



**SÄTRA KONSTÅKNINGS SÄLLSKAP**

**Sättra KonståkningsSällskap  
Verksamhetsberättelse  
Säsongen 2020-2021**



## Innehållsförteckning

---

<b>FÖRORD</b> .....	<b>3</b>
<b>STYRELSE</b> .....	<b>4</b>
<b>TRÄNARE</b> .....	<b>4</b>
<b>MEDLEMMAR</b> .....	<b>5</b>
<b>ISTIDER</b> .....	<b>5</b>
<b>TRÄNING</b> .....	<b>6</b>
SKRIDSKO- OCH KONSTÅKNINGSKOLANS IDÉ OCH SYFTE .....	6
GRUPPER OCH TRÄNING.....	6
<b>TEST OCH TÄVLING</b> .....	<b>8</b>
TEST .....	8
TÄVLINGAR .....	8
PIRUETTÄVLING .....	8
<b>UTBILDNING</b> .....	<b>9</b>
<b>EKONOMI</b> .....	<b>9</b>
BIDRAG .....	9
<b>KOMMUNIKATION</b> .....	<b>9</b>
<b>KLUBBAKTIVITETER</b> .....	<b>10</b>
SÄTRASTJÄNAN.....	10
JULUPPVISNING .....	10
SÄSONGAVSLUTNINGEN .....	10
<b>UNDERSKRIFT</b> .....	<b>10</b>



# SÄTRA KONSTÅKNINGS SÄLLSKAP

## Förord

Trots Covid-19 har klubben växt och vi har god ekonomi – Bra jobbat alla!

Coronaviruset satte sin prägel på säsongen med total nedstigning av all organiserad träning under januari 2021. Med hänsyn till rekommendationer från Folkhälsomyndigheten och Riksidrottsförbundets kunde de flesta åkare som ville, fortsätta åka på våra istider.

Absolut roligast är att se hur barnen i vår skridskoskola gör stora framsteg. Vår populära märkestagning visar tydligt hur bra alla utvecklats.

Under säsongen 2020-2021 hade klubben 19 testade åkare som är aktiva vilket är en 30 procentig ökning jämfört med föregående säsong. Det är viktigt att i en klubb ha en bred bas med skridskoskola men även att utveckla åkare som kan vara med i tävlingar. Stort grattis till dem som tagit sig så långt.

En stor del av den positiva utvecklingen i klubben kan vi tacka våra fantastiska tränare för. De går in för uppgiften och lägger upp verksamheten så att åkarna både trivs och utvecklas. I år tillförde vi en lärare i dans och har nu en betryggande mängd tränare på olika nivåer och områden.

I år har fler av våra åkare varit iväg på läger som gick att genomföra med hänsyn tagit till Covid-19. På ett läger tränar man varje dag under en vecka med 2-3 ispass per dag samt fys och dans. Vi kan se att våra åkare gör stora framsteg efter varje läger. Att vara tillsammans, bygga gemenskap och kamratskap är viktigt för oss människor.

Vi vet alla att barnidrott i Sverige drivs av entusiastiska föräldrar i en ideell förening och SKS är inget undantag. Mycket måste göras för att klubben ska fungera, växa och utvecklas. I år upplevde vi ett fantastiskt engagemang från många föräldrar. Det är bara tillsammans, föräldrar, åkare och tränare, som vi kan göra vår klubb till en plats där barnen trivs och utvecklas. Jag med styrelsen ser med tillförsikt fram emot ett fortsatt stort engagemang från föräldrar för att fortsätta den fina utvecklingen i klubben.

Tack alla medlemmar för era betydelsefulla insatser i klubben! Jag hoppas att ni är lika stolta över vår fina klubb som jag och resten av styrelsen är. Kom ihåg att det är vi medlemmar som gör vår klubb till vad den är. Vi ser fram emot nästa säsong 2020-2021. Vi ses på isen!

