

Verksamhetsberättelse  
2024  
för Häverödals Sportklubb



# Dagordning

---

1. Mötets öppnande
2. Fastställande av dagordning
3. Val av presidium
  - a. Ordförande
  - b. Sekreterare
  - c. 2 protokolljusterare
4. Årsmötets utlysande
5. Verksamhetsberättelser
  - a. Huvudstyrelsen
  - b. Sektionerna
6. Ekonomiberättelse
7. Revisorernas berättelse
8. Beslutande om ansvarsfrihet
9. Fastställande av medlemsavgift
10. Beslut om budget för 2025
11. Verksamhetsplan 2025
12. Val av:
  - a. Ordförande för 1 år
  - b. 2 styrelseledamöter för 2 år
  - c. 1 styrelseersättare för 2 år
  - d. 2 revisorer för 1 år
  - e. 2 revisorsersättare för 1 år
  - f. 1 valberedningsordförande samt 1 ledamot från respektive sektion
13. Övriga frågor
14. Mötets avslutande

Styrelsen för Häverödals Sportklubb får härmed avge följande berättelse för verksamhetsåret 2024:

## Huvudstyrelsens sammansättning

<b>Ordförande</b>	Per Thoesson
<b>Vice ordförande</b>	Therese Kyllingstad
<b>Kassör</b>	Martin Einarsson
<b>Sekreterare</b>	Anette Rönberg
<b>Vice sekreterare</b>	Mikael Engman

<b>Ersättare</b>	Matti Hast Milla Åsenbrygg
------------------	-------------------------------

<b>Sektionsrepresentanter</b>	Skidskytte	Andreas Jansson
	Skidor	Jan Pettersson
	Orientering	Bo Westling
	Fotboll	Johan Gustafsson

## Övriga funktioner

<b>Revisorer</b>	Lindekonomi AB
------------------	----------------

### Revisorsersättare

<b>Valberedning</b>	Sammankallande	Johan Gustafsson
	Skidsektion	Jocke Sköld
	Skidskytte	Linda Alp
	Orientering	Bo Westling
	Fotboll	Johan Gustafsson

## Huvudstyrelsens sammanträden

Föreningens huvudstyrelse har under perioden mars 2024 till mars 2025 hållit 11 protokollförda styrelsemöten samt konstituerande möte.

## Årsmöte

Årsmötet hölls på Lundåsvallen i Häverödal, den 13 mars 2024.

## Medlemmar

Föreningen fortsätter glädjande att växa och attrahera nya medlemmar. Vid utgången 2024 var medlemsantalet 549st medlemmar, en ökning från 527st vid samma tidpunkt 2023.

Under året togs beslut i styrelsen att införa ett nytt administrativt system i form av SportAdmin. SportAdmin är ett verktyg som ca 1700 föreningar är anslutna till och vars syfte är att förenkla det administrativa jobbet genom bla förenklade betallösningar, försäljningar, verksamhetsplanering mm. Vi tror på systemet och att det kommer underlätta det administrativa arbetet och på flera sätt ge ett mervärde till medlemmarna.

Den positiva utvecklingen med ökat antal besökare till Lundåsvallen för spontanidrott har fortsatt att öka även under 2024. Vår Discgolfbana och krummelurbana är mycket uppskattade och tillsammans med det nya tillskottet med fasta Pre-O och Orienteringsbanor över Lundåsvallen, våra cykelleder och motionsspår är vi övertygade om 2025 blir ett minst lika bra år för rörelseglädje på Lundåsvallen.

Samtidigt är det fortfarande våra kärnverksamheter som skapar flest nya medlemmar; fotbollsspelarna och skid- och skidskytteåkare attraherar nya stjärnor. Mini Skuttis och Gåfotboll genererade också de nya medlemmar i verksamheten. Våra fina skidspår attraherar även medlemmar som njuter vår omgivning, som träning och motion.

Det tillkom totalt 54 nya medlemmar under 2024 varav 21 inte är kopplade till någon specifik sektion. Andelen kvinnor är större i föreningen och ser vi till de aktiva under 20 år är övervikten än mer tydlig där 65 % är flickor.

## 5. Verksamhetsberättelse Huvudstyrelsen

Det är med viss stolthet vi summerar ännu ett år och går mot ljusare tider. I vår förening arbetar vi hårt och målinriktat, oavsett om det är i spåren, på planer eller i den dagliga driften runt verksamheten.

Verksamheten har fortlöpt i huvudstyrelsen under året, liksom i respektive sektion. Vi vet att rörelse och motion är en förutsättning för välmående och vi vill fortsätta bidra till folkhälsan, med en given tyngdpunkt på våra barn och ungdomar.

Under våren kopplades vattnet från brunnen in i IOGT-lokalen. Tyvärr verkar brunnen ha dålig tillrinning vilket gör att det är vattenbrist under sommarhalvåret. Under vår och sommar har det jobbat hårt med att tömma lokalen. Mängder med grejer har sålts och inbringat bra pengar som ska användas till renovering. Röjning av tomten har fortsatt.

Vår och höst har gemensamma arbetsdagar genomförts på Lundåsullen – ju fler som kommer, desto mer får vi gjort. I övrigt ses anläggningen om fortlöpande, där ideella krafter och dagligverksamhet bidrar på veckobasis vilket gör att anläggningen är mer välskött än någonsin.

Bygget av en maskinhall för våra maskiner har påbörjats under hösten och arbetet fortsätter under 2025 med målet att kunna flytta in våra maskiner där till våren.

Discgolf banan som under 2024 har blivit än mer välanvänd har fått lite förbättringar med bla en ny större tee på andra banan. När Tempo brann ner försvann förutom våra diskar och återlämningslåda även samarbetet med uthyrningen. Där behöver vi ta fram en plan för hur vi löser det 2025.

För att underlätta för de som använder Lundåsullen för friskvård anslöt vi under hösten Häverödals SK till friskvårdsportalen Epassi där företag är anslutna och deras medarbetare kan köpa friskvårdskort vid Lundåsullen. Det har varit uppskattat och många har utnyttjat detta vilket har medfört fler besökare och mer intäkter.

