



DALARÖ SPORTKLUBB

ÅRSBERÄTTELSE 2023



Styrelse 2023

Adam Andersson, *ordförande*
Anna Molin, *ekonomi*
Karl Meyer, *ledamot*
Jenni Laukkanen, *ledamot*
Tashmina Berdini, *ledamot*
Daniel Bernehjält, *suppleant*
Erica Rollenhagen, *kanslist, adjungerad*
Ida Lindström, *it/media, adjungerad*

Revisorer

Caroline Forsell
Kristina Ekberg

Revisorssuppleanter

Harry Hedenmark
Tina Lacoste

Valberedning

Leif Larsson
Otto Bjelke
Göran Dahlberg
Niclas Holmberg
Eva Lagerström

Styrelsens protokollförda sammanträden

25/1, 21/2, 22/3, 17/4, 15/5, 12/6, 22/8, 18/9,
17/10, 14/11, 11/12

Innehåll

Ordförande har ordet	Sid 3
Kommitté Gruppträning	Sid 4
Kommitté Fotboll	Sid 6
Kommitté Handboll	Sid 9
Kommitté Gymnastik/rörelseglädje	Sid 11
Kommitté Racketsport	Sid 14
Kommitté Innebandy	Sid 15
DSK Resultat 2023	Sid 16
DSK Budget 2024	Sid 17

Kommitté ordförande 2023

Gruppträning, *Ida Lindström/Björn Yrlid*
Fotboll, *Daniel Bernehjält*
Handboll, *Jessica Törn*
Racketsport, *Magnus Ransmyr*
Barn o ungdomsgymnastik, *Leif Larsson/
Helene Falkhammar*
Innebandy, *Mikael Landin*

Ordförande har ordet



Kära medlemmar, Dalarö sportklubb ska nu börja sitt 92:a år och vi blickar tillbaka till ett händelse-rikt 2023. Ett år som gått fort och varit väldigt roligt. Självklat med utmaningar men framförallt väldigt roligt.

Jag vill börja med att tacka sportklubbens alla medlemmar för det år som gått. Det är vi tillsammans som gör det möjligt att driva den verksamhet vi gör. Utan oss medlemmar ingen sportklubb. Som medlem i klubben bidrar vi alla på olika sätt. Vissa av oss är ledare och hjälper andra medlemmar i alla åldrar att röra på sig och må bättre. Andra tränar och bidrar med god stämning. Vi alla är lika viktiga och tillsammans får vi klubben att leva vidare.

Mycket roligt har hänt under året. I höstas lyckades DSK fotbolls A-lag ta sig upp i division 6. Många träningstimmar och hårt arbete, bland annat med att skotta fram en plan i februari, gav fin utdelning. Bra jobbat allihop!

Vi har även i samarbete med RF-SISU anordnat utbildningstillfällen för våra ledare.

Våra ledare i klubben gör alla ett fantastiskt jobb. All den tid och allt arbete ni lägger ner är beundransvärt. Att kunna bolla jobb, familjeliv och dessutom få tiden att räcka till som ledare med allt vad det innebär är imponerande. Stort tack till er alla!

Att engagera fler fantastiska ledare är en stor utmaning som sportklubben alltid

brottas med. Det gäller även yngre ledare som barn och ungdomar kan se upp till. I vår strävan att engagera ungdomar som ledare hoppas vi framöver kunna erbjuda högre ledararvoden än tidigare för ungdomar. Hur kan vi då göra detta samtidigt som sportklubben har en tight budget för verksamheten? Tack vare alla våra fantastiska sponsorer! Utan er skulle detta inte gå. Vi hoppas också att ni vill bli fler. Om du är företagare och vill bidra till en levande sportklubb med unga ledare som kan tjäna lite extrapengar säg gärna till!

Jag vill också passa på att tacka vår kanslist, Erica! Du har verkligen koll på allt och ser till att allt flyter på som det ska. Tack för allt du gör för oss!

Till sist är det dags att tacka för mig! Jag har bara hunnit med ett år i styrelsen men måste tyvärr lämna vidare posten som ordförande till någon annan. Hur mycket jag än vill så räcker min tid tyvärr inte till. Det har varit ett sant nöje att få jobba tillsammans med er alla och framförallt få en inblick i vilken fin klubb vi är. Vi ska alla vara mycket stolta över Dalarö sportklubb!

Stort tack till er alla!