Rodrigo Jorquera  
Ordförande



## VERKSAMHETSBERÄTTELSE

---

### Styrelse

Föregående årsmöte hölls den 1 september 2020 i MB-hallen i Sättra samt via videokonferens. Följande styrelse valdes av medlemmarna.

Rodrigo Jorquera	- ordförande	nyval 1 år
Kamilla Jonsson	- suppleant	nyval 1 år
Joar Almbris	- ledamot	1 år kvar
Anna Giertz Skablova	- ledamot	omval 2 år
Arne Mårtensson	- ledamot	omval 2 år
Björn Eriksson	- ledamot	omval 2 år
Maja Tica	- trainee	omval 1 år
Emina Tica	- suppleant	omval 1 år
Anna Lindbom	- ledamot	nyval 2 år
Joakim Brezen	- revisor	1 år kvar
Gunilla Axling	- valberedning	omval 2 år
Fredrik Rönmark	- valberedning	nyval 2 år

Styrelsen har därefter under verksamhetsåret haft åtta protokollförda möten.

### Tränare

Under året har följande tränare varit verksamma i föreningen.

Namn	Nivå
Gunilla Axling, huvudtränare	Steg IV
Björn Eriksson, ansvarig skridskoskolan	Grund
Leonore Donleamar	Steg I-A
Vanessa Donleamar	Grund
Joar Almbris	Grund
Katarina Giertz	Steg i-A
Maja Tica	Grund
Asta Sahlsten	Grund
Alicia Eriksson, hjälptränare	
Linn Bergh	Danslärare

Samtliga tränare är mycket engagerade och intresserade av att lära mer samt att förmedla kunskapen vidare till klubbens åkare.



# SÄTRA KONSTÅKNINGS SÄLLSKAP

## Medlemmar

Vid verksamhetsårets slut 2021-06-30 hade föreningen totalt 231 medlemmar. Året 2019/2020 låg medlemsantal på 161 st. Ökningen beror främst på att vi har haft stor tillströmning till skridskoskolan.

Medlemmarna har följande fördelning:

Antal	0-6 år	7-12 år	13-20 år	21-40 år	>40 år	Summa
<b>Manliga</b>	3	16	3	1	7	30
<b>Kvinnliga</b>	13	120	55	3	10	201
<b>Totalt</b>	16	136	58	4	17	231

## Istider

Idrottsförvaltningen fördelar ett träningsår i tre olika säsonger med olika prisnivå och olika uppdelningsregler för istider, försäsong (v.34-v.40), huvudsäsong (v.41-v.11) och eftersäsong (v.12-v.21). Det är olika tillgänglighet i ishallar och därför får vi ofta olika tider i olika ishallar under träningsåret.

SKS har tre olika typer av istider: (1) kommunfördelad direkt till klubben (bara under huvudsäsong), (2) patchtider med andra klubbar och (3) istid köpt från Stockholms Stad, hockeyklubbar i Stockholm eller konståkningsklubbar i andra kommuner. En istimme är 50 min träning plus 10 min spolning.

SKS har under säsongen 2020-2021 haft egna istider i MB-hallen(Sättra) och Mälärhöjdens ishall (Myren). Därutöver har SKS åkare tillsammans med Gunilla Axling tränat på delad is med andra klubbar i Stora Mossen och Husby en eller flera träningar i veckan.

SKS Skridskoskola och Grön grupp tränar på egen is medan konståkningskolan (Röd, Blå och Gul grupp) tränar både på egen is samt på delad is.

I år köpte vi extra is från MB-hockey och Stockholms Stad (Stora Mossen) och förlängde eftersäsongen för Konståkningskolan till v.24.

Under januari 2021 var all ishallar i Stockholm stänga p.g.a. covid-19 och enligt beslut från Stockholms Stad. Vårtermin startade 25 januari 2021.



# SÄTRA KONSTÅKNINGS SÄLLSKAP

## Träning

### Skridsko- och Konståkningskolans idé och syfte

Sättra KonståkningsSällskap värdegrund handlar om att skapa bästa möjliga idrottsmiljö för alla. Värdegrund är vår styrka och vi ska säkerställa att alla lever och leder enligt värdegrunden.

