



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

1/7 2018 - 30/6 2019

Styrelsen för Järfälla Alpina Klubb får härmed avge följande verksamhetsberättelse säsongen 2018/2019

Styrelsens sammansättning:

Åke Wernelind	Ordf.
Anders Olsson	Vice ordf
Marie-Louise Lindström	Kassör
Jonas Ameen	Sekreterare
Anders Byttner	Ledamot
Anette Domanders	Ledamot
Jan Evensson	Ledamot
Daniel Andersson	Suppleant
Joakim Jöhnke	Suppleant

VERKSAMHETSBERÄTTELSE	1
1. Sammanfattning verksamheten	2
1. Masters (Veteran).....	4
2. Juniorer U 17 - FIS.....	4
3. U16.....	5
4. U14.....	6
5. U12.....	7
6. U10.....	9
7. U8.....	10
8. Special Olympics	10
9. Freeride	11
10. Arrangerade tävlingar	12
11. Backen	12
12. Serveringen	12



1. Sammanfattning verksamheten

Även säsongen 2019/2019 har varit en bra säsong för klubben. Vi har växt i antalet medlemmar och åkare. Vi har tävlat och tränat bra och har haft en förhållandevis lång säsong för träning i vår hemmabacke, Bruket. Vi har haft en bra säsong och de flesta av våra åkare har lyckats tävla och tränat enligt plan, med många flera och fina resultat. Emelie Henning har etablerat sig i svenska damlandslaget och har visat upp bra resultat.

Klubben har fortsatt jobbet med att informera och förankra ”röda tråden” i vår träning, tävling och verksamhet och att vi har full verksamhet inom alla områden, att ge kvalitativ träning till samtliga grupper, att genomföra de tävlingar som ålagts oss på ett effektivt sätt. Vi har även fokus på att alltid ha roligt.

Under 2019 fyller klubben 50 år. Det har vi firat med KM i slalom i februari i Bruket, som drog rekordmånga åskådare och blev en riktigt fin kväll. Många gamla JAK’are kom ned och tittade. I september 2019 kommer vi fira med en 50 årsfest.

Klubben består idag av följande antal medlemmar

Antal totalt 2018/2019	689 st	(varav 54% är män och 46% kvinnor)
Enskilda medlemmar	9 st	
Familjemedlemskap	110 st	
Stödmedlemmar	3 st	
Hedersmedlemmar	5 st	

Säsongen startade med träningsupptakt för alla ungdomsgrupper i augusti i Bruket i samband med årsmötet. Grupper tränade barmarksträning utomhus fram till vecka 44 då de flesta fortsatte med sin träning i inomhushallar i Järfälla. Det anordnades en gemensam resa till Kaprun i klubbens regi där U12-U 16 deltog. Tyvärr hade vi inte riktigt vädret med oss i Österrike och fick flera dagar inställda. Från och med mitten av november förlades helträning till Härjedalen. Först i Funäsdalen/Hamra, då snö saknades i Björnrike. Fr o m december fanns snö även i Björnrike. I princip alla ungdomsgrupper var i Björnrike någon gång före jul för träning.

Vi genomförde att bra Klubbläget i Björnrike i december. Även denna säsong lyckades vi få med fler medlemmar än något tidigare år. I samband med klubbträningen fanns det möjlighet att lyssna på träningsfilosofi och ”röda tråden” för vår verksamhet. Veckan efter Klubbläget genomfördes fartträning i Björnrike, med många åkare. Riktigt roligt att så många vill åka fart. Många av åkarna utvecklades enormt i farddisciplinerna under den veckan.

Klubben fortsätter att ha stora grupper från U8-U16. U14 och U16 grupperna har under säsongen varit större än de någonsin varit i klubbens historia. Det bådär gott för framtiden. I grupperna finns många engagerade föräldrar som antar roller som tränare, lagledare, mm. Tack alla för ert stora engagemang och intresse.

I år kommer 4 stycken åkare att till hösten börja på skidgymnasier i Sundsvall, Sveg och Torsby. Lycka till med fortsatt skidåkande!

Även under detta år har vi kört supporterpass. Vi lade mer ansvar på respektive grupp och resp grupps supporterpassansvarig planerade och administrerade. I stort sett har allt fungerat bra. Det finns alltid saker att förbättra och till kommande säsong skall vi justera vissa saker. Vi kommer dock fortsätta med att ge större ansvar till grupperna.

Många av våra åkare i både yngre och äldre årsgrupper har även detta år tävlat flitigt och med stor framgång, mer om verksamhet och resultat kan ni läsa om under respektive grupp.



Vi har haft fler tävlanden i år än vad vi tidigare har haft, vilket till del speglas av att vi är flera, men också att vi tävlar mer och oftare.

