



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

1/7 2017 - 30/6 2018

Styrelsen för Järfälla Alpina Klubb får härmed avge följande verksamhetsberättelse säsongen 2017/2018

Styrelsens sammansättning:

Åke Wernelind	Ordf.
Anders Olsson	Vice ordf
Marie-Louise Lindström	Kassör
Jonas Ameen	Sekreterare
Anders Byttner	Ledamot
Fredrik Ekman	Ledamot
Jan Evensson	Ledamot
Maria Holmqvist	Suppleant
Frida Karlsson	Suppleant

VERKSAMHETSBERÄTTELSE	1
1. Ordförande sammanfattar verksamheten	2
2. Masters (Veteran) verksamhetsberättelse	4
3. Junior verksamhetsberättelse	4
4. U16 verksamhetsberättelse	5
5. U14 verksamhetsberättelse	6
6. U12 verksamhetsberättelse	6
7. U10 verksamhetsberättelse	7
8. U8 verksamhetsberättelse	9
9. Freerides verksamhetsberättelse	9
10. Arrangerade tävlingar	10
11. Backen	11
12. Serveringen	11



1. Ordförande sammanfattar verksamheten

Säsongen 2017/2018 har varit en bra säsong för klubben. Vi har tävlat och tränat bra och har haft en förhållandevis lång säsong för träning i vår hemmabacke, Bruket. JAK fick med sig guld i SM genom Emelie Henning som vann parallellslalomfinalen. Även i Äldre JSM har vi fått medaljer, också där genom Emelie Henning, som också fr o m i år ingår i skidlandslagets träningsgrupp 3. I USM tog JAK 3 medaljer. Även våra åkare i U14 och U12 visade klass i finalerna och 4 resp 2 medaljer hamnade hos JAK åkare. Våra masteråkare tog 16 medaljer i SM, varav 7 guld. Inte dåligt för en Sth klubb som tränar i en 60 meter hög backe.

Vi har Järfälla Alpina Klubb en bra säsong och de flesta av våra åkare har lyckats tävla och tränat enligt plan, med många bra och fina 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.

Klubben består idag av följande antal medlemmar

Antal totalt 2017/2018: 655 st, varav 55% män och 45% kvinnor.

292 av dessa medlemmar är mellan 0 och 20 år.

Vi har fler än 100 familjemedlemskap.

Medelåldern är 30 år.

Vi har några enskilda medlemmar (>10) samt ett fåtal stödmedlemmar (>10).

Vi har 176 aktiva åkare i grupperna U8 till Juniorer.

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 i bra träning. Från och med mitten av november förlades helträning till Björnrike som redan hade snö i backarna och därmed var försäsongen igång. I princip alla ungdomsgrupper var i Björnrike någon gång före jul för träning.

Även denna säsong hade vi vårt Klubblägre i Björnrike, och det genomfördes 15-17/12. Fler deltagare under denna säsong än vad vi någonsin sett. I samband med klubblägret fanns det möjlighet att lyssna på träningsfilosofi och "röda tråden" för vår verksamhet. Även denna säsong genomfördes fartträning i Björnrike veckan efter Klubblägret. Denna säsong med fler åkare än vad vi sett tidigare. Riktigt roligt att så många vill åka fart. Många av åkarna utvecklades enormt i fardisciplinerna 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. Vi ser också att JAK har bra träning och god sammanhållning i alla grupper, och även över gruppgränserna. I våra grupper finns många engagerade föräldrar som antar roller som tränare, lagledare, mm. Det är också mycket viktigt för föreningen. Tack alla för ert stora engagemang och intresse.

Det är i år rekordmånga av våra U16 åkare som kommer börja på olika skidgymnasier i höst. 7 stycken åkare kommer till hösten börja på skidgymnasier i Järpen, Sundsvall, Svenstavik, Torsby, Uppsala och Östersund. Lycka till med fortsatt skidåkande!

Även under detta år har vi kört supporterpass, som i stort fungerat bra. Det finns alltid saker att förbättra och till kommande säsong skall vi justera vissa saker.

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 någon vecka senare än andra backar i Sth området, men vi tror att vi hade en av de bäst preparerade backarna under vintern. Säsongen varade relativt länge och sista träningspasset genomfördes den 12 april. Liftkortsintäkter och intäkter för brukartimmar (för att vi sköter liften) blev i år relativt höga pga en bra och lång säsong.