I linje med Svenska konståkningsförbundets ledord GLÄDJE, GLÖD och GEMENSKAP, har vi i Sättra KS fokus på följande grundläggande värderingar:

- Trivsel och välbefinnande - skridskoåkning ska vara roligt!
- Inkluderande klubb - alla ska kunna trivas och vi bryr oss om varandra!
- Samarbete - tillsammans strävar vi efter en stark och trevlig gemenskap genom att följa våra värderingar.
- Utvecklingsmöjligheter på individnivå - alla ska utvecklas i egen takt efter individuell förmåga.

I Sättra KonståkningsSällskap delar vi in vår verksamhet efter ålder och ambitionsnivå. Det finns Skridskoskolan för alla barn och vuxna som vill åka skridskor och Konståkningskolan för barn som vill satsa på konståkning och eventuellt tävla.

I Skridskoskolan leker vi och låter barn och vuxna lära sig åka skridskor och göra baselement på isen. Barnen har möjlighet att ta olika märken som visar deras utveckling på isen. I skridskoskolan är tävling en del av leken och sker på barnens villkor.

I Konståkningskolan vill vi satsa mer på prestationsinriktad konståkning där prestationsförbättring och goda test- och tävlingsresultat är vägledande. Vi anser att trivsel och välbefinnande är grundläggande och fokuserar på att barnen mår bra och tycker om att åka skridskor oavsett resultat.

## Grupper och träning

### Konståkningsskolan:

Under träningsåret 2020-2021 hade SKS Röd, Blå, Gul och Grön grupp.

RÖD GRUPP riktar sig till erfarna åkare med minst Fri2/Basic2 nivå och ambition att testa vidare och tävla. Röd grupp tränar 4-5 ggr/vecka med utökad antal istimmar.

BLÅ GRUPP riktar sig till åkare men minst Tävlingsstest och ambition att testa vidare och tävla. Blå grupp tränar 4 ggr/vecka.

GUL GRUPP riktar sig till åkare som har Skridskoskolans märke 7 och 8 och vill satsa på konståkning. Ambitionen är att utvecklas i snabbare tempo, satsa mot tester och så småningom tävla. Gul grupp tränar 3 ggr/vecka.

GRÖN GRUPP riktar sig till åkare som har Skridskoskolans märke 7 och 8 och vill utvecklas i lugnare tempo med möjlighet att testa. Grön grupp tränar 2 ggr/vecka.

Tränaren bedömer vilken grupp barnen tillhör och när åkare ska byta till en annan grupp.

Åkare från Röd och Blå grupp deltar i tävlingar.



## SÄTRA KONSTÅKNINGS SÄLLSKAP

Antal åkare i konståkningskolan:

	VT'2021	HT'2020
Grön grupp	20	16
Blå grupp	5	5
Gul grupp	8	7
Röd grupp	6	6
<b>TOTAL:</b>	<b>39</b>	<b>34</b>

### Skridskoskolan:

Allmänna grupper för alla barn som vill lära sig åka skridskor. Åkare väljer att träna en eller två gånger i veckan.

Antal åkare i skridskoskolan var 46 under HT'2020 och 67 under VT'2021.

Alla åkare i klubben deltog i juluppvisningen samt säsongavslutningen. P.g.a. Covid-19 situationen arrangerades säsongavslutningen utan publik med direkt sändning via SKS Facebook-grupp (bara för medlemmar).

### Fysträning

För konståkare är det viktigt att man är i bra fysisk form. Därför har vi lagt fysträning två till tre gånger i veckan i anslutning till ispassen. Fysträning är obligatorisk för åkare i konståkningskolan. Under säsongen 2020-2021 erbjöds även Grön grupp fysträningen (frivilligt).

