



## Verksamhetsberättelse Karlshamn Fightcenter 2016. Ordförande har ordet:

Upprepning kn tyckas men det är som det är: Bra år som igen inneburit stora förbättringar i föreningens roll som kampsports center och träningsklubb inom olika budosporter. Flertalet tävlingar har deltagits inom BJJ med bra resultat,- SM, EM, Nordic, Danish, Finnish- open mfl. barngrupperna utvecklades i rätt riktning med stadigt antal barn med et antal nya rekryteringar av tränare. Vuxenträningens deltagare har varit stadigt med ca 145 medlemmar i snitt. Otroligt kul.

Lokalerna har varit riktigt bra och inte mycket arbete har fordrats för underhåll under VT-16 Vårstart i Jan 2016 och höststart Aug 2016 gick som smort utan uppvisningar detta år. Min uppfattning är fortfarande att föreningen verkligen behövs och uppfyller ett behov fr en stor grupp ungdomar och en ny grupp av nyanlända flyktingar, som annars inte hade tränat alls. Detta kan bekräftas från flertalet föräldrar som återkommer till föreningen med sina barn och själva börjat träna. Fortfarande bra gensvar på fysgruppen som ökar för varje termin. Självförsvaret har en ökad plats i klubben för tjejer och stor efterfrågan ses. Kampsport i alla dess former är fantastiskt bra träning oavsett personers olika avsikt med sin träning- tävling, fys, självförvar, viktnedgång, kamratskap eller för den delen en psykiskt träning som klart stärker självförtroendet och får folk att må bättre.

Rolig notering som setts under även detta året är att flertalet personer som börjar träna i Fysgruppen går inom ett par månader över till annan grupp och tränar då ofta Thaiboxning. BJJ gruppen har också fått ett antal nya deltagare som kommer från fysgruppen.

*Pär Emanuel / Ordförande*

### Föreningen och dess inriktning:

Följande stilar har föreningen som grundstomme:

*BJJ- Brasiliansk Jiu Jitsu.*

*BJJ för Barn- 7-14 år.*

*Striking Kids- 7-14 år.*

*Thaiboxning.*

*MMA- Mixed Martial Art- Sparring och specialträning.*

*Grappling- Subbmission Wrestling.- (fortsätter inom BJJ och Thaiboxningssparring)*

*Fys träning.+ grupp med tjeffys 1/vecka inkl självförvar!*

*Shootfighting. (ingår i MMA/ Thaiträningen)*

*Yoga (nytt -16)*

*OCR (obstacle Course Racing) hinderbaneträning (nytt -16) på prov inför 2017*

Föreningen är fortfarande medlemmar i Budoförbundets samtliga undergrenar i dess stilar!  
Styrelsen har under 2016 bestått av-

Ordföranden-	Pär Emanuel
Kassör-	Martin Celion/ avgått men är behjälplig
Sekreterare-	Fredrik Berntsson
Ledamot-	Lars Bergenvass
Suppleant-	Fredrik Brogren

Vår budget godkändes av styrelsen i dec 2015 för 2016 samt träningsplan och vision 2016.

### Information:

Målen för 2016 spikades tidigt som i kort bestod av:

**enklast att se verksamhetsplan för detaljer som är förklarade där.**

### Utbildning:

- P Emanuel gått fortsättningskurs i MMA Domare och dömt ett antal galor.
- Flertalet seminarier med Peter Blackwell mfl inom BJJ har utförts för tränare och elever. Mängder av seminarier har deltagits i för olika tränare inom BJJ. Inte fungerat alls på Thaiboxningen. Plan för MMA finns en ej genomförts som planlagts- 2017.

### Graderingar:

Flertalet graderingar genomfördes under 2016- bla

2 nya Svartbälten!!!! Äntligen- Fredrik Berntsson och Johan Karlsson efter 10 år. Stort för klubben men de första egna BB och gradering i Malmö på MMA Aliance.

Lilabälten, blåbälten i BJJ, mängder av streck i BJJ samt fortsatta barn graderingar i BJJ.

Flera barn erhöll klubbens nya bälten inom BJJ! Grattis till er alla.

