



Stockholms Paddlarklubb

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018

Ordförande har ordet

Återigen har ett år passerat, med bra och kvalitativa insatser ifrån många håll.

Även under 2018 har långfärdsektionen framgångsrikt och tålmodigt fortsatt utbildningsinsatsen mot Grönt paddelpass.

Ungdomssektionen har ett omfattande program med ungdomsträningar, tävlingar samt de alltid lika populära kanotskolorna. SM i Luleå var fantastiskt med många deltagare och fina medaljer för SPK.

Överlag ser vi en stundtals sjudande aktivitet på klubben och vi hoppas att vi tillsammans fortsatt kommer att kunna bredda utbudet av aktiviteter framöver så att vi bibehåller en attraktiv och levande verksamhet. Under året har vi fortsatt bygga upp en verksamhet inom motionspaddling som genererar många turer från våra bryggor.

Familjekvällar med många deltagare så vi nästan hade slut på flytvästar.

Vill också passa på att tacka för alla som kommer till våra städdagar på vår och höst. Fantastiskt att så många hjälper till med städning, reparationer, röjning och allt annat som behövs för att behålla god trivsel på SPK.

Tack för allt visat engagemang för vår klubb under 2018 och tillsammans ser vi framemot ett aktivt och roligt 2019.

Innehållsförteckning

| | | |
|----|-------------------------------------|---|
| 1. | Styrelsens sammansättning och möten | 1 |
| 2. | Övriga av årsmötet valda personer | 1 |
| 3. | Klubbens materiel | 1 |
| 4. | Klubbens medlemmar | 2 |
| 5. | Utbildning | 2 |
| 6. | Ungdom och träning | 3 |
| 7. | Ungdom och tävling | 4 |
| 8. | Motionspaddling | 5 |
| 9. | Långfärdspaddling | 5 |

1. Styrelsens sammansättning och möten

Fördelning av ansvarsområden framgår av tabellen nedan.

Kassörsuppgiften utförs av Gunnar Hedlén i samarbete med Marie Lundborg som sköter löpande bokföring och bokslut.

Styrelsen har som tidigare verksamhetsår valt att inte skilja på suppleanter och ordinarie ledamöter beträffande närvaro, förslags- och yttranderätt. Rösträtt har dock endast ordinarie ledamöter haft.

Tabell 1 Ledamöter

| Ledamot | Huvudansvar | Övrigt ansvar och funktioner |
|---------------------|-------------------|-------------------------------|
| Åsa Gustafson | Ordförande | Bidragansvarig |
| Gunnar Hedlén | Kassör | Information, Medlemsregister |
| Jenny Fohlstedt | Sekreterare | Medlemsfrågor |
| Per Anders Nilsson | Ledamot/vice ordf | Försäkringar, lokaler |
| Linus Ahlin Hamberg | Ledamot | Ungdomsträning, Idrott online |
| Janne Eriksson | Ledamot | Havskaj, motion |
| Mikael Kullman | Ledamot | Klubbmästare |
| Kim Ekblom | Suppleant | Havskajak |
| Tommie Nilsson | Suppleant | Webbansvarig, kommunikatör |
| Johan Sandström | Suppleant | Lokaler, motion |

Styrelsen har sammankallats till 8 möten under året.

2. Övriga av årsmötet valda personer

Günther Hiltmann och Hans Sahlén har varit klubbens revisorer under det gångna året. Valberedningen har bestått av Soili Vemas, Anne Kullman och Eva Gulle.

3. Klubbens materiel

Under **2018** har klubben införskaffat följande utrustning

2018

- 1 st. paddelmaskin Dansprint Pro
- 4 st. vingpaddlar Gpower adept
- 1 st. K4 mini Plastex
- 4 st. flytvästar Kanuk
- 1 st. K1 Citius 55

- 1 st. fågelskrämma/drake
- 1 st. surfski Nelo 510
- 1 st. släproder till Nelo 510
- 1 st. surfsskileash till Nelo 510
- 1 st. vingpaddel Brascaskaft

Underhåll

Underhåll av klubbens lokaler och bryggor görs framför allt två gånger per år i form av en arbetsdag på våren och en på hösten. Under året har arbetsdagarna hållits lördagarna 180421 och 181013 med god närvaro. Förutom städning så har strandremsan framför huset röjts från buskage och annat för att underlätta sjösättning och en mindre sandstrand har anlagts att öva maratonstart på.