Det blev kallt en bit in i januari och efter en veckas snösprutning fick vi upp backen, både tävlingsbacken och allmänhetens backe. Det var ett par veckor senare än andra backar i Sth området, men när vi väl fick upp backen så var det bra under hela säsongen. Vi lyckades träna hemma ända tills sluttävlingar i form av LVC finaler och USM hade genomförts och det får väl anses som godkänt. Liftkortsintäkter och intäkter för brukartimmar (för att vi sköter liften) blev i år helt OK, men inte något av de högsta, men det har med säsongens längd att göra.

Vi genomförde 4 tävlingar under säsongen i Bruket, 2 st Reg4 Tour, en U12 samt en U14 tävling.

Vi har ett bra samarbete men Järfälla Kommun vilket är mycket viktigt för att vi ska kunna bedriva bra verksamhet.

Klubben har även i år varit engagerade i Alla på Snö i Bruket, där vi har fått goda vitsord från såväl Järfälla Kommun som Skidförbundet för vår insats. Till kommande säsong vill man utöka detta arrangemang för att det är så populärt bland skolorna i kommunen.

Vi genomförde ett jubileums KM i slalom Bruket i februari, men rekordmånga åskådare och en hel massa gamla JAK'are på plats. Bra inramning med fackeltåg.

Vi avslutade säsongen med KM i storslalom i Sälen (Tandådalen). Förhållandevis bra uppslutning och ett magiskt väder.

I början av maj skedde gruppbyte i Bruket samtidigt som det var städ- och bytesdag

Styrelsen har jobbat aktivt i de arbetsgrupper de har ansvarat för – sponsorgrupp, cafégrupp, backgrupp och evenemangsgrupp. Styrelsen har haft 7 st protokollförda möten.

Styrelsens har under året fokuserat på ekonomi, ge bra träning till alla och i stort försöka se till att verksamheten fungerar och utvecklas. Årets ekonomiska utfall blev negativt, ca 100 000 kr. Orsaken är att vi investerat mer i material och att vissa intäkter varit något lägre än tidigare år. Det överskottet som genererades föregående säsong har tagits under detta verksamhetsår. Klubbens ekonomi är dock fortsatt stabil och vi har god kontroll på klubbens kostnader och intäkter.

Kort summering av säsongen är: En bra säsong med många bra resultat, fler medlemmar, fler tävlingar och en klubb som aldrig varit större än den är idag.

Nu ser vi fram emot kommande säsong, 2019/2020 med nya mål, nya framgångar och ännu en rolig och utmanande skidsäsong.

Åke Wernelind
Ordförande Järfälla Alpina Klubb



1. Masters (Veteran)

Efter individuella uppbyggnadsträningar drog vi igång i Bruket den 23e januari. Vi körde fortsatt på onsdagskvällar med bra uppslutning. Kul med några nya namn även i år. Som vanligt fick vi även i år in några extra helgpäss på lördagsmorgnar. Vår fb sida fungerar bra som kommunikationsplattform. Verkar som att flertalet av våra aktiva mastersåkare kollar regelbundet.

Tyvärr var det även i år ont om träningsplats för Mastersgruppen under klubbbläret i Björnrike. Vi flyttade till Fjätervålen.

Vi hade ökat tävlingsdeltagande från Mastersgruppen i år med massor av fina resultat både i Stockholmsserien ”Stockholm Alpine Masters Cup 2019” och på SM.

5 pallplatser i den sammanlagda ”cupen” och 14 medaljer på SM varav 5 guld.

Alla föräldrar och tränare, ni är varmt välkomna att vara med oss och köra. Ni behöver inte ha fartdräkt och ni är med de gånger ni vill och har möjlighet.

Peter Oldeen

2. Juniorer U 17 - FIS

Under säsongen har 12 åkare varit med och tävlat, 13 åkare har FIS licens, se nedan.

Klass: D 17- Antal deltagare: 8				
FIS-kod	Namn	Födelseår	Organisation	Skidgymnasium
506965	HENNING Emelie	1999	Järfälla AK	RIG Malung
507119	HERNQUIST Tove	2002	Järfälla AK	NIU Uppsala
507003	JANSSON Emma	2000	Järfälla AK	NIU Fjällgymnasiet
506924	RIBRANT Mikaela	1999	Järfälla AK	NIU Östersund
507159	SELLSTEDT Louise	2002	Järfälla AK	NIU Torsby
507158	SELLSTEDT Olivia	2002	Järfälla AK	RIG Malung
507135	STENVI Tilda	2002	Järfälla AK	NIU Sudsvall
507157	WALLIN Lisa	2002	Järfälla AK	

Klass: H 17- Antal deltagare: 5				
FIS-kod	Namn	Födelseår	Organisation	Skidgymnasium
502331	ANDERSSON Jonathan	1999	Järfälla AK	
502374	BORGENSTAM Ludvig	2000	Järfälla AK	NIU Sundsvall
501913	JOHNSSON Oskar	1993	Järfälla AK	
502508	LINDSTRÖM Karl	2002	Järfälla AK	NIU Uppsala
502462	SÖDERBERG Oscar	2001	Järfälla AK	NIU Sundsvall