Vi vill tacka föreningens medlemmar för förtroendet för styrelseuppdraget. Tack till idrottare, föräldrar och ledare och tack till alla funktionärer, sponsorer och medlemmar – ni bidrog alla till ett framgångsrikt 2023. (Se Mästare i Häverödals SK 202 på nästa sida.)

Häverödal, mars 2025

Per Thoresson	Therese Kyllingstad	Mikael Engman	Anette Rönnerberg
Martin Einarsson	Milla Åsenbrygg	Matti Hast	Jan Pettersson
Bo Westling	Andreas Jansson	Johan Gustafsson	

## Mästare 2024

### Mästare

2024	Stina Colliander	Skidskytte Region	F 10-11	
2024	Gustav Jansson	Skidskytte Region	P 10-11	
2024	Stina Persson	Skidskytte Region	F 12-13	
2024	Johan Jansson	Skidskytte Region	P 14-15	
2024	Siri Colliander	Skidskytte Region	F 14-15	
2024	Erik Jansson	Skidskytte Region	H 16-17	
2024	Oskar Jansson	Skidskytte Region	H 18-19	
2024	Saga Westerlund	Skidskytte Region	D 16-17	
2024	HSK 2,5km	Skidor DM lag	Tjejer 2,5	E Engman, S Colliander, S Persson
2024	HSK 5km	Skidor DM-lag	Tjejer 5	S Thoresson, S Colliander, C Persson
2024	Ebba Engman	Skidor DM fristil	D 13-14	
2024	HSK Stafett	Skidor UDM-stafett	D 13-16	Ebba Engman, Signe Thoresson
2024	Mille Boman	Rull skidskytte Reg	P 10-11	
2024	Alice Pålgård	Rull skidskytte Reg	F 10-11	
2024	Stina Persson	Rull skidskytte Reg	F 12-13	
2024	Carl Thoresson	Rull skidskytte Reg	H 16-17	
2024	Alice Pålgård	Skidskytte Region	F 10-11	
2024	Leo Wallenbro	Skidskytte Region	P 10-11	
2024	Ville B Aune	Skidskytte Region	P 12-13	
2024	Johan Jansson	Skidskytte Region	P 14-15	
2024	Ebba Engman	Skidskytte Region	F14-15	
2024	Malte Östlund	Skidskytte Region	H 16-17	
2024	Cajsa Persson	Skidskytte Region	D 16-17	
2024	Clara Thoresson	Skidskytte Region	D 18-19	
2024	Oskar Jansson	Skidskytte Region	H 18-19	
2024	Isak Falk	Skidskytte Region	H Senior	

### Roslagsmästare

2024	Stina Colliander	Rullskidor	T 11-12	
2024	Carl Thoreson	Rullskidor	K 15-16	
2024	Siri Colliander	Rullskidor	T 15-16	
2024	Clara Thoresson	Rullskidor	D 17-20	

# Verksamhetsberättelse Fotbollssektionen 2024

## Sektionen

Vi har under året haft 10 styrelsmöten. I Styrelsen har vi 4 personer plus en representant för varje lag.

Året började med att vi fick ett bidrag från Roslagens Sparbanks Stiftelser så att vi tillslut kunde genomföra köp av en robotgräsklippare. Pengar från stiftelsen, sponsring, försäljning från spelarna och eget kapital gjorde det möjligt.

Vi har för första gången på många, många år (någonsin?) haft 2 senior lag i seriespel, div 3 och 5, vilket känns stort för vara från en sådan liten ort. Vi har även rekryterat en ny huvudtränare för Damlaget.

Vi har haft 2 flicklag i seriespel och två lag för de yngre som har startat upp lagen denna säsong.

Vi var medarrangörer till valborgsfirandet, vilket är en stor och viktig del för fotbollen.

Under året har damlaget renoverat och byggt ut omklädningsrummet.

I slutet av säsongen hade alla lagen avslutningar och vi hade även en gemensam aktivitet i samband med Div 3 lagets sista hemmamatch.

Under säsong arbetar vi mycket med att våra planer ska vara så fina som möjligt, genom gödsling, vattning, luftning mm.

En utmaning som vi har är hur vi på bästa sätt kan sätta ihop flicklagen i de olika åldrarna. Vi måste ofta ha flera årskullar tillsammans för att få ihop lag i serierna, detta är särskilt en utmaning på mindre orter.

Styrelsen jobbar mycket med att hitta sponsorer, försäljningar och andra saker som gör att vi får in pengar så att vi kan hålla våra spelaravgifter på en bra nivå.

*Johan Gustafsson, Ordförande*

## Damlaget

Under året har damlaget haft två lag i spel, ett i division 3 och ett i division 5. Detta har bidragit till att alla spelare har fått mycket speltid i matcher.

### Organisation och ledarstab

Vi hade glädjen att välkomna en ny huvudtränare, Aldrin Ely Cavalheiro, till laget under året. Han tillträdde som tränare den 1 mars. Hans ledarskap och kunnande har varit en viktig del av vår framgång. Till hjälp har Aldrin haft två assisterande tränare, Kjell Jansson och Fredrik Andersson.

Magnus Svärdsén har även denna säsong varit ansvarig som målvaktstränare och har gjort ett fantastiskt arbete med att utveckla våra målvakter. Vår materialförvaltare, Bjarne Israelsson, har säkerställt att laget alltid haft det som behövs inför träningar och matcher. Ett stort fokus på träningarna har varit att bygga upp ett nytt spelsystem och få spelarna att förstå olika positioner och förflyttningar bättre. Detta har utvecklat många spelare.

### Träningar och matcher



Under säsongen har laget genomfört totalt cirka 70 st träningar, med start i december och slut i mitten av oktober. Vi har även haft en träningshelg under 2 dagar.

