anpassat efter gällande restriktioner. Inga vuxna kunde gradera på grund av restriktionerna.

## Hemsidan

Vi är stolta över vår fina hemsida **[www.luleshotokan.se](http://www.luleshotokan.se)**, som vår webbredaktör Erik Holmgren ansvarar för. Den är alltid uppdaterad med aktuell information till våra medlemmar. Här kan medlemmarna läsa aktuella händelser om träning, tävling, avgifter och försäljning.

## Facebook

Vi har en egen facebookgrupp **Luleå Shotokan Klubb** som har ökat från **116** till **137** medlemmar. Här utbyts information mellan klubbens medlemmar. Vi har också en särskild grupp för instruktörer och en för styrelsen.