



Verksamhetsberättelse

sektionen Rytmisk Gymnastik 2021

Vårterminen 2021

RG Förberedande; 7 gymnaster, födda 2013-2014

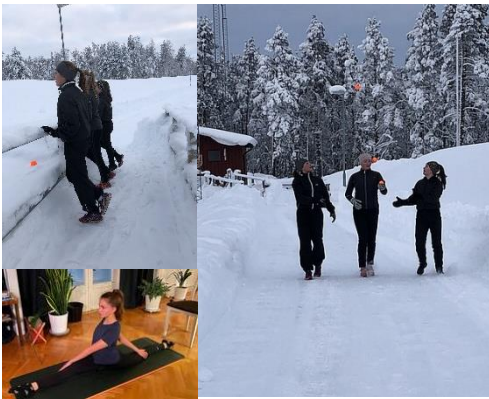
RG Ungdom/Junior; 14 gymnaster, födda 2007-2012

RG Junior; 11 gymnaster, födda 2007-2008

RG Senior; 6 gymnaster, födda 2001-2005

Totalt 38 gymnaster

Träningsåret 2021 inleddes med en total hallstängning på grund av pandemin. När hallarna väl öppnades igen fick inte våra seniorer träna inomhus och vi försökte hålla igång intresset och motivationen med hemmaträning och utträning.



Stämningen bland gymnasterna var lite låg efter 2020 då så många planer och förhoppningar hade grusats. Ledargänget var heller inte på topp då 2020 hade präglats av omplanering efter omplanering, inställda tävlingar/träningar och utbildningar och väldigt lite utveckling av verksamheten.

För att vända trenden satte vi igång utvecklingsarbete på flera fronter;

- Vi passade på att ta fram nya uppvisnings- och tävlingsdräkter till sektionen i samarbete med Prima Salto. Första beställningen gjordes i mars
- Vi beställde nya redskap för att kunna genomföra sommaraktiviteter och ta in fler gymnaster i förberedande
- Vi återupptog diskussionerna med kommunen gällande fast träningstid i Fyrvallhallen
- Vi tog tag i arbetet med finansiering av ett RG-golv
- Vi köpte in tävlingsprogram till juniorerna

Vårterminen 2021 avslutades med en digital uppvisning 16 maj i gymnastikhallen för alla våra grupper – dock med gällande covidrestriktioner.

Syftet med uppvisningen var att alla gymnaster i sektionen skulle få titta på varandra, även om de inte tilläts träna tillsammans och att vi skulle kunna visa film för föräldrar på vad gymnasterna tränat på.

Första leveransen av nya dräkterna hade kommit och nya program var inövade.





Sommar 2021

Efter uppvisningen fick några av våra gymnaster prova på att träna i andra grupper för att kunna göra sitt val inför höstterminen. Föreningens policy för byte av grupp ligger till grund för dessa val.

Under föreningens sommarskola deltog flera av sektionens ledare, bl a via kommunens feriepraktik. Vi kunde då erbjuda både dagläger för våra befintliga gymnaster samt prova-på-RG för barn- och ungdomar som inte tränar i vår sektion.

För våra Juniorer och Seniorer försökte vi hålla igång träningen nästan hela sommaren då det fortfarande inte var möjligt att resa i någon större utsträckning och många av våra ungdomar befann sig på hemmaplan. Inga läger med andra föreningar genomfördes sommaren 2021.



Höstterminen 2021

RG Förberedande; 14 gymnaster, födda 2013-2014

RG Ungdom; 18 gymnaster, födda 2009-2013

RG Junior; 9 gymnaster, födda 2007-2009

RG Senior; 6 gymnaster, födda 2001-2005

Totalt 47 gymnaster

Ambitionen för höstterminen 2021 var att alla barn och ungdomar som ville träna rytmisk gymnastik ska få göra det. Vi tog in alla som sökte till oss och planerade om ledarstyrkan utifrån denna nya situation.

Vi fick äntligen en fast träningstid i Fyrvallahallen, om ej den bästa; söndagar 10-13. Träningarna för våra juniorer och seniorer flyttades dit då dessa gymnaster har störst behov av takhöjden i Fyrvallahallen.

Vi lyckades även finansiera inköp av ett golv för rytmisk gymnastik (ca 100 tkr) med hjälp av bidragspengar samt sponsring av Lindevalls Industri AB. Beställningen gick i väg under sommaren och 29 oktober kom leveransen. Med hjälp av några starka föräldrar lyftes rullarna, 95 kg per styck, in i arla morgonstund.





Under höstterminen har alla våra fyra grupper tränat på efter plan. Vi lyckades dessutom få till en gemensam träningsdag för alla våra grupper i Fyrvallahallen 20 november så att alla fick möjlighet att testa nya golvet.



Sektionen arrangerade en uppvisning för föräldrar – för första gången sedan pandemin bröt ut – 12 december. Vi delade upp gymnasterna på två föreställningar och bjöd in max 2 personer per barn för att kunna hålla avstånd och inte riskera att bli för många i hallen.

Terminen avslutades v50 för samtliga grupper och detta år valde vi att ta jullov i mellandagarna.

Tävling

De senaste åren har ett utvecklingsarbete pågått hos Svenska Gymnastikförbundet för att utveckla ett nytt bedömningsreglemente som komplement till FIG. Detta reglemente syftar till att lyfta bredden inom Rytmisk gymnastik i Sverige. Det ska vara lättare för föreningar att starta upp tävlingsverksamhet och alla gymnaster ska kunna delta.

Hösten 2021 hölls den första tävlingen – RG-stjärnan - på detta reglemente. Tävlingen var digital, föreningarna filmade sina gymnaster på hemmaplan och programmen laddades upp på en YouTube-kanal. Bedömningen skedde sedan gemensamt med domare från samtliga deltagande föreningar. En digital tävling på detta sätt gör det möjligt för många gymnaster att tävla nationellt.

Totalt deltog fem föreningar i tävlingen RG-stjärnan i oktober – ca 110 gymnaster, 7-20 år. Vi deltog med gymnaster från RG Junior och RG Senior samt två domare.





Utbildning och ledare 2021

I april blev äntligen utbildningen Rytmask Gymnastik Steg 1 av – efter att ha ställts in flera gånger. Utbildningen genomfördes digitalt och samtliga ledare i sektionen deltog.



Då utbildningen blev digital blev det också betydligt billigare än planerat.

Våra ledare har då haft möjligheten att komplettera med Svenska gymnastikförbundets utbildningar inom ledarskap och träningslära under året.

Samtliga ledare har genomfört Intro till svensk gymnastik, Styrka, rörlighet och fysiologi, Gymnastikens ledarskap och Åldersanpassad träning för barn- och unga.

Utöver detta har flera ledare genomfört Trampolin som hjälpredskap, Idrottsnutrition och återhämtning, Planering och periodisering samt Biomekanik.

Under höstterminen började två av våra gymnaster i RG Junior som hjälpledare i RG Förberedande.

Vi är vid årsslutet 8 utbildade ledare och 2 hjälpledare i sektionen.