Då flertalet av våra Juniorer studerar, eller just har avslutat sina studier, vid olika skidgymnasium i Sverige har gruppen inte haft några gemensamma läger eller träningar under året. Tio av åkarna har gått på skidgymnasium under året och till kommande säsong kommer sex av dessa åkare att fortsätta på respektive skidgymnasium. Kommande säsong 2019-2020, kommer Järfälla att ha ett flertal åkare från U16 vidare upp till U17. Ungdomar födda 2003 som kommer till U17 gruppen kommande säsong, varav fyra stycken kommer att börja skidgymnasium, är:

KAMPH Olivia
SKEPPMARK Elvina
WINGSTEDT Lovisa
ANDERSSON Felix
EKMAN Hugo
RAVEGÅRD John
WERNELIND Max

Emilie Henning har under säsongen tränat i Svenska Landslaget, träningsgrupp 3. Hon har fått fortsatt förtroende även kommande säsong. Emilie har fortsatt radat upp pallplatser i FIS, totalt tio stycken i både SL och GS, under säsongen varav fyra stycken vinster. Hon har även tagit ett brons i GS vid ÄJSM, samt en 6:e plats i GS vid SM. Utöver det har Emelie också fått starta i totalt elva stycken Europa Cuptävlingar under året. Jonathan har en 2:a plats i DH från deltagande vid YJSM. Oliva S har en 6:e plats vid FIS SL i Ramundberget. Ludvig har två topp tio placeringar vid FIS ENL tävlingar i Bjursås

Carl-Johan Borgenstam

3. U16

Säsongen började redan i maj då vi drog igång med barmarksträning i Bruket samt crossfit-träning på Crossfit 162 West. Vi körde även tester med Stockholm AK på Bosön. Två åkare åkte med på ambitionslägret på Juvasshytta i juni och sedan påbörjades den individuella sommarträningen för gruppens 22 åkare.

Efter sommaren så startade vi upp igen i augusti bl a med ett mycket lyckat barmarksläger i Sigtuna, där vi blev väl omhändertagna av Sigtunahöjden. Barmarksträningen under hösten bestod sedan av både träning i egen regi, crossfit och lyftråning med stöd av Crossfit 162 West. De flesta åkare kompletterade även med egna pass på gymmet eller med andra idrotter.

Gruppen gick på snö v43 i Hintertux dit vi hade med 12 åkare och två tränare. Det blev ett mycket lyckat friåkningsläger där stort fokus kunde läggas på grunderna. Vi förflyttade oss sedan till Kitzsteinhorn/Kaprun för fortsatt träning v44 dit även fler åkare anslöt. Tyvärr drabbade århundradets storm Österrike denna vecka så vi blev av med 3-4 skiddagar (beroende på reseschema) denna vecka och fick köra barmarksträning i stället.

Väl hemma i Sverige så fortsatte det vara svårt att hitta snö och speciellt bra storslalomträning. Vi planerade om de första lägren till Tännaldalen/Funäsdalen och lyckades ta oss in för några pass på Funäsberget, men det blev tyvärr lite många SL-pass i Head-stråkets nedre del.

V48 åkte fyra 03:or på skolningsläger medan 04:orna hade läger i Björnrike. V49 var det gymnasiehelg för de som sökt skidgymnasium medan övriga åkare var kvar på hemmaplan. Vi fick ett lyckat klubbträning v50 samt även ett bra fartläger v51 där Markus Tollsten anslöt som tränare. Många åkare tränade sedan under jullovet, flertalet i Björnrike.

Sammantaget blev det en lite stökig försäsong där framför allt storslalompassen blev för få. Men gruppen löste det ändå så att det blev så bra som möjligt. Tävlingspremiären blev som vanligt på Vemdalslalom där JAK hade



16 åkare till start. Det blev tuffa tävlingar på tidvis svårt underlag (killarnas GS-tävling fick t.ex. avbrytas efter ett åk). Bäst lyckades John med en 6:e plats i SL.

Efter Vemdalslalom förflyttade vi oss direkt till Funäsdalen/Tännaldalen för ytterligare fart-träning och tävling. Vi fick två bra dagar själva i Hamra innan vi anslöt till Stockholm AK:s läger i Funäsdalen. Vi fick ytterligare två dagar med träning innan det var dags för USM-kvaltävlingar. Återigen var inte vädret riktigt med oss så det gick bara att genomföra en störtloppstävling (med ett genomåk innan) samt en Super-G tävling. Den planerade progressionen under veckan blev inte riktigt som vi hoppats, men vi fick ändå fina resultat från flera åkare.

Säsongen fortsatte sedan med träning på hemmaplan, USM-kval samt fler läger. Bl a så tog vi återigen hjälp av Markus Tollsten från Järpens Skidgymnasium som ledde ett lyckat läger i Klövsjö/Björnrike tillsammans med Kajsa och Simon. Vi genomförde även två Reg 4 Tour tävlingar i Bruket.

