

Gymnastiksektionens verksamhetsberättelse för 2020

Året som gått inom gymnastiksektionen har varit lite hackigt, åtminstone på vuxensidan. Vi avslutade vårterminen inomhus tidigare på grund av pandemin. Istället erbjöd vi fler pass utomhus. Höstterminen startade som vanligt men med en restriktion på max 50 personer per pass. Redan i början på november kom dock strängare restriktioner och alla pass ställdes in, både ute och inne. För att aktivera våra medlemmar och för folkhälsans skull gjorde vi en aktivitets slinga runt 2,5 km spåret vid Kilastugan och några instruktörer spelade in pass som delades på sociala medier. Det blev uppskattade inslag i en i övrigt isolerad vardag.

På barnsidan har vi däremot kunnat köra på ungefär som vanligt. Barn har inte innefattats av restriktionerna. Däremot har det krävts en del logistik vid hämtning och lämning så det inte blivit trängsel bland föräldrar.

Barngympan har genomfört sin första termin i nya Horredshallen där de under tio gånger träffats och fått öva sin balans, motorik, kondition och rörlighet – utan krav, det ska vara roligt! Gruppen består av cirka 19 barn och de leds av tre av barnens föräldrar. Under året har de tagit in några nya barn från den kö som finns. De har dessutom utökat sin tid till 75 min.

Barnen får förutom en stunds lustfylld fysisk aktivitet lära sig att samarbeta, stå i kö, vänta på sin tur och följa instruktioner. Passen är uppskattade av både barn och föräldrar.

Under 2020 startade vi upp barndans och har nu kört våra första två terminer. Det har varit två dansgrupper, en med födda 10-12 och en med födda 07-09, med vardera 10-12 deltagare i varje grupp. Stilen har varit blandat från hiphop/street till lite mer jazzdansliknande. Under danspassen har vi tränat steg, vighet, balans, styrka samt också satt ihop en koreografi per grupp och termin. Tyvärr kunde det inte bli någon uppvisning i år p.g.a. corona, men det hoppas vi på i framtiden.

På vuxensidan har vi under 2020 kört samma passutbud som under förra året. Det som ändrats lite är vilka instruktörer som leder vad och tiderna, dagarna är desamma. En kort presentation följer:

- På måndagar har vi cirkelgympa. Det är det passet som är tänkt att rikta sig till flest, vårt "bredaste" pass. Ledare detta året har varit Malin Wetterlöv.
- På tisdagar har vi fortsatt med pilates. Detta passet har funnits i många år nu och har sina stammisar men för varje termin hittar några nya medlemmar hit. Ingela Hemberg är fortsatt ledare men under höstterminen tillsammans med Emelie Serholt.
- Vi har fortsatt med uteträning på tisdagar, vi håller då till vid Kilagården och dess banor. Om vädret tillåter brukar passet hålla på från mars till midsommar och från augusti till oktober. Det är ett uppskattat inslag till våra övriga pass. Elin Gustafsson är fortsatt ledare för denna gruppen men har haft stöd av övriga instruktörer under året när hon varit föräldraledig.
- På onsdagar har vi kvar vårt tuffaste och längsta pass, nämligen boxpasset. Ledare även under 2020 har varit Ester Ekhem, Ingela Hemberg och Hanna Isaksson.
- På torsdagar har vi haft GympaIntervall, ett 45 min långt pass med hög intensiteten. Ledare för detta passet är Jenny Holmén och Hanna Isaksson.

Under året har vi tagit de nya hallarna i bruk, den helt nybyggda lilla hallen samt den renoverade stora hallen. Dessvärre har pandemin tagit bort lite av glädjen och planerna vi hade för de nya lokalerna men vi hoppas att under 2021 kunna njuta av de fina lokalerna samt genomföra någon av de planer vi har.

**Gymnastiksektionen jan 2021
via Hanna Isaksson**