På försäsongen spelade lagen ett antal träningsmatcher. I seriespel spelade laget i division 3 21 matcher och gjorde sin bästa säsong med en fjärdeplats i tabellen. De vann 11 st, spelade 3 st oavgjorda och förlorade 8 st (inkl en wo)

Laget i division 5 genomförde 13 matcher i sin serie och slutade på en sjätteplat. De vann 4 matcher, spelade 2 oavgjorda och förlorade 8 st (inkl en wo)

### **Summering**

Vi har haft en gemensam avslutning efter säsongsslut, men bland annat prisutdelning.

Säsongen har varit mycket framgångsrik och vi är stolta över lagens insatser. Hösten var tuff pga skador, men båda lagen har visat prov på god sammanhållning, hårt arbete och en vilja att ställa upp för varandra och hela tiden bli bättre.

Vi tackar spelare, ledare och alla som stöttat laget under året. Tillsammans ser vi fram emot nya utmaningar och framgångar!

*Ulrika Gustafsson Spelare*

### **F -11 -12**

Laget som tidigare var 11/12/13 delades upp. 11/12 slogs ihop, spelade i 12 serie där motståndet var tuff i början, med bra uppstyrda träningar, fokus på spelförståelse. Tjejerna har jobbat mycket med att förstå spelet, hur dom själva ska spela, samt hur motståndarna spelar. Tjejerna har gjort framsteg i att fatta snabba beslut, rullat bollen tillvarandra och skapat många fina uppspel. Tjejerna har gjort en otrolig utveckling med att göra sig spelbara för varandra, Jimmy har haft bra övningar, förklarat på rätt sätt så att alla förstår, även visat för att det ska vara lätt att göra rätt. Tjejerna gör bedömning i spelavstånd och rullar bollen till tjejen som är närmst och använder ofta speldjupet med att rulla bollen längs med kanten så en fin löpning kommer och ett fantastiskt inlägg för att skapa spelbredden och använda oss utav andra sidan. När det gäller försvarsspel så försöker tjejerna vara först på bollen, när målvakten rullar ut. Dom vet vikten av att gå på direkt så fort bollen släpps och vilken betydande roll det kan ha. Om jag minns rätt så har vi haft målchanser i den situationen. Mittfältet har sprungit på vardera kant, innermitten har gjort en fint jobb med att få boll och leverera vidare till yttermitt eller back, yttermitt och in till innermitt och åter igen ett fantastiskt uppspel.

Våra backar har varit helt otroliga, säkra på sin position och inte låtit många motståndare komma igenom.

När det gäller målvakt så har vi en fast målvakt, men har varit lite struligt när hon ej har kunnat. Målvakterna har gjort ett fantastiskt jobb med att skydda målet.

Vi har haft gemensamma träningar tillsammans med 13 laget, varit många tjejer på träningarna, och som jag beskrev ovan så har Jimmy haft väldigt utvecklande och bra träningar, fokus på rulla boll, uppspel, jobba med avslut, styrka och haft otroligt roligt. Som avslut på säsongen så gjorde Annorna i laget under en fantastikavslutning med tacomiddag, tävlingar och prisutdelning mycket uppskattad kväll

*Mikaela Forsberg och Jimmy Back*

### **F -13-14**

Säsongen inleddes med att tjejerna i F14/15-laget tränade med 11/12/13-tjejerna under vintern, i Skebohallen. Det fungerade mycket bra och innebar att det helt plötsligt blev uppemot 15 tjejer som kom och tränade, jämfört med 4-6 st som det oftast varit tidigare.

Med fler tjejer på träningarna blev både tempo och stämning högre. Samarbetet fungerade så bra att man bestämde att fortsätta köra gemensamma träningar även när utomhussäsongen drog igång.

Vi startade utomhus första veckan i april. Då tränade man på Hallsta IP konstgräs, måndagar och onsdagar. Träningsstiderna har till den här säsongen ökat till 2 x 90 minuter och träningsstiderna har mestadels varit måndag och torsdag sedan vi började träna på Lundåsvallen.

Tre ledare har tagit hand om träningarna och två lagledare har roddat med matcher och domare.

Ett par nya tjejer kom och tränade med oss på våren och senare under säsongen anslöt ytterligare två. Dock har de flesta valt att inte fortsätta.

10 februari spelade vi cup i Rimbo, klass F12. Säsongen startades sedan upp med en endagars utomhus-cup på konstgräs 28e april. Även den i Rimbo.

Till seriespel anmäldes 1 lag till F12 (födda -12), 1 lag till F11 (födda -13) och 1 lag till F10 (födda -14).

Tanken var att F10- och F11-laget skulle låna spelare av varandra vid behov, liksom att tjejerna födda -11 och -12 skulle stötta i F11-laget.

Tyvärr valde halva F14/15-laget att sluta spela fotboll lagom tills att säsongen drog igång så vi var tvungna att dra oss ur F10-serien. Kvarvarande tjejer födda -14 fick istället vara med och spela i F11-serien.

Liksom tidigare säsonger så var det ibland svårt att få ihop tillräckligt med spelare till vissa matcher.

Eftersom vi redan från början visste att det skulle behövas lånas spelare mellan åldersgrupperna så lades matcherna i de olika serierna så att matcherna inte skulle krocka men det blev ändå tufft att få ihop lag. Flickor födda -11 och -12 har spelat i F11-serien och både flickor födda -13- och -14 har spelat match i F12-serien.

Som tidigare har vissa spelare uppskattat att få spela många matcher medan andra upplevt det som en hel del press att behöva spela mer än en match per vecka. Så intresset för mycket matchspel ser lite olika ut i laget.

F-12-laget hade i år en ganska liten serie med endast 5 lag, dvs 2 x 4 matcher. Man kompletterade därför med ett par träningsmatcher mot andra lag. För F11-laget var något fler matcher, 2 x 6 st.

Första halvan av säsongen avslutades sista helgen i juni med Valloncupen. Där spelade vi med F12-laget på lördagen och F11-laget på söndagen. Det var en rolig och välarrangerad tillställning.