Vi har ett bra samarbete men Järfälla Kommun vilket är mycket viktig för att vi ska kunna bedriva bra verksamhet. Det är representanter från backgruppen som kommunicerar med kommunens anställda och det innebär att det är en rak och tydlig kommunikation

Klubben har även varit engagerade i Alla på Snö i Bruket, ett mycket uppskattat arrangemang som ger oss mycket publicitet och gott samarbete med Järfälla kommun och skidförbundet.

Även denna säsong lyckades vi avsluta säsongen med KM i storslalom i Björnrike. Gemensam middag för de som ville i Sportköket.

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

Kläd- och sponsorgruppen som har jobbat med vår nya klädkollektion kunde efter en del förseningar leverera nya sponsorjackor och övriga kläder.

Styrelsen har jobbat aktivt i de arbetsgrupper de har ansvarat för – sponsorgrupp, cafégrupp, backgrupp och evenemangsgrupp.

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 är högre än budgeterat pga av att vi har haft högre intäkter pga bra säsong, och att vi ej investerat i material i den utsträckning vi hade planerat. Vi visar ett litet överskott, som skall återinvesteras i verksamheten under kommande säsong. Klubbens ekonomi är stabil och vi har god kontroll på klubbens kostnader och intäkter.

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

Nu ser vi fram emot kommande säsong 2018/19 med nya mål, nya framgångar och ännu en rolig skidsäsong.

Åke Wernelind
Ordförande Järfälla Alpina Klubb



2. Masters (Veteran) verksamhetsberättelse

Vi i Mastersgruppen har ingen gemensam försäsongsträning. Det är upp till varje åkare att vara i fysiskt toppttrim (eller inte) då vi drar igång vår gemensamma träning i Bruket. Vi drog igång med träningen i Bruket den 31 januari och körde vårt sista pass den 14 april så vi fick en lång och fin säsong trots allt.

Vi har varit ett stadigt och bra gäng som körde på våra ordinarie onsdagsträningar. Vi körde dessutom 5-6 extra helgpas samt ett extra kvällspass under sportlovet.

Kommunikationen ut till åkarna fungerar jättebra med fb samt email. Detta innebär att vi snabbt får ut information om extrapass mm med kort varsel. Åkarna vet att de skall kolla fb-sidan för senaste information.

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

Liksom förra vintern så var ett par av tränarna i klubben med och tränade. Jag tror det är väldigt nyttigt med egen träning för att utvecklas som tränare. Hoppas fler hakar på framöver. Det vore kul med flera föräldrar på våra träningar.

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.

Det är helt underbart att se att även åkare i den här gruppen kan göra riktigt stora framsteg under en säsong

Bra med medaljer på SM i år. Det blev 16 medaljer varav 7 guld!

// Peter Oldéen

3. Juniorer U 17 - FIS verksamhetsberättelse

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

Klass: D 17- Antal deltagare: 6				
FIS-kod	Namn	Födelseår	Organisation	Skidgymnasium
506850	ÖHMAN Michelle	1997	Järfälla AK	-
506629	ÖHMAN Isabelle	1995	Järfälla AK	-
506924	RIBRANT Mikaela	1999	Järfälla AK	Jämtlands Gymnasium NIU Alpint, Östersund
507003	JANSSON Emma	2000	Järfälla AK	Fjällgymnasiet NIU Alpint, Svenstavik
506965	HENNING Emelie	1999	Järfälla AK	Skidgymnasiet RIG Alpint, Malung
506840	AUNES Li	1997	Järfälla AK	-
Klass: H 17- Antal deltagare: 7				
FIS-kod	Namn	Födelseår	Organisation	Skidgymnasium
502331	ANDERSSON Jonathan	1999	Järfälla AK	Hagströmska Gymnasiet NIU Alpint, Falun
502374	BORGENSTAM Ludvig	2000	Järfälla AK	Sundsvall Gymnasium NIU Alpint, Sundsvall
501913	JOHNSSON Oskar	1993	Järfälla AK	-
	RAMNÖ Mathias	2001	Järfälla AK	-
502245	RUNDLÖF Marcus	1997	Järfälla AK	-
502248	SEBZDA William	1997	Järfälla AK	-
502462	SÖDERBERG Oscar	2001	Järfälla AK	Sundsvall Gymnasium NIU Alpint, 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 under året
6 av åkarna har gått på skidgymnasium under året och till kommande säsong kommer 5 av dessa åkare att fortsätta på respektive skidgymnasium.

