



Verksamhetsplan för Nacka Teamåkningsklubb

Säsongen 2023-2024

2023-08-03

Klubbens syfte

Nacka Teamåkningsklubbs syfte är att erbjuda skridskoskola för både nybörjare och fortsättningsåkare, samt synkro och isdans (solo eller par). Vi sätter barnen i centrum - huvudsaken är att barnen har roligt och får uppleva glädjen i att kunna åka skridskor, utifrån sina egna förutsättningar och vilja.

Målsättning

Vi planerar att ha träning som är hållbar för åkare och tränare med synkrolag på flera nivåer för att ge åkare möjlighet att utvecklas, samt utvecklingsmöjligheter för solo- och isdansare. Detta genom att satsa på:

- **Skridskoskola**

Klubben erbjuder skridskoskola (grön och orange grupp) möjlighet att träna 1-2 ggr/vecka på torsdagar och söndagar v 39-12. Vi har även en vuxengrupp på söndagar.

- **Fortsättningsgrupper**

Klubben erbjuder fortsättningsgrupper (blå, gul och röd grupp) möjlighet att träna 1-2 ggr/vecka på torsdagar och söndagar v 39-12. Vi har även fortsättningsgrupper för vuxna på söndagar.

- **Teknikgrupper**

Klubben erbjuder teknikgrupper möjlighet att träna 1-2 ggr/vecka beroende på nivå och målsättning.

- **Synkro**

Klubben vill under nästa säsong ha 6 synkrolag: Comets, Cosmos, Crystal, Caprice, Comeback och Moonlights. Målsättningen är att alla tävlande lag har rätt nivå för sin klass för att tävla. Vi samarbetar mellan lagen med dubbelåkare så att det fungerar för åkare och lag. Under kommande säsong 2023-2024 räknar vi med att det inte ska behövas några dubbelåkare.

- **Isdans (solo och par) samt singel**

Klubben vill under säsongen ge möjlighet till åkare att utvecklas inom isdans, solodans och singel för att de ska förbättras tekniskt samt ge inspirerande utmaningar för alla åkare både om man är med i ett lag eller inte. De åkare som är på nivå för att tävla i isdans (solo eller par) ska ges möjlighet till detta. Fungerar det med klubbens övriga åtagande kan det även ges viss möjlighet att tävla i singel.



- **Tränare**

Minst två tränare per lag. Tränare får hjälp av minst två lagledare per lag, som stöttar tränare med lagadministration, kontakt med föräldrar, samt planering och genomförande av tävlingar och andra aktiviteter. Varje tränare ska inte ha tränaransvar i mer än två lag, och inte ha huvudansvar för mer än ett lag, men de samarbetar över laggränserna och vikarierar för varandra när så behövs.

Plan för att uppnå målsättningen

Is- och träningstider

För att möjliggöra vår målsättning har klubben is 7 dagar/vecka (31,5 tim) under huvudsäsong (vecka 42-12). Måndag, tisdag, onsdag, torsdag (två hallar), fredag, lördag, söndag (två hallar).

Tester

Inga tester är inplanerade då SKF håller på att se över testsystemet.

Läger

Vi planerar ett sommarläger i augusti, ett helgläger på hemmaplan för de yngre lagen samt is- och solodans och ett helgläger i Nyköping för ungdoms- och juniorlaget under hösten.

Vi anordnar en synkrohelg i samband med sommarlägret v 32 där vi bjuder in lag från Värmdö.

Synkrolag:

- **Team Comets** (Stjärnklass, ej tävlande) är uppstarts laget för yngre åkare med tävlingstest eller på väg att ta tävlingstest. De tränar synkro och teknik tre istimmarvecka och deltar på klubbens uppvisningar och uppvisning i Stockholmsområdet.
- **Team Cosmos** (Juvenile) består av åkare som tränar synkro och teknik tre ispass/vecka (ca 3 istim/vecka). Laget planerar att vara med på 2-3 tävlingar under säsongen samt uppvisningar. Max en av tävlingarna på klubb tävlingsnivå utanför Stockholmsdistriktet.
- **Team Crystal** (Basic Novice) består av åkare som tränar synkro och teknik fyra ispass/vecka (ca 3,5-4 istim/vecka). Laget planerar att vara med på 3-4 tävlingar under säsongen samt uppvisningar. Max två av tävlingarna utanför Stockholmsdistriktet.
- **Team Caprice** (Advanced Novice) består av åkare som tränar synkro och teknik fyra ispass/vecka (ca 5 istim/vecka). Utöver ispassen har laget gemensam fys och en del dans. Laget planerar att vara med på 4-5 tävlingar under säsongen samt uppvisningar. Max tre av tävlingarna utanför Stockholmsdistriktet varav eventuellt en utomlands.
- **Team Moonlights** (Junior) består av åkare som tränar synkro och teknik 5 ispass/vecka (ca 6 istim/vecka). Utöver ispassen har laget gemensam fys och en del dans. Laget planerar att vara med 4-5 tävlingar under säsongen samt uppvisningar. Max fyra av tävlingarna utanför Stockholmsdistriktet, varav 1-2 av tävlingarna är utomlands.