Tjejerna har utvecklats mycket och årets seriespel gav många spelmässigt jämna och välspelade matcher och dessutom betydligt fler segrar än tidigare år.

Säsongen avslutades i sin helhet 3 oktober med taco-kväll med lekar samt utdelning av medaljer på Lundåsvallen.

*Anna och Anna*

## **F -16-17**

Laget startade i våren 2025 med tre prova-på-träningar precis i slutet av vårterminen. Laget började sedan träna på nytt i augusti och har tränat tisdagar först ute på Lundåsullen och sedan från oktober inne i Skebohallen. Totalt ca 20 träningar under hösten. Vi hade avslutade utomhussäsongen med match mot föräldrar och fika. På pappret finns 10 spelare och det brukar vara mellan 5-10 spelare per träning. Just nu är det en person som tränar laget och laget är i behov av ytterligare engagerade vuxna samt ytterligare spelare för att kunna spela t ex poolspel under säsongen 2025.

*Frida Wolme*

## **F -18-19**

I år fokuserar vi på att utvecklas tillsammans som lag. Vårt mål är att träna samt sammansvetsa laget och ha roligt tillsammans. Vi planerar att delta i poolspel för att få matchvana och erfarenhet.

Utöver träning och matcher kommer vi också att ha aktiviteter vid sommaruppehållet samt säsong avslutningen för att stärka sammanhållningen i laget.

/Andreas, Andreas och Pamela

## Verksamhetsberättelse Skidsektionen 2024

Säsongen 2024 föregicks av en tidig start på vintern vilket medförde att vi kunde börja åka skidor vid Lundåsvallen på natursnö redan i slutet av november. Snökanonerna kunde vi starta upp i början av december 2023 och tillsammans med såväl natursnö som konstsnö kunde vi ha både långa och fina spår vid Lundåsvallen ända fram till 9 april då den sista serietävlingen kördes på konstsnön. Våra skidutrustningar har använts flitigt och många skolor i området har utnyttjat möjligheten att åka skidor vid Lundåsvallen bla Skärsta skola, Carl Wahren Gymnasium och Hallsta skola utnyttjade. Under hösten började Alva Boman skidgymnasiet i Sveg

### Egna arrangemang

Under säsongen körde vi 14st serietävlingar där 51 olika åkare deltog och tillsammans hade 405 starter. deltagande barn och ungdomar (2023 54st, 42st 2021, 33st 2020, 30st 2019, 29st 2018, 22st 2017, 38st 2016) som deltog i minst en tävling. I samband med den tolfte serietävlingen kördes klubbmästerskap för både barn, ungdomar och vuxna med 33 deltagare (41st 2023, 44st 2022 35st 2021, 27st 2020, 38st 2019, 39st 2018, 37st 2017, 47st 2016). Säsongen avslutades den 23 april med sedvanlig skidavslutning och prisutdelning i klubblokalen.

Den 12 jan arrangerade den första tävling 2024 vid Lundåsvallen, DM-stafett för Uppland stod på programmet. Häverödalskidan som även var RM fristil kördes den 20 januari och den 21 januari hade Långskidan premiär. Tävlingen var som namnet antyder en tävling med längre distanser för alla klasser samt DM-för Uppland. Tack var mycket natursnö hade vi en fin 12,5km bana att tillgå! Den 2 mars arrangerades en uppskattad prova på dag med våffelstuga, skicrossbana med fri låneutrustning, under dagen kördes också barnensvasalopp. Finalen i Skidcupen avgjordes även den vid Lundåsvallen den 6 April i ett härligt vårväder. Under sommaren arrangerade vi Rallarrullen och RM på Rullskidor med start i Hargshamn och på olika platser längs bansträckningen mot Lundåsvallen beroende på ålder/banlängd. Tävlingen avslutades med ett varv på rullskidbanan med målgång vid grillplatsen. Häverödalsprinten inledde vintersäsongen vid Lundåsvallen den 22 dec 2024 och nytt för denna gång vara att parasport deltagare deltog i tävlingen vilket uppskattades av så väl deltagare som oss som arrangerade. 2024 års sista arrangemang genomfördes på annandagen den 26 december när vi arrangerade DM-stafetten för Uppland.

### Träningar

Skidverksamheten snurrar på och under vintersäsongen var fyra träningsgrupper igång, grön och blå grupp med träningar på torsdagar för barn mellan ca 4-10 år med 15-25 st deltagare vid varje tillfälle. Röd och Svart grupp med 10-20 deltagare erbjöds 3 träningar i veckan tävlingsfria veckor tillsammans med skidskytteverksamheten. Totalt erbjöds/registrerades 149 träning/tävlings aktiviteter som genererade LOK-stöd till Skidsektionen. Inomhus träning i Gottsta skola genomfördes på måndagar och Onsdagar, Mini Skuttis startas upp för 2-3 åringar under ledning av Cathrine Kippa i Gottsta skola. Under barmarkssäsongen har vi åkt rullskidor, cyklat och haft annan barmarksträning. Höstlovsläger genomfördes som hemma läger i Häverödal och i december var det åter dags för klubbens skidläger som i år förlades i Orsa i samband med Upplandslägret.

Upplands skidförbund har haft flera träningsdagar/-läger under säsongen som HSK's ungdomar deltagit i, den första lägret var i Öregrund i juni, den andra var i Häverödal med övernattnig i barackerna i september, och snö lägret genomfördes i Orsa Grönklitt.