Emilie Henning har under säsongen ingått i Landslaget och träningsgrupp 3 och har fått fortsatt förtroende även nästa säsong. Emilie har visat under säsongen att hon är väl värd sin plats i landslaget. Hon har 5 st FIS vinster i SL från denna säsong, samt Guld i SL vid ÅJSM samt Silver i GS vid ÅJSM. Hon har också fått ett par Europa Cup starter under året. Mikaela har under säsongen haft 3 st topp 10 placeringar. Jonathan har två 3:e plats i SL från FIS Entry League.

// Carl-Johan Borgenstam

4. U16 verksamhetsberättelse

Åkare: 8 st. 02: or samt 9 st. 03: or
Tränare: Peter, Micke, Olof, Ulf, (Markus)
Lagledare: Maria, Katarina, Lena

Barmark: I början av maj körde vi igång med barmark till midsommar. Uppehåll med eget träningsprogram fram aug. Då körde vi 3 pass i veckan. Två utomhus i Bruket och en på Bromma cross-fit med Olivier. Vi körde även ett mycket uppskattat barmarksläger på Sigtunahöjdens hotell och konferens. Efter höstlovet började vi inomhusträning i Sandvikskolan 2 ggr/veckan. Parallellt med detta fanns möjlighet till 1pass cross fit i veckan. 10 tillfällen cross- fit totalt. Träningsdagboken var bra men vi behöver pusha mer för den och följa upp den ännu bättre. Framförallt så behöver fler åkare vara noga att skriva i.

Bromma Cross- fit: Kanonbra. Allsidig, annorlunda träning.

Läger under försäsong: Under sommaren var några åkare till Juvasshytta. Vecka 38 åter Juvass och vecka 41 detsamma. Därefter Kaprun v. 44, därefter Björnrike i princip varje helg v.45-Vemdalslalom. Bra med försäsongsböende för att kunna lämna packning och utrustning. Gärna mer SG både fritt och i bana. Banor med mycket variation. Raka och runda banor olika avstånd. Noggrannare besiktningar av åkarna under träning för att förbereda sig inför att själva besikta. Tyvärr skadade sig Lukas (benbrott) under fartlägret i Funäs så illa att han la av med skidåkning. Detta skulle bli hans sista säsong men han fick tyvärr avsluta den i förtid. Vi hade även ett armbrott på Oscar under tävling i Björnrike.

Snöpass i Bruket: Blev många pass och vi hade möjlighet till tre pass i veckan om vi ville. Vi behövde ha 1,5 h egen tid i backen/pass utan överlapp. Vi hade mån, ons. samt ibland en extradag de helger vi är hemma.

Läger efter Jul: Vi ville gärna förlägga minst ett läger efter jul på annan ort helst Funäsdalen och det gjorde vi också. Detta år var vi också i Björnrike v 4. Helgen v 11 förberedde vi oss för USM i Boden. Vecka 12 gick USM av stapeln i Kiruna, tyvärr flyttat från Björkliden. Vecka 16 körde vi KM i Björnrike.

Tävlingar: Många av våra åkare deltog i tävlingarna. Vi hade många fina resultat inte minst i årets största tävling USM där vi tog inte mindre än 3 st. medaljer. 9 st. topp 10 placeringar och 18 st. topp 20 placeringar av 8 st. olika åkare. Ett fantastiskt fint mästerskap för JAK U 16.

Våra två egna tävlingar Bruket (reg. 4) samt USM kval i Björnrike GS som vi arrangerade gick mycket bra och vi fick beröm för dessa av många andra.

Sociala aktiviteter: Vi hade en del sociala aktiviteter tillsammans men kunde gjort ännu fler.



Filmning/analys/åkarkontrakt. Körde vi oftast på läger i Juvass, Björnrike och på barmarkslägret i Sigtuna. Svårt att hinna med under kvällspass i Bruket.