Adam Andersson





Gruppträningen har under flera år utgjort "rygggraden" för DSKs träning för vuxna. Så även under 2023! Kommittén har under januari till maj samt augusti till december erbjudit träning fem av veckans sju dagar. Utbudet har omfattat boxningspass, cirkelträning, medelgympa, tabata (högintensiv intervallträning) och yoga. För träningssugna med ambition att komma i bästa formen till sommaren genomfördes även under maj och juni traditionsenlig *boot camp* med träningspass utomhus onsdag kväll och lördag förmiddag. Sammanfattningsvis ansemliga möjligheter att träna styrka, smidighet och kondition på en ort av Dalarös storlek!

Rekrytering av ledare är och förblir en utmaning för all ideell verksamhet. Det är därför särskilt glädjande att gruppträningen under 2023 lyckats genomföra en generationsväxling på ledarsidan. Efter många års uppskattade insatser, både som tränare och kommittéordförande, lämnade Ida Lindström efter vårterminen över huvudansvaret för gruppträningen till undertecknad. Växlingen bedöms ha fungerat väl, mycket tack vare att flertalet ledare fortsatte leda sina omtyckta träningspass även under höstterminen. Därtill har Susann Maijgren under året successivt axlat ansvaret för måndagens medelgympa efter evigt aktiva Agneta Ivarsson medan nyförvärvet Caisa Gunnarstedt lett torsdagens tabata. Det senare passet har hos flera deltagare bidragit till träningsvärk på nya ställen.

Det är även glädjande att det bland de som tränat regelbundet under 2023 syns flera nya ansikten. Kommitténs ambition är att deltagarantalet ska fortsätta öka även under 2024. Aktuellt träningsschema återfinns på klubbens hemsida. Samtliga pass är sådana att var och en har möjlighet att vara med utifrån egen förmåga och ambitionsnivå. Då flera av träningsgrupperna utgör ett bra komplement till annan träning vore det särskilt roligt att se fler yngre lagidrottare på passen.

Gruppträning

Om ledarresurser kan mobiliseras är planen, precis som tidigare år, att inför sommaren genomföra ytterligare ett "*boot camp*". Alla nya och gamla aktiva hjärtligt välkomna att vara med. Det finns fortfarande väldigt bra chanser att komma i form under 2024!

Ledarna genom Björn Yrlid



A-laget

2023 och dags för det svåra andra året för laget. Snön låg djupt på is i början av året och träningstillfällena blev få och försiktiga då skaderisken var stor, åtminstone för oss äldre. Innan seriespel var det dock tid för att fortsätta vårt fantastiska cupspel från förra året. Med snöhögar på plan fick vi flytta matchen till Torvalla för att möta Somaliska från division fyra. Efter en drabbning där vi fått öva en hel del försvar, torskade vi med 6-7 med en sen kvitteringschans i straffområdet där de hade marginalerna på sin sida.

Vi gick dock obesegrade genom försäsongen, men många skador oroad. Seriespelet började katastrofalt med förlust 1-5 mot Sorunda. Matchen efter vann vi dock med 10-1 mot Söderorts IF utan att förta oss. Så fortsatte vårsäsongen med storvinster och riktiga bottenapp ända tills sista matchen där vi lyckades vinna med 3-2 mot Sköndal i en jämn match.

Returmötet i början av hösten blev början till vändningen för oss. Vi var starkt desarmerade inför denna match. Reserver var inkallade och bänken bestod av halvskadade och tränare i matchtröja. Vi ligger under med 1-0 efter första då vi ändå hade några chanser. I paus ser jag en bänk med skadade. De som varit på plan stirrade med tomma ögon, utom två som stod upp och föreslog hög press från första början. Andra halvlek är tung. Vi har knappt någon boll och tvåan hänger i luften. De får en billig straff och 76:e står det 2-0. Vi tittar på varandra och ser bara trötthet. Vi går på trebackslinje med den sammanlagda åldern av ca 150 år. Deras ungdomar får friläge och lyckas sätta trean, men domaren blåser av för offside. I 83:e minuten gör vi 2-1 och i 87:e 2-2 från ingenstans och när vi

tror att det är klart får motståndarna fri-spark i straffområdet som är fem centimeter från att förstöra miraklet.

Efter denna bedrift höjer vi tempot inte bara i matcher utan även på träningarna och vi går som tåget. Vi vinner sju matcher och förlorar en på hösten. Vi krossar dåvarande trean med 8-0 och har helt plötsligt chansen att gå upp till division sex för första gången på 20 år. Söndagen den 8:e oktobe är det dags för avgörande match mot Sorunda. Storpublik och spänning i luften. Måste vinna för att gå upp. Vår främsta målskytt Brasse måste gå i paus, så vi får punktera matchen tidigt.