### Tävlingsverksamhet

**DM-Stafett 12/1** Lundåsvallen. Brons till Häverödal i D17 genom Ida Jansson, Amanda Westerlund och Anette Rönnblom.

**DM kort fristil 13/1** Storvreta. tog HSK 8 medaljer. Silver Stina Colliander i D11-12. Silver Ebba Engman D13-14. Brons Signe Thoresson i D15-16. Guld Lag D2,5km Ebba Engman, Stina Colliander, Stina Persson Guld Lag D5km Signe Thoresson, Sirir Colliander, Cajsa Persson

**DM-sprint fristil 9/1** Guld Ebba Engman D13-14. Silver Siri Colliander D15-16

**DM-Medel Klassiskt 27/1** Månkarbo. Silver Alva Boman i D15-16..

**DM Lång 21/1** (Lindmansloppet) Inga medaljer.

**UDM-stafett 3/2** Bålsta. Guld D13-16 Ebba Engman, Signe Thoresson

**Folksam Cup** Häverödal med åtta ungdomar på plats i Järpen. **Tekniksprint** D15 Signe Thoresson 19:e, Cajsa Persson 43, Meja Bylund 45. H15 Carl Thoresson 52. D16 Alva Boman 35 Lovisa Einarsson 52, Ida Jansson 53. H16 Erik Jansson 53. **Prolog** D15 Siri Colliander 17, Signe Thoresson 28, Cajsa Persson 35, Meja Bylund 38 H15 Carl Thoresson 60 D16 Alva Boman 46, Lovisa Einarsson 58, Ida Jansson 67 H16 Erik Jansson 58. Den efterföljande **jaktstarten** D15 Siri Colliander 15, Signe Thoresson 23, Cajsa Persson 33, Meja Bylund 35. H15 Carl Thoresson 52. D16 Alva Boman 44, Lovisa Einarsson 56, Ida Jansson 64. H16 Erik Jansson 57.

**Ski Team Ungdomscup** Häverödal hade två ungdomar med på cupen som avgjordes i Örnsköldsvik.

**Distans** D14 Ebba Engman 4:a H14 Melker Karlsson 77:a **Sprint** D14 Ebba Engman 11 H14 Melker Karlsson 74. **Skicross** D14 Ebba Engman 12 H14 Melker Karlsson 79.

**USM Ånnaboda Örebro. Distans** D15 Siri Colliander 18. D16 Alva Boman 24, Lovisa Einarsson 40, Ida Jansson 49. USM Lag distans Häverödals SK 4:a med Alva Boman, Lovisa Einarsson, Ida Jansson.

**Sprint Prolog** D15 Siri Colliander 13, Signe Thoresson 47. D16 Alva Boman 24, Lovisa Einarsson 40, Ida Jansson 48. **Heat Kvartfinal** D15 Siri Colliander, D16 Alva Boman 5. **Totalt Sprint** Siri Colliander 15, Alva Boman 24. **Stafett** D15-16 Lag 1 placering 8 Alva Boman, Ebba Engman, Siri Colliander, Lag 2 plac 19 Signe Thoresson, Ida Jansson, Lovisa Einarsson.

**Vasaloppsveckan** lockade totalt 43 Häverödalare till start i de olika loppnen under vasaloppsveckans arrangemang, bästa placering i vasaloppet var Petter Leife på placering 1737. På Ungdomsvasan genomfördes av 9 st ungdomar.

**Bauhaus Cup** Under säsongen har Häverödal varit representerade av Saga Westerlund. Boden 16-17 dec, Sprint 7a prolog, 9a totalt. Distans Boden 10a. Borlänge 19-21 jan, Sprint 19e Distans 17:e. Östersund Sprint Saga 19e i prolog, Heat 18e, Distans 13e. Sollefteå Distans prolog 3km 11a, Sprint 10a, Jaktstart 18e.

## Utbildning

I samband med höstlovslägret föreläste SISU om kost och doping för ungdomar och föräldrar.

## Skidsektionens arbete

För att få in pengar till verksamheten har skidsektionen återvunnit burkar och sålt Bingolotter/Sverigelotter, Ullmax och Klubbrabatten samt arrangerat tävlingar, haft uthyrning av skidutrustningar.

Skidsektionens sammansättning: Jan Pettersson, Per Thoresson, Johan Coliander, Linda Björnström Jeleby och Joakim Sköld.

# Verksamhetsberättelse Skidskyttesektion 2024

## Sektionsstyrelsen

Skidskyttesektionens styrelse har bestått av sektionsledare:

Andreas Jansson, Sekreterare: Maria Juncke-Thoresson, Kassör:

Linda Bengtsson, Ledamöter: Lina Persson och Madelene Sandin. Sektionsstyrelsen har haft 10 protokollförda möten under 2024.

## Utbildningar

Under året har 12 personer gjort praktiskt prov och genomfört teoridelen för skidskyttekortet. Sektionen bjöd in RF-SISU som höll en föreläsning kring idrottspsykologi och prestation för föreningens ungdomar och juniorer i Folkets hus, Hallstavik. Andra klubbar i området bjöds också in.

## Rekrytering

Vi har haft glädjen att ha många barn och ungdomar med på våra träningar, detta har gjort att vi fortsatt att ha delade träningsdagar för att rymmas på skjutvallen. Vi har haft glädjen att välkomna 3 nya tränare (Hanna Pålgård, Kristoffer Reid Dahlbäck och Lisa Melen Olsson) till vår härliga tränarstab. 2 av dem har genomfört barn- och ungdomsledarutbildning i skidskytte, den 3:e är en tidigare aktiv skidskytt i HSK.

## Verksamheten- träningar och läger

Vi har haft totalt 131 aktiviteter registrerade på idrott online under 2024.

I juni deltog 3 HSK:are på ungdomsläger i Trysil och 7 ungdomar åkte till Sollefteå på stjärnläger. Flera av våra yngre juniorer har varit på prova-på-dagar samt prao på olika skidskyttegymnasium under året. I juli deltog 26 aktiva ungdomar/juniorer och 20 föräldrar/ledare från HSK på regionens sommarläger i Torsby. I september arrangerade vi ett 2-dagars regionsläger vid Lundåsvallen där 17 ungdomar och 11 föräldrar/ledare från HSK deltog. I november arrangerades ett höstläger tillsammans med skidorna. I december hade vi ett fyra dagar långt snöläger i Orsa tillsammans med skidorna. Vi hade viloperiod från mitten av april till mitten av maj. Barmarkssäsongen drog igång med tre träningar i veckan. Skytteträning på tisdagar eller torsdagar beroende på träningsgrupp.