### Dans

Det har varit i klubbens planer i många år att kunna erbjuda dans till våra tävlande åkare. Det är en viktigt kunskap att kunna röra sig till musiken och visualisera musikens karaktär på isen. Vi är glada att vi under vårtermin 2021 kunde erbjuda danslektioner till åkare i Röd grupp.

### Utvecklingssamtal

Under säsongen 2020-2021 hade huvudtränaren individuella utvecklingssamtal med alla åkare i Röd, Blå och Gul grupp.

### Läger

Inga läger organiserades i Sverige under säsongen 2020-2021 p.g.a. pandemin. Vi kunde heller inte åka till läger utomlands p.g.a. reserestriktioner.

När restriktioner lyftes efter midsommar 2021, deltog 11 åkare från Röd, Blå och Gul grupp tillsammans med Gunilla Axling i dagläger i Rimbo.

Lägret i Lysekil i juni 2021 blev tyvärr inställt p.g.a. Covid-19 situation.

Att delta i läger är både roligt, intensivt och utvecklande! Det är också stärkande för kamratandan i gruppen, vilket är väldigt positivt.



# SÄTRA KONSTÅKNINGSÄLLSKAP

## Test och tävling

Efter skridskoskolemärkena försätter märkessystemet uppåt med stigande svårighetsgrad. Dessa märken kallas "test" och är till för att

- dela in åkarna i olika tävlingsklasser
- sätta tydliga mål för åkarna att sträva efter
- utföra kvalitetskontroll av momenten som ska utföras.

Testerna är indelade i två olika slags test, basic-test och friåknings-test. Basic-testerna innehåller övningar där grundläggande skridskoteknik testas, såsom bågar, skär och vändningar. Friåknings-testerna innehåller hopp, piruetter, flygskärsekvenser och andra moment. För att få tävla i konståkning krävs godkänt Tävlingsstest.

## Test

Klubben har nu 19 testade åkare som är aktiva. Vi är stolta över alla våra åkare som har testat denna säsong. Det var begränsat antal testtillfällen p.g.a. pandemin då åkare från olika klubbar inte fick vara på is samtidigt. Därför arrangerades bara tävlingstest.

Test	2020-2021	2019-2020	2018-2019
Tävlingstest	6	4	6
Fri I*)		4	2
Basic I*)		0	1
Fri II*)		1	4
Basic II*)		1	0
Fri III*)		1	0
Basic III*)		0	4
Fri IV*)		0	0
Basic IV*)		1	0
<b>TOTAL *)</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

\*) inställda under 2020-2021

## Tävlingar

Alla tävlingar under säsongen 2020-2021 var inställda p.g.a. pandemin. Åkare från olika klubbar fick inte tävla tillsammans enligt beslut från Stockholms konståkningsförbund.

## Piruettävling

Den 3:e december anordnade klubben sin traditionell piruettävling för klubbens åkare i konståkningsskolan. Syftet var att höja åkarnas nivå på piruetter och att ge åkarna möjlighet att få känna på tävlingsmomentet och åka inför en inbjuden domare.

17 åkare deltog i SKS piruettävling. Åkarna delades in i olika grupper beroende på ålder och avklarade tester. Varje grupp tävlade med två olika piruetter. Diplom utdelades för bästa piruett i respektive grupp. Alla åkarna fick medalj för sitt deltagande. Alla gjorde sitt bästa och stämningen var god. Tävlingen genomfördes utan publik och i linje med Folkhälsomyndighetens riktlinjer.





# SÄTRA KONSTÅKNINGSÄLLSKAP

## Utbildning

Föreningens filosofi är att kontinuerlig erbjuda utvecklingsmöjligheter för våra tränare, funktionärer och styrelsen. Utbildning ger motivation och höja kunskapsnivå.

P.g.a. pandemin ställde Sveriges och Stockholms konståkningsförbund in många utbildningar.

Utbildningar under säsongen 2020-2021:

Maja Tica	Tränarutbildning Grund
Asta Sahsten	Tränarutbildning Grund
Anna Giertz Skablova	Domarkurs: program komponenter

Det är viktigt för en förening att ha minst en teknisk funktionär (domare, teknisk specialist eller teknisk kontrollant) för att behålla sin föreningslicens.