### Tävlingar:

Flertalet tävlingar inom BJJ deltog i av våra fighters tävlanden i mängder av klasser och vikter under 2016- bla: Guldmedalj för Sanna Hoffman i BJJ EM i blå bälte i Portugal!!, Scandinavian Open, Danish Open, SM i BJJ, Gameness, Nordic Open mfl –

Flertalet deltagande äntligen i Thaiboxning- Moussa, Ali, Samuel, Wahid, Filip gick flera matcher i Thaiboxning. Otaliga medaljer kammades hem i form av Guld, Silver och Brons i framför allt BJJ under året!

Underbara framgångar från Fys folket med fantastiska Peter A som återigen placerade sig bra på i hinderbana och flera andra bra resultat från fysgänget med duktiga tjejer.

+10 tal deltagare på olika Toughest events och andra hinderbanor.

### Skador:

Föreningen har haft ett par skador under året på träning - bestående av en bruten armbåge (fall från hinderbana), ledsador, vridna knän och diverse småskador inom samtliga stilar. Stukningar, lättare näsblod samt ”blåttiror” klassar vi i föreningen inte som skada.

Föreningar har i lokalen all avhjälpande utr för skador som förband, kylning.

En klar förbättring vore om alla tränare hade enkel utb i skadehantering!!

## Utmärkelser:

Filip och Sanna fick bästa elev under 2016 och erhöll resp vandringspris för sina fantastiska prestationer under träning och tävling!

Guld på EM i BJJ får inte heller glömmas av Sanna. Mängder av andra medaljer i BJJ.

## Träningsstatistik i korthet:

2016 klarades med ca 165 (VT) och 120 (HT) medlemmar som fördelades i stort som följer –Mängder av nyanlända som tränade VT 2016 (ca 40 st) med härlig inställning, dock försvann i stort sett samtliga till HT 2017.

20% på Thaiboxing nyb och avanc, 30% på BJJ alla klasser och 50% på Barn och FYS.

Acceptabel och bra fördelning med tanke på föreningens inriktning. Fysen växer dagligen!

Stabilt deltagande på barngrupperna på mellan 20-30 barn.

## Stadgar, Möten, Styrelsen, Tränare, Lokaler.....

Föreningens stadgar är inte ändrade och kvarstår som tidigare.

Ett antal styrelsemöten hållna under året 2016 som protokollfördes och signerades av deltagarna och mängder av punkter genomgicks och spikades. Finns att se hos ordföranden.

Viktiga punkter som avhandlades var bla:

City Madness Race genomfördes tyvärr inte enligt plan då styrelsen inte anser det vara värt arbetet och risk för förlust kvarstår.

Thaitävling genomfördes inte som planerat,

Medlemsavgifter, avgifter till förbunden, deltagarsanktioner, träningstider och dess upplägg, ekonomi, styrelsens arbete och omfattning, mediaexponering, annonsering, samarbete med skolorna, utbildning, tävlingsdeltagande mm.

Tränare och avbytare- inhoppare var och är klart godkänt och samtliga tränare avhjälpde varandra vid alla tillfällen. Mycket få inställda träningspass under 2016.

Lördags och söndags öppet med öppen matta efter ord träning pågick med bra resultat.

Fysträning fortsatte 3 ggr/vecka under året och det var mycket uppskattat.

## Ekonomi:

Föreningen har fortfarande små möjligheter att överleva utan egna insatser i form av kapital och stor arbetsmängd. Då det inte funnits medel att inhandla mtrl för har styrelsemedlemmar tagit av egna medel. Dock är alla medel återbetalda.

Ordförande har fortsatt lånat ut 50 000 sek fr 2010. (se separat redovisning hos kassör). Dock har föreningen + i kassan vid årsslut. Ordföranden har erhållit ytterligare 25000 i återbetalning under 2016. Fleråtalet sponsorer fortsätter stötta oss bla, sparbanken, snickarn, Von bergen mfl

Fortsatt prioritering har varit – Hyran, Försäkringar, El, Vatten, Leverantörer.

Tävlingsavgifter och resor måste också under 2015- 2016 betalas av individen själv.

Träningsläger/ seminarier och utbildning skall i största mån betalas av föreningen.

Vid ev överskott på seminarier så kan deltagarna få ta del i form av speciell och personlig träning som gjorts bra. Kassör beslutar om utbetalning av tävlingsbidrag och resor mm.