## Aktiviteter

Årsmöte hölls den 6/3-2024 i klubblokalen.

Vi hade gemensam säsongsavslutning tillsammans med skidorna.

Klubben hade 2 gemensamma arbetsdagar. Skidskyttet hade en egen arbetskväll då vi jobbade med skjutvallen och i skidskytteboden. Arbetskvällen avslutades med grillning/fika.

På "Skidskyttekampen" som avgjordes på Stockholms stadion i februari deltog vi med 14 funktionärer inklusive en testpatrull bestående av några unga skidskyttar som provåkte

banorna. Vi var medarrangörer under "Jättelångt". HSK ställde upp med 1 lag i jättelångt-stafetten. Vi jobbar för att utveckla "Jättelångt" och utöka arrangemanget.

Vi har sålt New-Body, bingoletter och Fogdö lax. 23 funktionärer från HSK var med vid Sverigepremiären i skidskytte på Idre Fjäll i november. Vi hade julpyssel på Lundåsvallen, julmarknad vid Färsna Gård i Norrtälje och vi sålde dörrjulkransar till självbetjäning vid Lundåsvallen. Roslagsbostäder anordnade en sommarlovsaktivitet där vi höll i laserskytte.

## JSM

Klubben ansökt om och fick det ärofyllda uppdraget att arrangera JSM i rullskidskytte

sommaren 2025. Evenemanget äger rum 8-10 augusti. En projektgrupp bestående av 5 gruppleddare har bildats. Gruppleddarna har bildat egna undergrupper som jobbar hårt för att skapa ett bra arrangemang! Projektet med att utveckla skjutvallen är i full gång inför tävlingen.

## Projekt skjutvall

Vi har sedan tidigare planerat och jobbat för att på sikt förbättra vårt skjutvallsområde i form av läktare, mer och bättre förvaring i form av container, speakertorn, lagning/förbättring av asfalt på vallen, bättre belysning utan luftledning, laserbana m.m. Nu när vi står värdar för JSM ges både möjligheter och direkta behov att både förbättra för genomförandet av evenemanget men också för framtiden. I och med detta har vi också fått extra dragkraft i ideella krafter och våra ansökningar om bidrag/sponsorer.

## Ansökningar

Tack till RF-SISU som givit oss ett bidrag för att kunna utveckla belysningen vid skjutvallen. Vi ansökte tillsammans med 271 andra skidskytteklubbar till drömfonden, men blev tyvärr inte utvalda. Vi tackar Roslagens Sparbanks Stiftelser för ett stipendium som vi fått för att kunna utveckla och förbättra skjutvallen och dess område inför JSM. Vi tackar även Norrtälje kommun för anläggningsbidrag för att kunna arrangera JSM i rullskidskytte sommaren 2025.

## Övrigt

2 personer deltog på skidskyttekonferensen i Sundsvall i oktober. 3 av klubbens ungdomar, Elias

Jeleby, Lovisa Einarsson och Erik Jansson har påbörjat gymnasieutbildning på skidskyttegymnasiet i Sveg. INDTA har stängts ned och ersatts av SportTA

## Arrangerade tävlingar

I januari anordnade vi ett öppet regionsmästerskap för regionens barn och ungdomar. 23 deltagare varav 2 från andra klubbar deltog. I mars arrangerade vi Äggjakten tillika KM. Till start kom 33 glada HSK:are. Under barmarkssäsongen arrangerades en serie av rullskidskytte-/springskyttetävlingar – "Häverödalsserien". Serien bestod av 2 springskyttetävlingar och 2 rullskidskyttetävlingar. Totalt på de fyra deltävlingarna var det 87 startande varav 27 från andra klubbar. I december anordnades öppet regionsmästerskap kort distans för regionens barn och ungdomar. 30 personer deltog varav 6 var från andra klubbar.

## Tävlingar och resultat 2024

### Hemmatävlingar

Öppet regionsmästerskap, januari. Regionsmästare blev Gustav Jansson (P10-11), Stina Colliander (F10-11), Stina Persson (F12-13), Johan Jansson (P14-15), Siri Colliander (F14-15), Erik Jansson (H16-17), Oskar Jansson (H18-19), Saga Westerlund (D16-17).

Äggjakten tillika KM, mars. Klubbmästare blev: Alice Pålgård (F-nyb), Leo Wallenbro (P-nyb), Amanda Wallenbro (F10-11), Gustav Jansson P (10-11), Stina Persson (D12-13), Ville Berglund Aune (P12-13), Cajsa Persson (D14-15), Carl Thoresson (H14-15), Saga Westerlund (D16-22), Oskar Jansson (H16-22), Linda Björnberg-Jeleby (D-motion), Pär-Eric Karlsson (H-motion).

Öppet Regionsmästerskap i rullskidskytte. Regionsmästare från HSK blev Mille Boman (P10-11), Alicia Pålgård (F10-11), Stina Persson (F12-13), Carl Thoresson (H16-17).

Segrare i Häverödalsserien (fyra deltävlingar 2 rullskidskytte och 2 springskytte): Alice Pålgård (F10-11), Stina Persson (F12-13), Melker Karlsson (P14-15), Ebba Engman (F14-15), Carl Thoresson (H16-17), Cajsa Persson (D16-17), Elias Jeleby (H18-19), Clara Thoresson (D18-19), Isak Falk (H seniorer), Lisa Melen Olsson (D seniorer).

Öppet regionsmästerskap, december. Kortdistans för regionens barn och ungdomar. Regionsmästare blev. Alice Pålgård (F10-11), Leo Wallenbro (P10-11), Ville Berglund Aune (P12-13), Johan Jansson (P14-15), Ebba Engman (F14-15), Malte Östlund (H16-17), Cajsa Persson (D16-17), Clara Thoresson (D18-19), Oskar Jansson (H18-19), Isak Falk (H senior).