4. Klubbens medlemmar

Klubben hade vid årsskiftet **453** registrerade medlemmar. Se tabell 3.

Tabell 2 Antal medlemmar sedan 2010

| År | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Antal | 375 | 393 | 414 | 424 | 436 | 443 | 456 | 453 | 457 |
| Ökning | 12 % | 5 % | 5 % | 2 % | 3 % | 1,5% | 3 % | 0% | 1% |

Klubben har ca **210** uppläggningsplatser varav **148** hyrs av medlemmar och resterande nyttjas av klubben. Tabellen nedan visar statistiken över tillgång och efterfrågan för uppläggningsplatser.

Tabell 3 Förvaringsplatser för kanoter, 2010 till 2017

| År | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|---------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Blivit lediga | 12 | 8 | 8 | 6 | 5 | 12 | 11 | 6 | 16 |
| Kö | 40 | 35 | 15 | 20 | 19 | 23 | 19 | 16 | 16 |
| Uthyrda | 134 | 134 | 154 | 154 | 155 | 155 | 148 | 148 | 148 |

5. Utbildning

Paddelpassutbildning har genomförts kontinuerligt under säsongen. Svenska kanotförbundet anordnade tränarkonvent på Bosön där SPK hade 6 deltagare. Klubbens ungdomsledare har genomgått utbildning i lekande kanot.

6. Ungdom och träning

Kanotskolor: Under sommaren 2018 bedrevs tre kanotskolor där alla låg i början av sommaren. Alla kanotskolorna blev (även i år) succé och både ledare, ungdomar och föräldrar var mycket nöjda. Totalt gick 75 ungdomar kanotskola i SPK:s regi 2018. Vilket var flest antal deltagarna någonsin. Under 2018 var även första året som SPK haft två sommarjobbare från Stockholm stad. Vilka stöttade som hjälpledare under de tre kanotskolorna samt andra mindre uppgifter likt måla SPK:s bom.

Läger: Under 2018 arrangerade det första lägret i SPK:s regi på flera år. Lägret utgick från SPK till Koviken. Lägre var mycket lyckat. Under lägret var det mycket paddling, lekar, teknik och gruppsammanhållning.

Paddelträning: Från påsk tills mörkret satte stopp i oktober anordnades paddelträning för barn och ungdomar där vi i år även välkomnade föräldrar och andra i mån av plats. Detta på måndagar och torsdagar under ledning av Lucas och Linus Ahlin-Hamberg med stöttning av flertalet ungdomstränare. De äldre ungdomarna tränade självständigt med stöttning från Kraftcenter och Conny Edholm och Stefan Regner.

Under året har SPK varit med i SKF satsning "Fammljepaddling, Framåt för fler i rörelse". Vilket har varit lyckat där vi haft provapåkväll med över 100 personer samt familjekvällar som varit mycket lyckade.

Inomhusträning: Under 2018 huserade vi i Vällingbyskolans idrottshall och Spånga simhall som tidigare år. På måndagar och torsdagar har klubben anordnat gymnastiksalsträning, och på lördagar simning i Nälssa Simhall. Träningen i gymnastiksal leds av Linus Alin- Hamberg, Lucas Alin- Hamberg med Simon Ernefors, Nils Kullman, William Erlandson och Gustav Fohlstedt. Simningen har Erik Gulle hållit vid liv i med hjälp av föräldrar.

Extraträningar: Under 2018 har det tillkommit en extra träningsgrupp för de ungdomar som är i steget till att vilja träna och tävla mer. Dessa träningar har körts på tisdagar med ledning av Lucas Ahlin-Hamberg och Stefan Regner.

Tabell 5 Ungdomar som tränar regelbundet i klubbens regi

| År | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 |
|----------------------------|------|------|------|------|------|------|
| Antalet ungdomar i träning | 25 | 22 | 31 | 30 | 30 | |
| Antalet ungdomsaktiviteter | 1500 | 2846 | 1543 | 1909 | 1411 | |
| Antalet sammankomster | | | 193 | 215 | 166 | |

(ungdomar/tävling)

Läger: Stockholm kanotförbunds vårläger gick till Polen med 7 deltagare från SPK. Edvin har deltagit på ett internationellt läger samt ett par skidläger med landslaget. Vi har även haft deltagare besättningsläger samt seniorbreddläger.