- **Comeback** (Vuxenlag) består av åkare i åldrarna 17 år och uppåt som tränar synkro ett pass/vecka. Laget planerar att ha program för uppvisning och eventuellt tävla. Max en av tävlingarna på klubb tävlingsnivå utanför Stockholmsdistriktet.

Solo- och isdans – åkare som tränar solodans eller isdans har 1-4 pass/vecka. Åkarna som vill tävla ska ha program och kunna de danser som krävs för tävlingen. Beroende på åkarnas nivå bestäms hur många tävlingar åkare får delta på som klubben betalar för medföljande tränare, utgår från de nivåer som gäller för lagen.

Singelåkare – är åkare som tränar singel 1-2 pass/vecka. Inga tävlingar utanför Stockholmsdistriktet är planerade då det finns många tävlingar inom distriktet.

Tävlingar

Vi har ansökt och fått tillstånd att anordna en Interclub-tävling för synkro, isdans och solodans i februari 2024 som hålls i Älta ishall.

Åkare har möjlighet att även träna och tävla i singel under förutsättning att det passar in i synkroverksamheten.

Vid tävling utanför Stockholmsdistriktet gäller följande:

Under säsongen 2023-2024 står klubben för lagens anmälningsavgifter för tävlingar samt tränarnas löner under tävling i enlighet med ovan antal tävlingar. Max två tränare/lag.

För isdans och solodans gäller att klubben betalar anmälningsavgift för max en tävling utanför distriktet per åkare eller par och där klubben står för tränarnas löner, max en tränare per solo- och isdansgrupp på upp till sju åkare.

Vill lag eller åkare åka på fler tävlingar än det som är planerat enligt texten ovan, får lag eller åkare betala anmälningsavgiften, tränares lön under tävling samt rese, mat och boendekostnader.

Uppvisning

Även denna säsong planerar vi att ha en jul- och en våravslutning med uppvisning för föräldrarna.

Även vid uppvisningar begränsar storleken på kommunens ishallar oss från att visa upp hela klubben vid en samlad uppvisning.

Administration / Ekonomi

För att bättre kunna hantera en klubb av vår storlek och för framtiden, kommer vi i år att ansluta oss till SportAdmin, ett online-verktyg för medlemsregister inkl en app för våra tränare att enkelt registrera närvaro etc. Det finns även stöd för åkare och föräldrar att själva kunna administrera vissa uppgifter. I SportAdmin finns även en modul för fakturering / betalning vilket förhoppningsvis kommer att underlätta både för föräldrar att veta vad och när betalning ska ske samt underlätta för kassören. SportAdmin används av flera konståkningsklubbar och även föreningar inom andra verksamheter.



För att kunna bibehålla en god ekonomi så föreslås att höja medlems- och träningsavgifter något. Det kommer även fortsättningsvis vara nödvändigt för lagen att aktivt samla in pengar på olika sätt utöver teamkassan för att kunna resa och delta på de tävlingar som beslutas om. Detta gäller som vanligt även för isdans/solo-åkarna.

Utbildning av tränare och funktionärer

Vi ska fortsätta att utbilda våra tränare under säsongen där synkro- och ledarskapsutbildningar står högst på agendan. Planerat finns samarbete med sjukgymnast för att utbilda tränare, föräldrar och åkare samt ha en kontakt att hänvisa till vid skada.

Vi samarbetar med SISU för att få stöd både ekonomiskt och kunskapsmässigt.

Vi ska fortsätta erbjuda föräldrar funktionärsutbildning vilket är nödvändigt för att klubben ska ha tillräckligt med utbildade funktionärer för att kunna arrangera tävlingar. Även föreläsningar och utbildningar inom idrottsverksamhet vill vi fortsätta erbjuda till föräldrar.

Värdegrund

Vi ska fortsätta att arbeta aktivt med vår värdegrund och vårt arbetssätt för alla parter i klubben; åkare, tränare, lagledare, föräldrar och styrelse.

Vi planerar att ha föräldramöten där vi tar upp vad klubben står för och vikten av att följa bl.a. Barnkonventionen.

Arbetet fortsätter inom lagen med hjälp av tränarna som använder diskussionskort och jobbar med barnens spelregler.

Styrelsen i Nacka TK