



## Verksamhetsplan 2024-2026

**Sektion:** Gymsektionen

**Beskrivning:** I vår stuga, Kilagården, har våra medlemmar tillgång till gymredskap för styrketräning och konditionsträning, Vi har också omklädningsrum och dusch med bastu med uppdelning för herrar och damer.

**Syfte och mål:** Syfte är att tillhandahålla en möjlighet för våra medlemmar att träna på ett bra och tillräckligt utrustat gym. Styrketräning är väldigt viktigt som komplement till annan träning. Det skall även gå att träna upp sin kondition på våra gymredskap därför har vi motionscykel, crosstrainer, roddmaskin och löpband som får användas av alla medlemmar. Målet med detta är att ge våra medlemmar möjlighet till ett bättre och friskare liv.

**Ansvariga:** Frank Sandvik (sammankallande), Donald Olofsson, Dimitri Gaita, Hugo Bäckstrand och Dante Wetenius.

**Nätverk:** Vi har ett nära samarbete med stugkommittén och styrelsen eftersom vi har vår verksamhet i Kilagården och det är styrelsen som beslutar om de större investeringar som skall göras. Stugkommittén sköter hanteringen av städning och inköp av städmaterial, många av de som tränar finns också med på vår städlista. Underhåll och städning av stugan sker ideellt och vi är väldigt beroende av rena och funktionella lokaler.

**Möjligheter och hot:** Vi tycker att vi hela tiden har haft möjlighet att driva ett lagom bra gym för våra medlemmar. Det är utrymme som kan begränsa oss i vad vi kan utrusta gymmet med. Så länge det finns aktiva medlemmar som hjälper till med underhåll och städning så kan vi driva verksamheten vidare. Vi har sett att en pandemi verkligen är ett hot mot vår verksamhet och hoppas vi inte hamnar i det läget igen.



## Plan och Budget 2024-2026

<b>2024</b>	
<b>Aktiviteter</b>	<b>Kostnad Intäkter (kr)</b>
Material såsom gymgolv (gummimattor) samt reparation och underhåll	15 000
<b>Summa intäkter:</b>	<b>-15 000</b>
<b>Summa Utgifter:</b>	<b>-15 000</b>
<b>Summa Totalt:</b>	<b>-15 000</b>
<b>2025</b>	
<b>Aktiviteter</b>	<b>Kostnad Intäkter (kr)</b>
Fortsatt utveckling av gymmet med ny utrustning	15 000
<b>Summa intäkter:</b>	<b>-15 000</b>
<b>Summa Utgifter:</b>	<b>-15 000</b>
<b>Summa Totalt:</b>	<b>-15 000</b>
<b>2026</b>	
<b>Aktiviteter</b>	<b>Kostnad Intäkter (kr)</b>
Reparation och underhåll	15 000
<b>Summa intäkter:</b>	<b>-15 000</b>
<b>Summa Utgifter:</b>	<b>-15 000</b>
<b>Summa Totalt:</b>	<b>-15 000</b>