Utbildning: Ingen tränare gick denna säsong någon kurs

Resultat under säsongen: Flera fina topp 10 placeringar under säsongen för vår grupp även på de stora tävlingarna såsom Vemdalslalom, ski funtastic och på USM. På USM hade vi 10 st. deltagande åkare och vi hade 13 st. topp 20 placeringar och 4 st. topp 10 placeringar. Samt en medalj. Något sämre än förra året. Det största glädjeämnet resultatmässigt var dock att vi hade i slutet av säsongen 7 åkare födda 02 då Lukas slutat och samtliga som sökte, kom in på skidgymnasium. Uppsala, Torsby, Sundsvall, Svenstavik, Östersund och Järpen kommer ha Järfällaåkare nästa år.

// Peter Holmqvist Huvudtränare U 16

5. U 14 verksamhetsberättelse

Säsongen 2017/2018 började för JAK:s U14-åkare redan i maj då vi drog igång barmarksträning i Bruket. Gruppen har bestått av 27 åkare födda 2004 och 2005. Vi kom igång bra och förutom träning så hann vi med egna tester på Bolindervallen samt även tester på Bosön i regi av Stockholms Skidförbund. Träningsprogram delades ut för den egna sommarträningen i slutet av juni. Efter sommaruppehållet så startade vi upp igen samtidigt med skolstarten i augusti. Även detta år kompletterades de egna träningspassen med inhyrd cross-fit träning på gym ledda av Olivier. Dessa pass hade mycket bra uppslutning och gav bra effekt.

Gruppen gick på snö i Kaprun v44 dit vi hade bra uppslutning med 17 åkare. Vi fick ett bra läger i Österrike då vi hade samtliga tränare på plats och kunde jobba i små fokuserade grupper. Tillbaka i Sverige så varvade vi barmarksträning i Sandviksskolan med snölager i Björnrike helgerna v46, v47 och v48. Det var lite dåligt med snö den första helgen, men vi fick ändå hyfsad träning i lättare terräng. Vecka 49 tog vi paus för att sedan ansluta till klubbägret v50. Klubbägret fungerade mycket bra detta år med fokuserad träning och klubbgemensamma aktiviteter som t.ex. fadderåkning med de yngre grupperna. Vi fortsatte sedan i veckan efter med JAK:s numera traditionella fartvecka. God uppslutning även här med bra träning tillsammans med U12 och U16. Vi hann med både styrd friåkning i avstängd backe, teknikträning samt träning i Super-G banor.

Under jul och nyår så tränade många åkare på olika håll med viss koncentration till Björnrike. Sammanfattat så blev försäsongen mycket lyckad denna säsong då vi kunde genomföra nästan allt vi planerat så som vi planerat det. Tävlingspremiär blev det sedan på Vemdalslalom där vi hade 19 åkare på startlinjen. Som vanligt var detta två tuffa tävlingar var för tjejerna och killarna. Järfälla fick ändå in 6 olika åkare på topp-20. Högst placerade sig Lif (6:a SL och 10:a GS) samt Emma Holmqvist (9:a GS).

På grund av att det inte fanns någon snö i Stockholm när vi var tillbaka så blev nästa snöpass uppe i Funäsdalen under Stockholms Skidförbunds fartläger. Innan detta hann dock några åkare ta sig till Nolby för två storslalomtävlingar. Fartlägret i Funäsdalen blev väldigt lyckat och åkarna fortsätter att utvecklas inom fart. Kvitto på detta kom under LVC-kvalet på lördagen för flera åkare då tjejerna kom 1:a (Emma), 2:a (Lif), 4:a (Alice), 8:a (Elina) samt 12:a (Thea) och killarna 8:a (Robin) samt 9:a (William) i den första SG-tävlingen.

Väl hemma igen så kunde vi inte börja träna i Bruket utan körde egen fysträning innan vi vände upp till Björnrike igen för tre dagars träning. Vi fick till bra GS- och SL-pass med både teknik och raceträning på programmet. Från v5 kunde vi sedan träna och tävla på hemmaplan fram till sportlovet. Under sportlovet tränade många åkare i t.ex. Björnrike, Åre och Sälen.

Redan veckan efter sportlovet var det dags för LVC-final i Sunne för gruppen. Vi genomförde träning hemma på måndagen och tisdagen i Bruket. Vissa åkare hoppade dock över tisdagspasset och förflyttade sig till Sunne i stället för att kunna träna ett GS- och ett SL-pass där under onsdagen. På torsdagen drog finalen officiellt igång.