Fotboll

Vi börjar med en otrolig fart och Isac slår genomskrare på genomskrare, men bolluslingen vill inte in. Vi får ett mål bortdömt för offside (felaktigt), men som kompensat-ion får vi en straff som dunkas in i krysset. Nu går allt som det ska och 3-0 i paus. Allt känns stensäkert. Vi har en boll i stolpen och så vänder det plötsligt. Sorunda gör 3-1 och nerverna gör att vi slår bort enkla bollar. I 86:e gör Sorunda 3-2 och hela säsongen kan sluta i ett antiklimax. Med fem minuter kvar. De får hörna (alla i Sorunda är minst 2 meter långa), men Jocke plockar ner bollen och slutsignalen ljuder. Nu skjuts fyrverkerier och segerjublet från spelare och publik blandas i ren lycka. Vi klarade det.

Vi tränare vill tacka alla spelare för att ni kämpat ända in i det sista och visat att det går att vinna som ett lag. Vi vill också tacka all publik som stöttat oss under säsongen (ni ska veta att grabbarna både får och ger det lilla extra för er).

Nästa år vill vi ta nästa steg och även väva in fler av Dalarös tonåringar i verksamheten. Stötta gärna vår verksamhet så ungdomarna får bra förebilder och något att göra här ute, samt få möjligheten att se oss gå upp i division fem.

Ta kontakt med Jonas Gunnäs eller Andreas Lindmark för att höra hur du kan hjälpa till.

Jonas Gunnäs, Andreas Lindmark



Fotboll

Fotboll FP12

En kul och mållrik utomhussäsong avslöstes av en mycket rolig inomhussäsong i Futsal serien.

Träningarna har bestått av grundläggande speluppbyggnad tillsammans med att fortsätta utveckla dom individuella färdigheterna, men framför allt har vi haft kul tillsammans!

Vi har tränat 2 gånger i veckan och pendlat mellan 12-14 spelare varje vecka.

Heja DSK!

Daniel Bernehjält



Fotboll P14

Den tidigare träningskonstellationen med killarna födda 2013/2014 splittrades då de äldre grabbarna skulle upp och spela 7vs7 och vi i 14-gänget var kvar på femmanna. Vi tränade på som tidigare, två dagar i veckan och hade oftast en match på helgerna då vi kunde visa i vårt spel vad vi har tränat på. Grabbarna har utvecklats enormt som lag under året och under matcherna i St:Erikscupen visade dom på bra spel och kämpaglöd. Vi avslutade utomhussäsongen ute i Gustavsberg där vi fick prova på sjumannaspel.

Vi spelade tre matcher och vann alla tre mot lag vi inte spelat mot tidigare så det var kul och vi ser fram emot en ny härlig utomhussäsong med laget. När snön sen föll och det blev kallt så trappade vi ner träningsdosen då de flesta har andra sporter de utövar under vinterhalvåret som handboll, gympa, innebandy, pingis, tennis mm. Så vi tränade tillsammans endast en gång i veckan, mest för att hålla igång gruppen. De som vill i laget fick dessutom hjälpa till de äldre grabbarna i deras futsalserie där dom gjorde mycket bra ifrån sig. Nu laddar vi för ett fint 2024!

Andreas Lindmark





Fotboll 15

Vi har under året arbetat aktivt med bollkontroll och dynamiken i gruppen för att öka teamkänslan i att spela som ett lag.

Vi spelade matcher i S:t Eriks-cupen vilket var uppskattat och ett utmärkt forum för att testa och utveckla spelet såväl individuellt som i lag och bemöta motspelarna på ett schysst sätt.

Jörgen Lindblom



Fotboll

Fotboll 16/17

Våren 2023 tog ett gäng pojkar och flickor födda 2016 sina första staplande fotbollssteg på Dalarö IP, från första träningen blev torsdagarna till en av veckans höjdpunkter för både barn och ledare.

Ryktet om fotbollen spreds sig fort så efter sommaren fick vi ytterliggare förstärkning av ett stort gäng barn födda 2017.

Upplägget på träningarna har varit att vi delat upp barnen i mindre grupper som roterar mellan olika stationer med övningar och smålagsspel. Här vill vi skicka ett stort tack till de föräldrar som ställt upp och hjälpt till vid de olika stationerna.

Det har varit fantastiskt att få vara med och se barnen utvecklas under säsongen och vi ser med glädje framåt emot ett nytt fotbollsår 2024

Daniel Rosenholm



Handboll

Handboll FP13-15



Vi startade upp året med en liten trupp som tränade och körde matcher på miniplan

Våren 2023 fick vi äntligen spela Tyresö Cup för första gången och mot de som var lika gamla. Efter en intensiv dag med många matcher så fick spelarna välförtjänt sina första medaljer.