USM-finalen gick i år i Funäsdalen och vi ställde 15 åkare på startlinjen (något färre i fardisciplinerna). Vi körde två dagar träning i Funäsdalen helgen innan finalen vilket blev lyckat då åkarna kunde bekanta sig med backen igen. Det blev tyvärr inga individuella SM-medaljer denna gång men vi hade tolv topp-20 placeringar av åtta olika åkare. Av dessa hade vi fem åkare på topp-10 (faktiskt någon i varje disciplin). Hugo tog lagbrons med Reg4 i DH och John blev uttagen att representera Sverige vid Ingmar Trofén. På topp-30 så hade vi ännu fler åkare representerade och vi hade även några olyckliga urkörningar från topp-10 positioner. Så även om inte alla åkare nådde sina mål så har gruppen som helhet gjort ett mycket bra USM.

Efter USM kunde vi fortsätta några pass i Bruket innan vi avslutade säsongen med tävlingar ute i landet. Framför allt Ski-Funtastic blev en rolig helg som kombinerades med KM i storslalom. Om säsongen inleddes med svajigt väder och tuffa underlag så fick vi här uppleva strålande sol och suveräna underlag.

Tränare under säsongen har varit Ulf Wingstedt, Kajsa Hiller-Wijk, Simon Ramnö, Jonathan Andersson samt Anders Byttner. Lagledare var Lena Andersson och Jonas Humble.

Anders Byttner, huvudtränare U16

4. U14

Åkare 12st -06or, 11st -05or

Tränare: Johan, Gustav, Andreas, Magnus, Martin, Mathias

Lagledare: Johan Söderqvist, Bruno Casetta

Barmark: maj-juni träning i bruket 2st tillfällen i veckan. Uppehåll med gemensam träning juli-aug men egen träningsplan. Från slutet aug -okt erbjöds 4 pass/vecka cross-fit, jumpyard (mycket uppskattat o lätt sätt att lura kroppen till ansträngning). Bruket träning och Mtb. Vi hade också en "surviva lcamp" med marsch från Bruket till Ängsjö. Strapatsrikt dygn, första gången i sovsäck för några.

Läger under försäsong:

Ingen snö före vecka 44. V44 olika grupperingar i jakt på snö. Dålig pay-off i alpna. Lite bättre i Idre. Mildväder tillät inte kanonerna att starta i Björnrike. Ett tappert gäng siktade på Hamra helgen v45 för att reka. Nedre head stråket 8 trasseer. Ca 20 käpp SL i relativt flack backe. Bra SL start. Många käpppassager/dag. Även v46 o v47 styrdes det till Hamra. Alldeles för hög dos SL mot plan med det har givit god utdelning över säsongen. V48 tillbaka på hemmaplan Björnrike dock inte öppet till "tolvan". Bra GS träning men fortsatt brist på friåkning. Några tränade även v49 i björnrike. V50 klubbvägar. Total uppslutning. Hela gänget tränare o åkare. Bra väder o underlag. Fartvecka må-to v51. Skiftgång i tränarstaben. Överlag allt bra. Har varit bra stämning i gruppen med en inställning att alla vill.

Träning bedrevs under jul/nyår i Björnrike. Knappt 10 åkare deltog från jak-u14.



Vemdalslalom drygt 10 deltagande, vilket är högt deltagande. Inga topplaceringar men OK resultat.

Ingen snö i Bruket när vi kom tillbaka från jul/nyår. V3 fart i Funäs. 8 åkare, Johan o inlånad Jonathan Andersson körde Pre-fart med Pinnen må-on. Mycket bra. Ytterligare 6 tillkom på onsdag kväll för fartläger o tävling. Gänget gör sig bra i större grupp både på snö och "after-ski".

Efter fart veckan öppnade vi Bruket för hemma träning. Vi tränade tre kvällar i veckan må, ti, to. Även "spontanpass" erbjöds när det var tävlingsfria helgdagar.

Helg tävlingar på hemmaplan o första helgen v.4 hemma. DM i SL.
Å vet ni; vi vann lag Guld DM SL både Dam o Herr!!

V7 träningsläger i Trysil. Tävlingsförbud pga VM i Åre. Varför Trysil. Norge dyrt o många danskar o lägre standard på boende än vad vi är vana. Ja rätt men Trysil har Högegga och vi tränade med Edda. Edda som nu tränar herrlaget. Alla som var med förstår varför vi valde just Trysil. Alla kom hem med ett leende.

Sportlov på blandade destinationer. Träning erbjöds i Sälen och Björnrike.

LVC final stöten v13. Bruno tog ratten o styrde bussen med 7 åkare redan på söndagen helgen före. Träning. Var ordnad gemensamt med Team Bak. Under onsdagen rullade övriga upp o vi var totalt 18 åkare till start.

Några kände sig nöjda efter finalen och började plocka fram grillar o vaxa båtar... andra fortsatte ett par helger till. Ski Funtastic bjöd på funtasticst väder. Mid sweden race Sundsvall var ännu varmare shorts o t-shirt i backen.

Ett par veckors vila innan barmarkssäsongen åter drar igång nu i ny gruppindelning. 05or som U16 o 06or som äldsta U14.