Järfälla ställde hela 24 åkare på start i finalen. Vi bodde ihop och hade väldigt kul både i och utanför backen. I backen lyckades 13 olika åkare placera sig top-20 i något race (nästan alla åkare var top-30 någon gång). Sju olika åkare vann 15 pokaler och vi fick fyra pallplatser från Lif, Albin och William. Lif vann både SG och SL i D14-klassen. Så även om inte alla åkare var nöjda med alla sina åk så visade gruppen att här finns mycket att bygga vidare på framöver.

I gruppen har vi även haft en Special Olympics åkare, Filippa Améen, som tränat och tävlat integrerat med resten av åkarna. Detta har fungerat mycket bra och förutom att Filippa var med och gjorde jättebra ifrån sig under LVC-finalen så lyckades hon dessutom knipa en andra plats på Special Olympics-tävlingar i Borlänge under våren.

Säsongen avrundades med tävlingar ute i landet (Guldhjälmen, Craft Orsa Cup, Ski-Funtastic) för många av åkarna. Vi hann även med ett lyckat KM i storslalom i Björnrike med strålande väder och kul häng i backen.

Tränare i gruppen under säsongen har varit Anders Byttner, Johan Stenvi, Simon Ramnö, Andreas Dolk, Magnus Lindström och Gustav Wallin. Jonas Humble och Bruno Casetta har varit lagledare.

// Anders Byttner, Huvudtränare U14

6. U 12 verksamhetsberättelse

Tränare: Johan Hermansson (HT), Petra Lindermyr, Julie Améen, Johan Lindberg, Martin Hedström, Rickard Dahl och Mathias Ramnö (UT)

Lagledare: Linda Ström och Lotta Adolfsson

Totalt antal åkare = 31 st varav 18 st 07:or och 13 st 06:or.

Vi körde igång barmarksträningen direkt efter gruppbyttardagen (VT 2017) med cykling på måndagar och mer traditionell barmarksträning på tisdagar. Som vanligt får andra sporter (främst fotboll) prioritering under våren vilket vi också uppmuntrar då det är bra att barn håller på med så många sporter som möjligt så långt upp i åldrarna som möjligt. Detta gör att närvaron blir lite blandad men man försökte ändå dyka upp när det passade och vi fick därför en bra grund för sammanhållningen i gruppen inför hösten och vintern. Populäraste dagen blev utan tvekan "testdagen" då vi springer "varvet runt bruket", "stillastående längdhopp" och "stillastående mångsteg". I samband med detta delades det även ut en träningsdagbok (digitalt) med syfte att få åkarna att börja bli medvetna om sin egen träning, dvs ingen individuell uppföljning efter sommaren utan främst en träning i att föra bok inför framtiden.

Efter höstens upptakt var planen att köra barmark på tisdagar och torsdagar samt cykling på lördagar, men pga låg närvaro på torsdagar så beslöt vi att ställa in just torsdagar från mitten av september och resten av barmarkssäsongen. Återigen var det framförallt andra sporter som prioriteras och återigen uppmuntrade vi detta så länge man försökte att komma ner åtminstone en av de andra dagarna för komma in i gruppen och lära känna sina kompisar. I början av oktober körde vi barmarksläger och denna gång på Bosön med övernattning för de som kunde/ville. Vi blandade både utomhus och inomhus och om minnet inte sviker helt så hade vi 29/31 i närvaro på det lägret.

Vecka 44 körde vi ett första snöläger (Kaprun) med 8-10 åkare på plats. Fokus låg på friåkningsövningar men vi hann även med en del banåkning där vi samsades med U14 (och till viss del U16).

Efter höstlovslägret fortsatte barmarksträningen inomhus (Berghemsskolan) där vi på tisdagar körde första halvtimmen utomhus för att jobba på kondition och pannben.

Första snölägret på svensk mark kördes i Björnrike v.46. Det var länge osäkert om det fanns tillräckligt med snö och om de skulle hinna öppna upp några nedfarter. Till slut kom besked om att halva Björnstigen var öppen samt



Turisten i Vemdalen. Detta tror vi gjorde att en del valde bort det första lägret men vi som åkte upp fick tre riktigt bra dagar. För många var det första dagarna på snö och då gör det inte så mycket att det bara är gröna/blå nedfarter som är öppna. Enda nackdelen var att det fanns begränsade ytor för styrd friåkning men det löste vi genom att förlägga ett par pass i Vemdalsskalet.