Truppen blev hela tiden lite större och i slutet av terminen så slog vi ihop de yngsta spelarna till ett lag där de äldsta var födda 2013 och den yngsta 2016.



Med siktet inställt på Eken Cup i juni så körde vi en del träningar på IP som avslutades med gemensamt bad.

Eken Cup spelades som vanligt ute på Gubbängsfältet och vi fick testa på både strålande sol och det obligatoriska spelet i regn.





Handboll

Höstterminen startade och med den handbollsträningen. Vad passar då bättre än att köra ett uppstartsläger i Dalarö Sporthall. Vi tränade, spelade träningsmatcher mot Haninge, lekte, åt middag och sov över i danssalen. Det var mycket uppskattat trots inbrottslarm och besök av väktare under natten. Det bästa av allt var att vi fick möjlighet att lära känna varandra bättre och bygga vidare på lagsammanhållningen



Under hösten så har det tillkommit flera spelare och vi har kört matcher både på liten och stor plan. Den individuella utvecklingen går fort framåt och vi fungerar bättre och bättre som ett lag på planen. Vi har haft en hög träningsnärvaro och vi ser fram emot 2024 där vi hoppas att truppen fortsätter att växa.

Jana Henner
Linn Henner
Emma Modin

Gymnastik/Rörelseglädje

Gymnastikverksamheten i Dalarö SK består av barngymnastik 3-5 år samt ungdomsgymnastik 6-9 år och 9 -16 år.

Lefte Larsson slutade efter vårterminen som sektionsledare(kommittéordförande) för Gymnastik/Rörelseglädje och våra ungdomsledare Thea Holmberg och Wilma Öhrström slutade också och Helen Falkhammar tog senare över ansvaret för verksamheten med start under höstterminen.

Helen Falkhammar och Jenny Johanssen som också var ledare under vårterminen har under höstterminen utökat antalet ledare/assistenter ur föräldragruppen samt tidigare gymnaster och har sedan under året genomfört verksamheten på ett trygghetssätt



Största gruppen är liksom tidigare gruppen 3-5 år. Vi hade ca 40 barn i verksamheten, som till största delen består av motorikträning, springa, hoppa, rulla och klättra. Vi hoppar trampett och hänger i ringar och studsar i trampolinen. Föräldrar har också möjlighet att vara med på golvet och skapar trygghet för barnen.





Gymnastik/Rörelseglädje



Näst största gruppen är ungdomsgymnastiken 6-9 år som hade dryga 30 barn i verksamheten. Här tränar vi lite mer gymnastiska färdigheter som handstående, hjulningar, hopp med kullerbyttor/ volter. Vi använder olika redskap som ringar, trampetter, bommar och trampoliner.



Ungdomsgymnastiken för 9-16 år bestod av drygt 20 gymnaster. Även här tränar vi gymnastiska färdigheter med volter på trampett och trampolin.



RBU-kursen

Den omtyckta kursen för Rörelsehindrade Barn och Ungdomar blev dessvärre inställd i september pga dåligt väder, men nytt försök har utlovats till nästa år 2024. Ledare för verksamheten är Niclas Rodhborn, Svenska Paralympiska Förbundet.

Gymnastikavslutning

Som vanligt avslutades vårterminen med gymnastikuppvisning och lek i Parkourbanan och Skateparken den 21 maj med ett hundratal glada barn och föräldrar. I samband med det visade vi vår uppskattning till Leffe som varit en eldsjäl för ungdomsverksamheten i Dalarö SK under många år och som till hösten lämnade över till Helén Falkhammar som huvudtränare för barn- och ungdomsgymnastiken.



Trampolinkurs

Under höstterminen anordnades två kurser för våra gymnastikledare, 14/10, 2/12, i Trampolin för att säkerställa användandet av trampolinen under våra verksamhetstimmar. Kursledare var Daniel Sundell från Coach Dan Gymnastics Academy, Hanninge. Det andra kurstillfället blev förflyttat till lördagen den 13 januari pga sjukdom.

Följande ledare deltog:

Helén Falkhammar, Jenny Johansen, Loke Nyström, Lukas Belsander, Gunnar Lewander, Cecilia Berggren, Vita Sirica, Simon Larsen, Kristina Ekberg, Erica Rollenhagen och Sara Westlund.



Följande demogymnaster deltog:

Thea Holmberg, Loke och Zeke Nyström, Elton Larsson, Gustaf och Stella Bengtsson



*Helen Falkhammar, Leif Larsson,
Jenny Johansson, Thea Holmberg,
Wilma Öhrström*



Bordtennis - Badminton - Racketsport

Vår väl etablerade bordtennissektion rullade på under våren med ett snitt på ca 8 deltagare per träningstillfälle.