## Noter och Kommentarer:

Föreningens kassör har inför deklaration 2015 för räkenskapsår 2016 uppdrag att presentera för styrelsen acceptabel revisorsdelegat - För året 2016 föreslogs fortsatt förtroende för Olle Bergman som hjälpte föreningen 2010, 2011, 2012, 2013, 2014 och 2015. Stort tack!  
Samtliga tillskott av medel för renovering av nya lokaler och viss materialinköp gjordes av föreningen och J Von Bergen som också blir en sponsor på 25 000 sek under 2016 igen.

### Sponsring/ Partners:

Föreningen lyckades tyvärr inte locka till sig de sponsorer vi hoppats på under 2016 men Sparbanken Karlshamn var en klart bra partner med ett bidrag på 10000 och föreningen gör en större satsning inför 2016. Intressenter finns men det måste genomföras bättre. Daniel J på Jonssonbolagen har sponsrat föreningen med alla kostnader iom terminsavslut och dess festligheter, Snickarn/ Lasse B har bidragit med material och arbetstid, J Von Bergen utlovar en sponsring på 25 000 till December 2016 igen för andra året och det är uppskattat.

### Annat nämnvärt:

1. Stor ökning Vt-17 med nyanlända som ger stora grupper med ökad ekonomi.
2. Yogan bra och nytt för VT 17 som testas och ny hinderbana provas för OCR.
3. Flytten tillbaka till Karlshamn med alla nya buren, ringen och gym är befäst!
4. Nya gym avdelning används bra och mkt folk där.
5. Prova på skolorna ökat hela tiden och Pär Emanuel håller pass hela tiden dagar.
6. Måndags eftermiddag med fritids enheten och enkel thai/ mma träning med Ali.
7. INGET MER ARBETANDE PÅ SWEDEN ROCK.
8. Uthyrning av lokaler till extern Fysträning gjordes flertalet ggr och det ökar.
9. FÖRENINGEN ÄR DOPING CERTIFIERADE och tränare/styrelsen utbildade.
10. Sommarträningen och vinterträningen genomfördes med olika tränare under hela de lediga perioderna. 400 sek togs per tränande.
11. Kul jul och sommar avslutning med grillning, brännboll och bad i Holjebadet och fest i lokalerna. Riktigt kul och +80 pers på badet!
12. Stora problem med återväxt på tränarsidan och Thaiboxningen speciellt.
13. Ny ansvarig för MMA träningen är Dennis Connysson och 3 nya pass per vecka.
14. Funderingar på ökad yta i lokalerna ihop med RF, Judo, mfl inför 2017....
15. Påbörjar renovering av el, värme uppe och nya duschar på herrsidan.
16. Fantastisk ökning på fysgruppen innebär kanske ökning på lokalytan .....

### Framtiden:

Viktiga milstolpar som styrelse och medlemmar bör beakta även i fortsättningen:

- Samarbetsfrågan / Bidrag för föreningens ekonomi är av stor vikt och måste förbättras.
- Interna klubbävlingar uppskattat och skall utökas för att ge nyb/intermed erfarenhet av tävling - samarbetet med andra klubbar för klubbävlingar bör vara enkelt att genomföra. ej genomförts 2016.....
- Tjälförsvars kurser är en mkt bra port in till kampsport för tjejer! Ökas.
- Bättre exponering bör ske vid terminsstart genom skolsamarbetet.
- Barngrupp i MMA/ Striking skall fortsätta med friska krafter VT/HT 2016-17.
- Specialinriktade träningar till andra klubbar (fys) kan utvecklas och satsas på.
- Nya stilar pass är välkomna - OCR funkar bra med små grupper.

- Power Yoga avslutas inför 2017 pga lite folk.... men kan göras vid intresse igen.
- Infobrev fr styrelsen skall skickas ut varje kvartal via ordförande.
- Hemsidan bör kunna utvecklas map tävlingar, lägerverksamhet, foton etc.
- Facebook är verktyget att nå folk så samtliga tränar skall lägga relevant info här.
- MMA träningen skall fortsätta med 3 pass extra i veckan för de som passar.
- Öppna för bättre intergration av nyanlända flyktingar.
- Familjerabatt för klubbavgiften hålls till 2500 sek/ familj för 2015-16.
- 3 extra medlemmar in till klubben ger gratis medlemskap.
- Tränar utbildning... Thaibox, MMA, Fys för barn och skador.

Januari 5 -2017.

Pär Emanuel/Manne - Ordförande