Vecka 48 var det dags för nästa läger och då hade Björnrike hunnit öppna upp fler nedfarter och vi kunde nu blanda banåkning med styrd friåkning (främst för de som nu fick sina första dagar på snö). Vi filmade nu de sista åkarna för att kunna påbörja videoanalys med hela gruppen som vi följde upp under resterande läger.

Vecka 50 var det som vanligt dags för klubbvägar som också gick över i fartläger i v.51. Fartlägret är mycket uppskattat och åkarna tycker det är kul att åka fort. Tyvärr fick vi en skada i samband med detta läger men lyckligtvis gick det förhållandevis bra och åkaren var på snö igen mot slutet av säsongen.

Sista gruppläget genomfördes v.4 i Björnrike och även om huvudfokus låg på banåkningen fortsatte vi att varva in styrdfriåkning för att inte helt fastna i blå-röd skidåkning.

Även om det såg lite mörkt ut med snö i Bruket blev det till slut en väldigt bra säsong som i stort höll hela vägen fram till påsk vilket också märktes på utvecklingskurvorna hos våra U12:or. Alla kurvor pekade uppåt och vissa med nästintill exponentiell karaktär.

I U12 ökar antalet tillfällen att tävla och förutom LVC körde ett flertal åkare Mälarcupen och vi hade också åkare i de flesta av de lite större nationella tävlingarna (t.ex. Vemdalsslalom, Orsa cup, Guldhjälmen, Ski Funtastic, etc.). I LVC-kvalen hade vi inga pallplatser men en mycket bra bredd och då framförallt bland killarna där vi under säsongen hade 6-7 olika åkare topp 20. Under LVC-finaldagarna i Kläppen fick vi även till spetsen med tio topp 10-placeringar, varav två pallplatser, utav 6 olika åkare!

Vi fick till en fantastisk avslutning med KM-läger i Björnrike där det som vanligt blir ont om funktionärer när H40 ska till att köra ... ☺

// Johan Hermansson, Huvudtränare U12

7. U10 verksamhetsberättelse

Tränare: Gustav Karlman (HT), Mathias Randwiir, Niklas Andersson, Kristoffer Brandt, Lena Lovell Schauman, Jan Evensson och Jonas Håkansson

Lagledare: Kristin Evensson och Cilla Skoog

En mycket rolig säsong med många aktiva barn, både under barmark och snösäsong. Totalt var vi ca 36 st barn, 18 st 08:or och 18 st 09:or.

Tränarutbildningsmässigt så gick Niklas A SATU 1 utbildningen, dessutom har vi kontinuerligt under säsongen bollat mycket idéer och på så sätt utvecklats som tränare gemensamt.

Barmarksträningen började direkt efter gruppbyardagen och pågick fram till midsommar. Under barmarken körde vi cykling på lördagar och mer traditionell träning (löpning, stationer, lekar, etc.) på tisdagar. Cyklingen delades upp i två huvudmoment. Dels cykling i skogen, dels "hinderbana" i Bruket där barnen utmanades successivt att ta sig förbi och över byggda hinder. Höstbarmarksläget körde vi på Bosön och det var väldigt uppskattat av såväl barn som vuxna. Generellt har vi haft fokus på att skapa gemenskap mellan föräldrar, tränare och barn, nya och gamla U10:or och lägret på Bosön var ett viktigt avstamp inför den stundande säsongen på



snö. Vi hade nära 100% närvaro på Bosön, något som skulle visa sig vara den generella närvaron under säsongen.

Förutom den teknikorienterade träningen, så har vi haft fokus på skadeförebyggande träning där vi framförallt arbetat extra med liksidighet och knäkontroll.

Hösten fortsatte med inomhusträning i Berghemsskolan på tisdagar och skridskor i Kallhälls ishall på lördagar. Vi körde även BMX ett par ggr i Heby BMX-hall, BMX som är både roligt och tekniskt krävande, samtidigt som det tränar vilja och mod hos barnen på ett lekfullt sätt.