### Nationella tävlingar

På Swe Cup säsongen 2023-2024 har vi haft 9 tävlande i junior- och seniorklass. Klubbens juniorer har haft flera bra placeringar. Här redovisas pallplatserna.

Swe-Cup 1 blev Erika Österman 2:a och på Swe-Cup 2 blev hon 3:a.

Swe-Cup 5 blev Erika Österman 3:a. På Swe-Cup 4 blev Isak Falk 2:a. På Swe-Cup 7 blev Isak Falk 2:a och Oskar Jansson 3:a. På Swe-Cup 8 blev Oskar Jansson 2:a.

På Swe-Cup 9 blev Erika Österman 3:a och på Swe-Cup 10 blev hon 2:a.

Totalställningen i Swe-Cup blev: D-senior - 1:a Erika Österman. H18-19 - 6:a Isak Falk, 8:a Oskar Jansson. H17 - 17:e Elias Jeleby. D17 - 12:a Clara Thoresson, 14:e Pauline Bylund. H16 - 13:e Erik Jansson. D16 - 13:e Alva Boman, 16:e Lovisa Einarsson.

9 ungdomar deltog på USM i Sundsvall i januari.

6 juniorer deltog på JSM i Torsby i februari.

1 senior deltog på SM i Boden i mars.

8 juniorer deltog på JSM i Östersund i mars.

10 ungdomar deltog på Wangeskog cup i Sveg i februari. De gjorde samtliga fina resultat!

På JSM i Rullskidskytte i Nässjö i augusti deltog HSK med 13 åkare. Medaljörer sprint: (D16) 2:a Cajsa Persson, 3:a Siri Colliander. Medaljörer distans: (D16) 3:e Siri Colliander.

Vid SM i rullskidskytte i Dala-Järna deltog 1 åkare från HSK. Dala-Järna var även värd för USM i rullskidskytte. HSK hade 5 deltagare.

Medaljörer distans (F14-15) 3:a Ebba Engman. Medaljörer sprint (P14-15) 3:a Johan Jansson.

Erika Österman blev uttagen till rullskidskytte-VM i Otepää i Estland.

För att ta del av fler tävlingsresultat se INDTA och SportTA



# Verksamhetsberättelse Orienteringssektionen 2024

## Vår egen verksamhet

Egna träningsorienteringar ett 10-tal med summa ca 50 starter. Nat och Mästerskap 28 st med summa 43 starter. Roslagsveteranerna 22 tävlingar med summa 126 starter. Summa 60 tävlingar med 219 starter. Flitigast på nationella tävlingar har Jan Åsberg varit. Jan kom på 5 pl klass H 70 vid SM Ultralång och Alva Sköld kom på 21 plats vid SM Orienteringsskytte. Vi har arrangerat 2st tävlingar i Roslagsveteranernas serie med ett 30-tal start/gång och med Lennart Jansson som banläggare. Under året har vi haft Fasta Orienterings-kontroller på Kartan Lundåsvalen samt en PreO-bana. oklart hur många som har utnyttjat dessa. Vid Veteran-SM som arr av OK Rodhen deltog från HSK 6 st i Sprint, 2 st i Medel och 1 st i Lång. Vi är anslutna till Orienteringsförbundet och Mångkampsförbundet.

*Med detta ber sektionsstyrelsen att tacka tävlande, funktionärer mm för 2024 och ser fram emot 2025.*

*Bo Westling Ordf/Kassör. Styrelseledamöter: Åke Karlsson, Lennart Jansson. Roine Mattsson och Jan Åsberg (adj styrelseledamot).*

Kontaktman OI-skytte: Bo Westling. Kontaktman Skidol: Roine Mattsson  
Mästare och nästan mästare, Vpr mm 2024.  
Jan Åsberg 5 pl VetSM Ultralång H 70.  
Vintercupen

Mästare och nästan mästare, Vpr mm 2024.

Jan Åsberg 5 pl VetSM Ultralång H 70.

Vintercupen	Res saknas	3:e Gången Gillt. *)	Helen Israelsson
MID **)	Jan Åsberg	"Lappgubben" Einar G Vpr	Ej utsedd

*\*) f.d. Anders o Birgitta Vpr. \*\*) Mästerskap inom distriktet tex RM o DM*

## Häverödals SK:s OL:sektion. Verksamhetsplan 2025.

Tävlingsverksamhet:

- \* att delta i nationella/internationella individuella tävlingar, förhoppningsvis bättre än 2024.
- \* att erövra minst 1 RM-tecken. \* att delta i Veteranserien. \* att erövra någon DM-medalj.
- \* att få med ungdomar vid träning och vid tävlingar.

Arrangemang:

Ev 2 tävlingar Veteranserien: den 5 juni och 4 sept. Några KM. Ev någon Olskyttetävling.

Träning, övrigt.

räningsorientering Under vår, sommar och höst beroende på övrig tävlingsprogram. \* \*  
Säsongsavslutning med prisutdelning i december. \* På försommaren några Prova På-Orienteringar för nybörjare.

Budget 2025.

Ink.	
Folkspel, Sv Spel	15000:-
Arr	5000:-
Övr ink	5000:-
LOK mm	2000:-
Sa ink.	27000:-

Utg	
Anmavg	20000:-
Kartor, träning.egna arr mm	10000:-
Övr	5000:-
SI o Orimtrl	2000:-
Sa Utg	37000:-

Osäkert hur fonderna går. Vi räknar med underskott på 10000 som vi löser ut från Fonderna.

## Verksamhetsberättelse Cykelsektionen 2024

Vinterns snö och stormar hade gjort MTB-banan o-cykelbar så säsongen inleddes med att röja banan.

Den 7 maj arrangerade vi den första Serietävlingen i MTB på Lundåsullen med 33 startande, från den yngsta klassen 0-8 år som cyklade ca 800 m till elit- och motionsklass med betydligt äldre cyklister som cyklade upp till 3 varv på vår bana. Den 14 maj kördes den andra serietävlingen där det var 32 cyklister till start. 21 maj tredje tävlingen med 33 startande samt den fjärde tävlingen den 28 maj med 38 cyklister.