Kraftcenter: Tillsammans med åtta andra kanotklubbar är SPK medlem i Kraftcenter. Kraftcenter är ett av fyra nationella projekt där Kanotförbundet sponsrar träning för ungdomar. Ansvarig för träningen är Conny Edholm. Förutom personlig träning med frekventa besök på klubben får ungdomarna personliga träningsprogram, möjlighet till att genomföra fystester samt att delta på läger. Under året har sju ungdomar från SPK deltagit i Kraftcenter.¹

7. Ungdom och tävling

Ännu en intensiv och lyckad tävlingssäsong har avklarats för SPK:s framstående och kämpande ungdomar, juniorer och seniorer.

SUC/JUC: Vi har haft tävlande i 6 av 7 deltävlingar i årets SUC/JUC. Många fina prestationer men framförallt en fantastisk stämning och sammanhållning i bilar, tält och på tävlingsbanan. Upp till 17 deltagare i SUC och JUC där SPK slutade på en 9:e plats i klubbkampen (SUC).

SM – Sprint/Maraton: Årets SM i sprint gick i Luleå. Ett starkt startfält från SPK med god laganda och kämparglädje lyckades ta totalt 17 medaljer! 6 Guld varav två individuella och 4 i besättning, 3 silver varav 1 individuell och 2 i besättning samt 8 brons varav 4 individuella och 4 i besättning. Många fler fantastiska prestationer med fina placeringar levererades av de tävlande och ett härligt supportergäng bildade en högljudd hejarklack.

SM i **Maraton** gick i Göteborg. Flera deltagare från SPK ställde upp i årets tävling och levererade fina resultat.

Landslag/Internationellt: Tre aktiva från SPK blev uttagna till Nordiskt mästerskap som gick av stapeln i Kristiansand i Norge. Hela laget kämpade väl men fick ett tufft motstånd av de övriga länderna.

En representant från SPK blev uttagen och deltog i U23VM som arrangerades i Bulgarien.

Ytterligare två representanter har deltagit i Drakbåtslandslaget VM i Kina.

¹ Linus Ahlin-Hamberg, Lucas Ahlin-Hamberg, Edvin Gulle, Nils Kullman, William Erlandsson, Simon Ernefors och Gustav Fohlstedt.

S:t Erikspaddeln: I år var det fyra deltävlingar varav SPK var med och arrangerade en av tävlingarna. Vi var representerade på alla deltävlingar.

8. Motionspaddling

Klubben bedriver en verksamhet som vi kallar motionspaddling. Inom motionspaddling använder vi kajaker som är lättare, rankare och snabbare än långfärds kajaker men ändå avsevärt stadigare än renodlade tävlingskajaker. Sektionen har två surfskis, ett antal vanliga kajer av olika bredd och stabilitet och ett antal paddlar att tillgå. Men alla klubbens kajaker kan användas efter behov på samma sätt som ungdom använder den utrustning de behöver från motionssektionen. Vi använder vingpaddlar och strävar efter samma effektiva paddel teknik som tävlingspaddlarna använder.

Under året har 82 utlån av sektionens egna kajaker noterats. En större del av sektionens paddlingar sker dock med egna kajaker och det är möjligt att inte alla lån noteras så antalet träningspass är avsevärt högre. Med rätt kläder fortsätter paddlandet året runt när det är öppet vatten, kompletterat med träning på maskiner och i gym inomhus.

Motionssektionen har inte möjlighet att handleda nya paddlare på samma sätt som ungdom och långfärd men den som tar egna initiativ och är beredd på att det tar en tid att bli paddlare kommer att finna ett trevligt gäng att paddla med och en fantastisk motionsform som går att anpassa efter förutsättningar och omständigheter.

9. Havskajaksektionen

Havskajaksektionen har under våren, sommaren utbildat i paddelpasset grön nivå. Det har arrangerats 3 dagsturer till Ängsö, Birka/Björkö och Kungsholmen runt. Prova på paddling har erbjudits. Under hösten har medlemmar haft möjlighet att träna teknik och haveriövningar i bassäng (Nälsta badet).