Tyvärr har vi "förlorat" en åkare till Team Island. Hekla som med familj har flyttat hem till Island. Alltid välkommen att tjuvträna med oss JAKare när ni är på Sverigebesök.

Rekryteringen av tränare för nya U14 gruppen har gått bra o det tränargänget för 07/06or är större än någonsin;-) kul. Vi som kört detta race i år fortsätter till U16.

Johan Stenvi och övriga tränare o lagledare 2018/2019 JAK-U14

5. U12

Tränare: Johan Hermansson (HT), Julie Améen, Johan Lindberg, Gustav Karlman, Niklas Andersson och Mathias Randwiir. Lagledare: Linda Ström och Lee Sandell Totalt antal åkare = 32 st varav 16 st 07:or och 16 st 08:or.

Vi körde igång barmarksträningen direkt efter gruppbytdagen (VT 2018). Som vanligt är det lite blandad uppslutning under våren då många har andra sporter som prioriteras vilket vi i grunden bara tycker är bra. För att försöka variera passen så att så många som möjligt fick både traditionell barmarksträning och MTB så roterade vi tisdagar och torsdagar från vecka till vecka. Alltså vanlig barmark på tisdagar och MTB på torsdagar ena veckan och tvärtom veckan efter, o.s.v. Vi fick även till "testdagen" där vi körde de numer traditionella grenarna "varvet runt bruket", "stillastående längdhopp" och "stillastående mångsteg" och liksom tidigare år fick åkarna med sig en träningsdagbok över sommaren med syftet att börja göra dem mer medvetna om sin egen träning. Under hösten körde vi tre pass i veckan med traditionell barmark på tisdagar och torsdagar + MTB på lördagar.



Även i år blev Bosön platsen för vårt Barmarksläger där vi denna gång också försökte oss på ett teoripass på kvällen. Oklart om det var för den sena timmen eller föreläsningen som gjorde att fokus ganska snabbt flyttades från White-boarden till godisutdelningen ...

Vecka 44 bar det av mot Kaprun men ett gäng taggade U12:or. Tyvärr ställde vädret till det ordentligt och det blev bara tre dagar på skidor istället för planerade 6-7 dagar. Istället försökte vi hålla modet upp med barmark, fotboll, bouldering, utflykter, leta öppna liftar, etc. och på det stora hela var våra åkare mycket bättre på att hålla humöret uppe än vi vuxna. Den skidåkningen vi trots allt fick till blev främst förlagd i bana då det i övrigt var ganska fullt på glaciären.

Efter höstlovets gick vi in (Berghemsskolan) för att köra cirkelträning, hinderbanor, stafetter, etc. Men iom att vi i grunden sysslar med utomhussport så öppnade vi tisdagsträningarna med en halvtimmes löpning som mot slutet också inkluderade föräldrar på våra varv runt kvarteret.

Liksom året innan började säsongen med stor ovisshet kring snöläget vilket i slutändan gjorde att det planerade lägret v.46 flyttades till v.47 (några U12:or hängde ändå med U14/U16 till Hamra v.46). Björnrike hade fortsatt problem med för lite snö v.47 vilket gjorde att fredagsträningen förlades i Hamra och lördagsträningen i Klövsjö. Dock hördes käppträffar från Björnstigen under lördagen och efter lite efterforskningar kunde vi på söndagen hänga på Vemdalens IF då de fått smygöppna Björnrike just denna helg. Således tre skidområden på tre dagar! Vecka 48 blev ett mer normalt läger med alla tre dagar i Björnrike. Dock lite ont om friåkningsytor så det blev framförallt banåkning på schemat (igen ...).

Vecka 50 var det som vanligt dags för klubbägar som också gick över i fartläger i v.51. Fartlägret är mycket uppskattat och vi fick med relativt många av förstaårs U12:orna, framförallt tjejerna!

Då VM ställde till det en del i tävlingskalendern valde U12 att lägga det sista grupplägret redan v.2. Rent träningsmässigt blev v.2 det bästa lägret då det mesta av Björnrike hunnit öppna upp samtidigt som vi hade anläggningen mer eller mindre för oss själva. Vi fick nu också till lite styrd friåkning vilket var bra för samtliga åkare. Metkrokar växer man aldrig ifrån. Timingen med läger v.2 blev också bra då Bruket kunde öppna upp i direkt anslutning och vi fick en bra kontinuitet med dagar på snö. Bruket bjöd på finfina förutsättningar denna säsong. Vissa träningspass blev kanske lite mjuka men de allra flesta bjöd på fint och hårt underlag, ibland nästan för hårt. Lite självkritiskt skulle vi ha delat upp några av träningspassen och även kört styrdfriåkning/bana i allmänhetens backe som var något mjukare. Detta med anledning att man i U12 inte alltid litar fullt ut på kanter och att man sitter fast i isen. Men det är en lärdom för kommande säsonger.