## Ekonomi

Föreningen har en stabil ekonomi. Resultatet för året var 83 265 kr och vi hade vid årets slut en kassa på 311 954 kr. Resultatet är betydligt högre än avsett och beror framför allt på att vi var mycket försiktiga med utgifter under året då det var svårt att förutse konsekvenserna av Covid 19. Kostnaderna blev lägre än ett normalt år då träning under januari ställdes in vilket minskade både lönekostnader och ishyra. Dessutom förlängdes huvudsäsongen med 0-taxa för istider och vi har inte kunnat hyra istider i den utsträckning som vi önskar under eftersäsongen.

Intäkterna är även de lägre än ett normalt år då vi inte tog ut någon träningsavgift för januari månad och vi inte kunde genomföra Sät rastjärnan vilken normalt ger ett överskott på ca 50tkr. Vi har fått in en hel del stöd av givare som stöttat föreningen under året vilket vi tackar för.

Årets resultat gör att vi inför kommande säsong har en god finansiell styrka som grund att driva föreningen vidare.

## Bidrag

Föreningen har erhållit LOK-stöd i form av olika typer av aktivitetsbidrag om 36 786 kr.

Föreningen uppfyllde villkoren för nolltaxa för istid under huvudsäsongen. Från Stockholm Stad har vi även sökt och erhållit aktivitetsbidrag om 28 217 kr.

Vi har även fått in 8 800 kr i gåvor från givare – STORT TACK!

## Kommunikation

Föreningen har från starten velat lägga en god grund för tydlig och öppen kommunikation inom klubben, såväl mellan tränare och åkare/föräldrar, som mellan föräldrar och styrelse/förening.

Till skillnad från hur det ser ut inom många andra sporter, drivs konståkningsklubbar ofta delvis av föräldrar utan egen erfarenhet av sporten konståkning. Det är därför viktigt att föräldrarna till åkare i främst skridskoskolan får hjälp att skolas in. De behöver till exempel få vetskap om skridskoskolans olika nivåer, men även lära sig om regler på isen och val av utrustning, framförallt skridskor.



# SÄTRA KONSTÅKNINGS SÄLLSKAP

Konståkning är en högtintensiv sport när åkarna kommit en bit på väg och såväl åkare som föräldrar kommer att lägga ned ansevärd tid på sporten, något som är positivt men kanske också oväntat för föräldrar som är nya inom sporten. Vi informerar bl.a. om Konståkningsförbundets skrift om "Att vara konståkningsförälder" för de åkare som önskar satsa lite mera på konståkning.

Ett viktigt mål för styrelsen är därför att kommunicera tydligt och tillhandahålla lättåtkomlig information. För att uppfylla detta och fånga upp frågor från föräldrar/åkare har vi strävat efter att ha styrelserepresentanter i ishallen under skridskoskolans träningar. För att nå ut brett med information har vi en hemsida under Idrott Online, en offentlig Facebooksida för allmän information och en privat grupp för befintliga medlemmar. Tillika finns även ett Instagramkonto som regelbundet uppdateras med inlägg om träningar och andra aktiviteter.

## Klubbaktiviteter

### Sätrastjärnan

Vår årliga tävling ställdes in på grund av Covid 19. Vi siktar på en bra tävling nästa säsong.

### Juluppvisning

Den traditionella juluppvisningen med alla grupper från skridskoskolan och konståkningskolan genomfördes utan publik. Vi spelade in uppvisningen så att anhöriga kunde titta på den via Facebook.

### Säsongavslutningen

Säsongavslutningen blev trots Corona av. Vi spelade in uppvisningen så att anhöriga kunde titta på den via Facebook.

Vi ser fram emot nästa säsong med målet och viljan att skapa gemenskap och åkarglädje på isen.

## Underskrift

.....

Rodrigo Jorquera, Ordförande