På gruppläger 1 i Björnrike innan Jul, så hade vi i princip all barn på plats och likaså under klubbläget. Fantastiskt roligt! Vi hade även ett läger i Björnrike v.4 där de allra flesta åkare fanns på plats så överlag en väldigt bra deltagarfrekvens på samtliga läger under säsongen. Precis som föregående säsong var det ett mindre deltagande på allra sista läget KM GS. U10 var även arrangörer på tävlingen och förutom att U10 från föräldrassidan bidrog med ett stort startfält, så tycker vi tävlingen genomfördes på ett bra sätt. I år synkroniserade vi alla våra träningspass, så att de sammanföll med U12 för att på så sätt underlätta för föräldrar och ledare.

Under sportlovet lyckades vi bedriva träning i Bruket för de barn som var hemmavarande, vi synkroniserade detta med U8 för att få en tillräckligt stor grupp.

Träningen i Bruket har fungerat mycket bra och U10 har varit väldigt nöjda med såväl backe som baktider. På våra träningar har fokus varit stort och glädjande nog efter varje träningspass, så har det varit en växande skara barn som velat stanna kvar, en del för att ösa mer teknikträning, men de allra flesta för att hoppa, leka och ha kul på olika sätt. Vi har utnyttjat våra fredagsträningsstider, till såväl lite bana som lek och samkväm med Pizza i fiket, något som bidrog till stämning och sammanhållning.

Vad gäller tävlingar så är känslan att samtliga U10:or testade på att tävla åtminstone en gång under säsongen där självklart vår egen hemmatävling var en bra draghjälp. Med hjälp av väder, fantastiskt underlag och engagerade föräldrar blev vår hemmatävling den bästa av alla årets Stockholm Race, vi hade inte bara tur med vädret och underlaget utan teamet som helhet fungerade fantastiskt, från tidiga genomgångar preparationer, tävlingsdag och avslut.

Rent resultatmässigt var tävlingssäsongen mycket framgångsrik där vi både hade bredd och spets. Vi har haft massor med bra placeringar och en fantastisk stämning, i princip alla har testat att tävla åtminstone en gång. Även resultaten om det nu känns viktigt har varit tillfredsställande med massor av topp 20 resultat och i en av de sista tävlingarna var JAK 1:a på både herr och dam –sidan i en och samma tävling. Att tillägga är att flera 09:or tog enorma kliv framåt under säsongen och placerade sig högt upp. Utöver det så gjordes det många fina prestationer och det var flera som var och nosade på de hett eftertraktade pokalplatserna och i princip alla våra åkare presterade bättre och bättre gentemot konkurrensen under säsongen.

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.

// Gustav Karlman, Huvudtränare U10

8. U8 verksamhetsberättelse

Under säsongen har U8 bestått av 42 aktiva åkare, varav sex åkare var födda 2012. Vid inledningen av säsongen hade gruppen fyra tränare. Under säsongen rekryterades ytterligare sex föräldratränare för att möta upp den stora barngruppen. Gruppen har även haft två lagledare. Tre stycken tränare har genomgått SATU1.



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.

Under barmarkssäsongen erbjöd U8 ett träningstillfälle per vecka, lördagar. Barmarksträningen startade i slutet av augusti, v 34, och bedrevs utomhus i Bruket fram till höstlovet, vecka 44. Basen i träningen var cykelträning, samt hinderbanor med lekfulla övningar. I september genomfördes även 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.

Från och med vecka 45 till och med vecka 49 bedrevs barmarksträningen inomhus i Barkarbyskolans gymnastiksal. Basen i träningen var hinderbanor med lekfulla övningar.

För U8 erbjöds två läger i Björnrike med tre skiddagar per läger. Vid klubbvägret vecka 50 deltog 34 åkare och vid det andra vägret vecka 4 deltog 37 åkare. Barnen delades in i fem grupper med fem till åtta åkare och två tränare per grupp. Vid båda lägren, lades stor vikt vid styrd friåkning. En begränsad tid av träningen lades på banåkning.

Skidträningen i Bruket startade i februari. Under snösäsongen erbjöds två träningstillfällen per vecka, onsdagar och lördagar. Då snötillgången var god under säsongen var träningsupplägget oftast baserat på tre 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. Teknikträningens övningsbas togs fram utifrån Skidförbundets riktlinjer för skidmärkestagning och vi avslutade säsongen med att samtliga åkare i U8 klarade märkestagning för järnmärke.