Apropå hårt underlag hade vi i det närmaste balkade förutsättningar när vi körde vår hemmatävling. Som vanligt var det strålande sol och vindstilla så de yttre förutsättningarna var perfekta. Dock spred det sig en oro inför killarnas andra åk då banan närmast liften fullkomligt blänkte i solen ... men med lite extra tid med rakorna och starka funktionärer fick vi upp en yta på vilken nästan alla fick fast skidorna. U12:orna visade upp både stort mod och stor skicklighet när de kastade sig ut över glaciärisen utan några betänkligheter och vi fick de allra flesta åkarna i mål.

Generellt sett var det ett mycket bra tävlingsår för U12 där vi hade många åkare topp 20 under LVC-kvalen (både killar och tjejer). Detta kryddades också med ett flertal topp 10 samt ett gäng pallplatser. Under finalen i Kläppen hade vi sju olika åkare som var topp 10 (flera av dem i båda disciplinerna) och detta i samtliga fyra klasser (H11, H12, D11, D12).

Men det kanske roligaste var att U12, tillsammans med U14, kunde ta hem lagtävlingen i Mälarcupen säsongen 2018-2019! JAK är därmed också på pappret (inte bara i tanken) den bästa klubben i Mälardalsregionen! Återigen var det både killarna och tjejerna som bidrog med fina placeringar i samtliga deltävlingar.

Den stora säsong avslutningen med KM i Storslalom gick i år av stapeln i Tandådalen i anslutning med Ski Funtastic. Återigen med strålande väder och världsmästarunderlag.



Johan Hermansson, huvudtränare U12

6. U10

Tränare: Anna-Ida Bergström, Jonas Håkansson, Lena Lovell Schaumann, Kristoffer Brandt, Rickard Dahl, Jan Evensson, Erik Thor, Joakim Bengtsson och Lisa Wallin (ungdomstränare).

Lagledare: Johan Bergengren och Gabriel Vimberg

En mycket rolig säsong med många aktiva barn både under barmark och snösäsong. Totalt var vi 35 st åkare, 17 st 09:or och 18 st 10:or.

Utbildning: Jonas Håkansson och Erik Thor gick SATU1 utbildningen.

Barmarksträningen startade i slutet av augusti, v34, och bedrevs utomhus i Bruket fram till höstlovet, vecka 44, med två träningstillfällen per vecka. Barmarksträningen fokuserade på ett cykelpass (lördagar) där vi i huvudsak tränade balans, koordination och rörelseplanering genom att cykla i skogen samt mer traditionell träning (tisdagar) med stationsträning och cirkelträning. Grunden i barmarksträningen var rörelsemönster, koordination och balans samt att lära känna varandra i gruppen. Generellt har vi i gruppen haft ett stort fokus på att skapa en gemenskap mellan barn, tränare och föräldrar för att ha en stabil och trygg tillvaro.

Under hösten hade vi även ett mycket uppskattat läger på Bosön där vi verkligen fick en chans att lära känna varandra.

Från och med vecka 45 till och med vecka 50 bedrevs tisdagsträningen inomhus i Berghemsskolan. Basen i träningen var hinderbanor med lekfulla övningar och cirkelträning. Fokus låg även här på rörelsemönster, koordination och balans. Som ett komplement till inomhusträningen fortsatte vi cykla i Bruket på lördagar under novembermånad och under december åkte vi skridskor vid Kallhälls isbana. Då snötillgången i Bruket lät oss vänta fortsatte vi med skridskor på lördagar även under januari.

För U10 erbjöds totalt tre läger i Björnrike med tre skiddagar per läger. Vid alla tre läger deltog så gott som samtliga aktiva åkare. Vi hade även ett mycket bra endagsläger i Hillersboda/Svärdsjöliften. Vid samtliga läger prioriterades styrd friåkning, även om träningen blandades upp med banåkning. Vid det sista lägret i Björnrike kom väldigt stor mängd snö och vi nyttjade tillfället till att träna lössnöåkning vilket var väldigt givande och utvecklande för oss alla.

Skidträningen i Bruket startade i februari och pågick fram till april. Under snösäsongen erbjöds två träningstillfällen per vecka, tisdagar och torsdagar. Då snötillgången var god under säsongen baserades träningsupplägget oftast på en variation mellan ban- och friåkning.

Till följd av milt väder i början av säsongen fick vi lov att ställa in U10s hemmatävling på grund av snöbrist. I övrigt var JAK U10 representerade på samtliga tävlingar som anordnades i Stockholmsområdet under säsongen och alla aktiva i gruppen testade på att tävla vid åtminstone ett tillfälle under säsongen. Flera åkare gjorde fantastiska tävlingsprestationer och både pokaler och pallplatser erövrades.

Sammanfattningsvis har vi haft en bra säsong med väldigt god gemenskap, mycket skratt, träning och glada barn och tränare som utvecklats på ett helt fantastiskt sätt. Pokaler och tävlingsresultat i all ära, den allra största framgången med säsongen var dock att se den skidglädje och kamratskap som växte fram i gruppen.