Klubbmästerskapet sköts i år upp till höstens uppstart och vanns även i år av Staffan Engblom. Grattis Staffan!

Vi fick under året sällskap av den badminton som ett par år vilat upp sig för efterlängtat come-back.

Vi provade under hösten att avgiftsfritt utöka med badminton en timme per vecka för vuxna och barn. Vi hade många olika deltagare som kom och provade att spela båda racketsporterna och vi fyllde mestadels de tre badmintonplaner och åtta pingisbord hallen rymmer. Ibland var det t.o.m. svårt att få utrustning och plats att räckas till.

Då verksamheten uppenbarligen fyllde ett behov, beslöt vi att inför 2024 slå ihop bordtennis och badminton till en racketsektion, med en gemensam terminsavgift.



Vi tränar i helhall gemensamt 1 timme / vecka, sen har vi halvhall med endast bordtennis ytterligare 2,5 tim / vecka.

Behovet av ledare till verksamheten kvarstår då det är många barn och ungdomar där och spelar.

Inför nästa verksamhetsår behöver vi även en ny ledare för racketsektionen som helhet.

Magnus Ransmyr



Innebandy

2023 har varit ett bra år för innebandyn, det har varit många deltagare, full fart och väldigt roligt!

Vi var omkring 20 personer i gruppen; några som var med nästan varje träning, några var med någon gång i veckan och några var med mer när andan föll på.

Innebandy i Dalarö SK spelas med mycket skratt och god stämning och bara med syftet att ha roligt och träna.

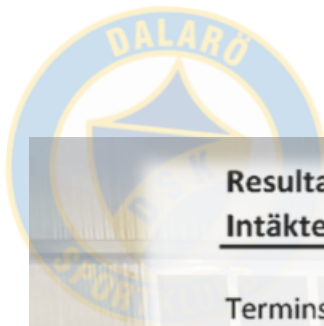
Vi vill gärna bli fler så ni är varmt välkomna att komma ner och prova på, alla är välkomna!

Vi är en blandad grupp både konditionsmässigt och åldersmässigt så kom ner och prova om DU tycker att det är roligt!

Innebandy spelas i stora hallen måndagar och torsdagar 20:30-21:30

Mikael Landin





Resultat 2023

Resultaträkning i sammandrag

Intäkter	Utfall 2023	Utfall 2022
Terminsavgifter	264 779	246 153
Kommunala bidrag	75 206	107 909
Sponsorintäkter	117 500	84 500
Startavgifter mm	31 915	37 915
Medlemsavgifter	88 315	93 250
Övriga intäkter	7 075	4 154
Övriga bidrag	0	6 485
Summa intäkter	584 790	580 366

Kostnader

Tävling/träning/hyra/material/licenser	-247 592	-267 723
Arvoden ledare/domare	-32 874	-38 327
Lokaler/PR/trycksaker/utbildning	-88 608	-111 340
Administration/försäkring	-198 881	-183 132
IP	0	-20 685
Avskrivningar	-35 200	-35 200
Räntekostnader / Ränteintäkter	11 834	2 208
Upplösning av fond	6 600	75 000
Summa kostnader	-584 721	-579 199

Resultat	69	1 167
-----------------	-----------	--------------

Balansräkning i sammandrag

Tillgångar	2023-12-31	2022-12-31
Byggnader IP	189 200	224 400
Fordringar över årsskiftet	19 152	23 577
Lager supporterkläder	15 102	19 704
Kassa och bank	890 866	892 401
Summa tillgångar	1 114 320	1 160 082
Eget kapital	-330 109	-331 040
Skulder		
Fonder	-574 089	-593 727
Lagens/sektionernas kassor	-163 164	-150 573
Skulder över årsskiftet	-46 958	-84 742
Summa skulder och eget kapital	-1 114 320	-1 160 082

Budget 2023



Intäkter

Budget 2024

Terminsavgifter	309 000
Kommunala bidrag	69 000
Sponsorintäkter	130 000
Startavgifter mm	0
Medlemsavgifter	90 000
Övriga intäkter	2 000
Övriga bidrag	0
Summa intäkter	600 000

Kostnader

Tävling/träning/hyra/material/licenser	-210 850
Arvoden ledare/domare	-50 330
Lokaler/PR/trycksaker/utbildning	-94 500
Administration/försäkring	-220 320
IP	-20 000

Avskrivningar

Räntekostnader / Ränteintäkter

Upplösning av fond

Summa kostnader

-596 000

Resultat

4 000



TACK TILL ALLA VÅRA SPONSORER 2022!