KM i SL genomfördes i samband med ett dagläger på snö i Bruket lördag vecka 10 och merparten av U8s åkare deltog. KM i GS genomfördes ihop med övriga JAK i Björnrike helgen vecka 16. U8 deltog med 15 åkare. Ledargruppen erbjöd träning under halva lördagen inför KM på söndag.

// Anna-Ida Bergström, Huvudtränare U8

9. Freerides verksamhetsberättelse

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

10. Arrangerade tävlingar

U 16 har arrangerat 2 st USM kval i Björnrike

U 10 har arrangerat en Sthlm Race SL i Bruket

Juniorer/Masters ha arrangerat Region 4 tour och Stockholm Tour U16.

Alla tävlingar har kunnat genomföras och U10 och U16:s tävling fungerade mycket bra. Tävlingarna har gett ett bra ekonomiskt resultat. Tack alla ni 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 och Jonas Ameen som var med och ledde, drev och organiserade den tävlingen.



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 12 veckor, fram till mitten av april, vilket gav oss en relativt lång säsong.

Utbildningar för liftskötare resp för snösprutare har genomförts under säsongen.

Vi levererade in 532 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 mer än 100 000 kr, vilket är ett bra tillskott för föreningen.

12. Serveringen

Serveringen har varit öppen sedan början av februari och fram till sportlovet. Under säsongen testade vi med att begränsa öppettiderna något, men just i år visade det sig att efterfrågan på caféet och vår servering var större än under tidigare år, så vi hade öppet lite mer än planerat. 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 ca 50 000kr i rena vinst.



Järfälla Alpina Klubb

813200-2307

Förenklat årsbokslut för räkenskapsåret 2017-2018

Resultaträkning	2017-2018	2016-2017
Intäkter		
Medlems- & träningsavgifter	442 600 kr	364 100 kr
Gåvor och bidrag	336 558 kr	273 754 kr
Verksamhetsintäkter	278 983 kr	311 516 kr
Försäljningsintäkter	91 804 kr	174 086 kr
Övriga intäkter	1 274 kr	7 316 kr
Summa intäkter	1 151 219 kr	1 130 772 kr
Kostnader		
Verksamhetskostnader	361 278 kr	543 295 kr
Försäljningskostnader	34 149 kr	35 526 kr
Övriga externa kostnader/Startavgifter	267 701 kr	277 836 kr
Personalkostnader/ Omkostnad tränare	287 464 kr	216 575 kr
Övriga kostnader	58 677 kr	48 959 kr
Summa kostnader	1 009 270 kr	1 122 191 kr
Verksamhetens överskott	141 949 kr	8 581 kr
Finansiella intäkter	28 kr	0 kr
Finansiella kostnader	0 kr	0 kr
Överskott efter finansiella poster	141 977 kr	8 581 kr
Bokslutsdispositioner	0 kr	0 kr
Årets överskott	141 977 kr	8 581 kr



Järfälla Alpina Klubb

813200-2307

Balansräkning	2018-06-30	2017-06-30
Tillgångar		
Kundfordringar	24 550 kr	7 400 kr
Övriga fordringar	47 949 kr	33 995 kr
Kassa och bank *)	1 036 289 kr	849 823 kr
Summa tillgångar	1 108 788 kr	891 218 kr

Eget kapital

Balanserade överskott	496 534 kr	487 953 kr
Årets överskott	141 977 kr	8 581 kr
Summa eget kapital	638 511 kr	496 534 kr

Skulder

Leverantörsskulder	144 296 kr	20 965 kr
Skatteskulder	0 kr	0 kr
Övriga skulder *)	325 982 kr	373 719 kr
Summa skulder	470 278 kr	394 684 kr

Summa eget kapital och skulder	1 108 788 kr	891 218 kr
---------------------------------------	---------------------	-------------------

*) varav redovisningsmedel	70 834 kr	135 328 kr
----------------------------	-----------	------------

Järfälla 2018-08-25

Åke Wernelind
Ordförande

Marie-Louise Lindström

Anders Bytnér

Jonas Améen

Fredrik Ekman

Jan Evensson

Anders Olsson

Vår revisionsberättelse har avgetts 2018-08-25

Revisor Karin Tollsten