Anna-Ida Bergström, huvudtränare U10

7. U8

Under säsongen har U8 bestått av 45 aktiva åkare (21 åkare födda 2011, 15 åkare födda 2012, 9 åkare födda 2013), varav 24 åkare gjorde sin första säsong i klubben. Gruppen har haft sju tränare och två lagledare för att täcka upp den stora barngruppen. Tre av tränarna har genomgått SATU1 under säsongen.

Det har lagts särskild kraft på att, utifrån JAK:s inriktning och röda tråd, bygga trygghet för samtliga åkare, deras föräldrar och framförallt nya familjer. I september genomfördes ett dagläger i Bruket. I samband med daglägret fick barnen gruppvis utföra några aktiviteter från Skidförbundets material "Skidor vill". Bland annat tillfrågades barnen om vad som är viktigt för att vara en "bra skidkompis", "bra skidledare" och "bra skidförälder". Barnens svar förmedlades till föräldrarna i samband med föräldramöte samma dag och har även funnits med i dialogen med barnen under hela säsongen. Denna grund underlättade samvaron mellan barn, ledare och föräldrar.

Under barmarkssäsongen erbjöd U8 ett träningstillfälle per vecka, lördagar. Barmarksträningen startade i slutet av augusti, vecka 34, och bedrevs utomhus i Bruket fram till höstlovet, vecka 44. Basen i träningen var cykelträning, samt hinderbanor med lekfulla övningar. Från och med vecka 45 till och med vecka 49 bedrevs barmarksträningen inomhus i Barkarbyskolans gymnastiksal. Basen i inomhusträningen var hinderbanor med lekfulla övningar.

För U8 erbjöds två läger i Björnrike (vecka 50 och vecka 5) med tre skiddagar per läger, samt ett dagläger i Svärdsjöliften (vecka 3). Vid klubbvägret vecka 50 deltog 41 åkare och vid vägret vecka 5 deltog 39 åkare. Vid vägren delades barnen in i fem grupper med åtta åkare och två tränare per grupp. Vid samtliga vägren, lades stor vikt vid styrd friåkning. En begränsad tid av träningen lades på banåkning.

Skidträningen i Bruket startade vecka 4 och avslutades vecka 13. Under snösäsongen erbjöds två träningstillfällen per vecka, onsdagar och lördagar. Då snötillgången var god var träningsupplägget oftast baserat på 3-4 olika stationer med en sväng i sväng-bana i Tävlingsbacken och teknik- och hoppträning i Allmänhetens backe. Dessa moment var mycket uppskattade av barnen och har utvecklat deras åkning och balans.

KM i SL genomfördes i samband med ett dagläger på snö i Bruket lördag vecka 11 och merparten av U8s åkare deltog. KM i GS genomfördes ihop med övriga JAK i Björnrike helgen vecka 15. U8 deltog med 6 åkare.

Anders Söderberg, huvudtränare U8

8. Special Olympics

Special Olympics är en nystartad gren inom JAK.

Under säsongen har vi haft ett bra år för vår åkare som tävlar i den så kallade Special Olympics-klassen, som är en del av parasport och för åkare med intellektuell funktionsnedsättning. Filippa Améen har under säsongen valt att träna med U14 och fick dispens att tävla med samma åldersgrupp under säsongen (hon är egentligen hemmahörande i U16). Vi har fortsatt med integrerad träning med övriga ungdomar och det har gett väldigt bra resultat och utveckling. Under säsongen har Filippa bl a tagit hem både guld i Slalom och Storslalom i de nationella Special Olympics-tävlingarna i Borlänge. Under nästkommande säsong är det uttagning till landslaget till den internationella tävlingen Special Olympics World Winter Games i Åre 2021. Järfälla Alpina har därför en stor chans att få en åkare representerad i mästerskapet med de bästa åkarna från hela världen. Detta tack vare



klubbens vilja att hitta lösningar och varje tränares investeringar i att kunna möta åkare med funktionsnedsättningar.

Under året har styrelsen intensifierat arbetet att söka medlemskap i Svenska Parasportförbundet så att våra åkare kan kvala och representera klubben i de internationella spelen samt för att bredda sporten generellt. Under våren har vi bland annat kallat till möten med Parasportförbundet för att förstå vad som krävs för att starta upp en mer formell Parasportsatsning och hur en samverkan med övriga skidklubbar i Stockholm skulle kunna fungera. Idag är det Huddinge och Järfälla som driver frågan. Det är en viktig del i att ge alla barn, avsett förutsättningar, möjlighet att utöva vår fantastiska idrott.

Vi har möjlighet att styra satsningen efter klubbens förutsättningar och detta jobb är en del av styrelsearbetet under kommande säsong. Parasportförbundet är redo att stötta klubben med utbildning och coachning hur vi kan möta alla barn för bästa utveckling, utifrån de förutsättningar vi har i vår förening. För Parasportförbundet är det viktigt att hitta en möjlig utveckling av parasport. En utbildning som kommer att stärka vår redan motiverade tränarkår och lagledare som idag gör ett fantastiskt jobb att jobba efter vår integrerade modell.