Den 13 juni hade vi förtroendet att arrangera MTB DM för Uppland med 54 deltagare. Tävlingen ingick även i Upplandscupen i MTB.

I maj arrangerades även Ottarsloppet där föreningen representerades av 4 deltagare i MTB-loppen.

Den 14:e september var det premiär för Cyklocross på Lundåsullen när vi stod som arrangör för CX DM för Uppland. 14 deltagare körde tävlingen! Banan som bestod av en variation av underlag som gräs, grus och asfalt på vår aktivitetsbana. Per-Eric Karlsson deltog från Häverödals SK.

I samband med Roslagsmästerskapet i MTB som arrangerades av CK Stabil i Östhammar den 15:e september deltog Pär-Eric Karlsson.

Vid Cykelvasan Öppetspår så representerade Tobias Westerlund föreningen med en fin insats med en 123:e placering i M50. Totalt deltog tre cyklister i CykelVasaloppen.

Föreningens MTB-bana på Lundåsullen är fortsatt en välutnyttjad motions slinga som lockar både cyklister, löpare, stavgångare och de som bara vill promenera.

## 6. Resultat-/Balansrapport

## 7. Revisionsberättelse

## 10. Budget 2025

### Budget HSK 2025 Huvudstyrelsen

Intäkter		Intäkter
Anläggningsbidrag		350 000
Medlemsavgifter		105 000
Medlemslotteri		16 000
Bingolotto		10 000
Stolpsponsring		10 000
Reklamskyltar		12 000
Hysesintäkter		40 000
Ränteintäkter		16 000
Arrendeintäkter		10 000
Intäkter totalt		569 000
Utgifter		Utgifter
Demokratikostnader	3 500	
Försäkringar fordon, anlägg, medlem	45 000	
El	150 000	
Vatten och avlopp	37 000	
Ränta lån	90 000	
Amortering lån	78 000	
Adm post, tele, internet, program	27 000	
Underhåll lundåsvallen	36 000	
Städning, renhållning, städ mtrl	45 000	
Bevakning och larm	10 000	
Fondering för projekt	47 500	
Utgifter totalt	569 000	

## 11. Verksamhetsplan 2025

Vi ser åter fram emot ett innehållsrikt 2025 med spännande matcher, utmanande tävlingar, roliga träningar och utvecklande lägerverksamhet. Vi hoppas också att många besöker vår anläggning och använder diskgolfbanan, krumelurbanan, aktivitetsbanan mm för hälsa motion och rörelseglädje.

En stor nyhet gällande vårt system för medlemsregister och medlemsadministration har startats upp i början av 2025 i form av SportAdmin. Vi ser redan att det kommer medföra minskad tid för administrativt arbete för styrelse och ledare i HSK men även underlätta för medlemmar att betala medlemsavgifter och ta del av information.

Planen är att vi fortsätter med våra gemensamma arbetsdagar där hela klubben gemensamt tar ansvar för underhåll och utveckling av Lundåsullen.

Ett steg i utvecklingen av befintlig verksamheten är gamla IOGT-huset. Långsiktigt möjliggör lokalerna föreningens tillväxt med nya verksamheter och vidareutveckling av befintliga sektioner samt samarbete med andra föreningar och organisationer. Här kommer arbetet att fortsätta med att iordningställa huset för verksamhet. En ansökan om bidrag för tillgänglighetsanpassning är inskickad till Boverket. Att åtgärda tak över scenen är ett mål under 2025. Att lösa problemet med vatten till lokalen blir också en prioriterad fråga att lösa. Planen är också att flytta klubbens arkiv från barackerna till IOGT för att friställa ett rum till för boende.

HSK fortsätter samarbetet med Roslagsbostäder. Det innebär att delar av verksamheten deltar på en trivseldag och skapar exempelvis en kort orienteringsbana, laserskytte eller rullskidor samt att vi bjuder in de boende till Lundåsullen för en aktivitet, såsom discgolf, Barnens Vasalopp eller en fotbollsaktivitet.

Vi har fått ett tillskott på investeringsbidrag (100 000kr) från Norrtälje kommun till maskinhallen för klubbens maskiner och dyrbara utrustning. Investeringen finansieras med 2/3 och max 400 000kr av Norrtälje kommun. Maskinhallen är påbörjad och vi hoppas att arbetet är klart under 2025. När maskinhallen blir färdigställd kommer garaget att kunna friställas för andra ändamål. Här har skidsektionen önskemål om att kunna använda lokalen i verksamheten då skidsektionen inte har några egna ändamålsenliga lokaler sedan skidsektionens barack byggdes om till kök och samlingsplats till logementen.

Skidskyttesektionen jobbar med förberedelser inför JSM i Rullskidskytte i augusti 2025 och flera projekt pågår eller startas upp under vår och sommar. Bland annat belysningen vid skjutvallen.

En del arbete med att fylla och jämna till med jord och flis kring aktivitetsbanan kvarstår och det är något som skulle vara bra att ha klart inför JSM i Rullskidskytte.

Damlaget har renoverat omklädningsrummet och gjort det större. Några mindre delar kvarstår att slutföra.

Discgolfbanan kommer fortsätta utvecklas med banarbeten där det handlar om att fylla flis runt korgar och gångstråk samt att röja sly. Kanske blir även något utkast utbyggt till större mått!

Våra ytterdörrar börjar vara slitna och i behov av renovering eller utbyte. Förhoppningsvis kan arbetet påbörjas under 2025.

Vi ser fram emot arbetet i styrelsen även året som kommer. Vi uppmanar er att sprida ordet om vilka aktiviteter som pågår i föreningen och uppmana fler att besöka anläggningen och våra verksamheter. Ju fler vi blir, desto mer kan vi utveckla och åstadkomma tillsammans.