Styrelsen ställer sig positiv bakom satsningen och håller just nu på att undersöka vad vi behöver göra som klubb samt genomföra en formell ansökan för att bli ansluten till Parasportförbundet.

Jonas Améen, Julie Améen – projektledare för Special Olympics inom JAK

9. Freeride

I dagsläget finns ingen Freeride-verksamhet inom Järfälla Alpina. Vi ser gärna att gruppen startas upp igen.



10. Arrangerade tävlingar

U12 har arrangerat LVC kval i slalom Bruket

U14 har arrangerat LVC kval i slalom i Bruket.

Juniorer/Masters/U16 ha arrangerat 2 st Region 4 tour och Stockholm Tour U16 i Bruket.

Vi har dessutom arrangerat Jubileums KM i slalom i Bruket i februari samt KM i storslalom i Tandådalen i april.

Alla tävlingar har kunnat genomföras utom en U10 tävling som skulle genomföras tidigt i januari, då vi ej hade snö i Bruket (den flyttades till Sollentunabacken). Tävlingarna har gett ett hyggligt ekonomiskt tillskott.

Tack alla som varit med och arrangerat.

Vi har också varit ansvariga för att planera och organisera U12s LVC final i Kläppen, med mycket gott resultat. Stort tack till Calle Lundqvist som var ansvarig för att få ihop det.

11. Backen

Efter en mild höst och julhelg i Stockholm kom sedan kylan i januari. Det var sammanhängande kallt i ca 2 veckor och backen kom upp på ca 1 vecka. Båda backarna har gått att nyttja under säsongen. Vi kunde träna under 10 veckor, fram till slutet av mars, vilket gav oss en relativt lång säsong.

Utbildningar för liftskötare resp för snösprutare har genomförts under säsongen.

Vi levererade in ca 480 brukartimmar för liften. Bra jobb från alla som har stått i liften. Vi ska till kommande säsong förbättra utbildningen för liftskötarna. Intäkter för liftkortsförsäljning respektive brukartimmar för liften har under säsongen uppgått till ca 110 000 kr.

12. Serveringen

Serveringen har varit öppen sedan början av februari och fram till sportlovet. Våra serveringsansvariga har åter igen gjort ett mycket bra jobb i serveringen tillsammans med alla som har bemannat har vi fått ett netto på 50% av omsättningen i café och grillen på tävlingar, vilket detta år gjorde drygt 20 000 kr i ren vinst.



Järfälla Alpina Klubb 813200-2307

Förenklad årsbokslut för räkenskapsåret 2018-07-01 - 2019-06-30

Resultaträkning	2018-2019	2017-2018
Intäkter		
Medlems- & träningsavgifter	492 125 kr	442 600 kr
Gåvor och bidrag	253 530 kr	336 558 kr
Verksamhetsintäkter	213 292 kr	278 983 kr
Försäljningsintäkter	64 238 kr	91 804 kr
Övriga intäkter	1 004 kr	1 274 kr
Summa intäkter	1 024 189 kr	1 151 219 kr
Kostnader		
Verksamhetskostnader	465 227 kr	361 278 kr
Försäljningskostnader	30 225 kr	34 149 kr
Övriga externa kostnader/Startavgifter	276 277 kr	267 701 kr
Personalkostnader/ Omkostnad tränare	297 482 kr	287 464 kr
Övriga kostnader	54 843 kr	58 677 kr
Summa kostnader	1 124 055 kr	1 009 270 kr
Verksamhetens överskott	-99 866 kr	141 949 kr
Finansiella intäkter	0 kr	28 kr
Överskott efter finansiella poster	-99 866 kr	141 977 kr
Bokslutsdispositioner	0 kr	0 kr
Årets resultat	-99 866 kr	141 977 kr



Balansräkning	2019-06-30	2018-06-30
Tillgångar		
Kundfordringar	72 990 kr	24 550 kr
Övriga fordringar	14 128 kr	47 949 kr
Kassa och bank *)	773 343 kr	1 036 289 kr
Summa tillgångar	860 462 kr	1 108 788 kr
Eget kapital		
Balanserade överskott	638 511 kr	496 534 kr
Årets överskott	-126 397 kr	141 977 kr
Summa eget kapital	512 114 kr	638 511 kr
Skulder		
Leverantörsskulder	9 450 kr	144 296 kr
Skatteskulder	0 kr	0 kr
Övriga skulder *)	338 897 kr	325 982 kr
Summa skulder	348 347 kr	470 278 kr
Summa eget kapital och skulder	860 462 kr	1 108 788 kr

*) varav redovisningsmedel 89 735 kr 70 834 kr

Järfälla 2019-08-24

Åke Wernelind
Ordförande

Marie-Louise Lindström
Kassör

Anders Olsson
vice ordf.

Jonas Améen sekreterare

Anders Byttnér

Jan Evensson

Anette Domanders

Vår revisionsberättelse har avgetts 2019-08-24

Revisor Karin Tollsten