



VÅREN 2016

Nu bygger vi ut hallen

Höganäs GF firar 120 år

Välkommen Jakob!

Vi startar ny pojktrupp

Grattis till stipendiet Julia!

VI MINNS SHREKSHOWEN





120 år av gymnastik

I På G 2012 skrev jag så här: "Vid starten av föreningen 1896 kan man beskriva den som en exklusiv herrklubb med max 30 medlemmar som utövade militärt inspirerad gymnastik. Idag är föreningen i huvudsak en gymnastikförening som bara ägnar sig åt motions- och tävlingsgymnastik för barn och ungdomar. Det som en gång i tiden var en manlig företeelse är idag en utpräglad tjejidrott och har vuxit från 30 medlemmar till idag 560."

2016 är vi över 700 medlemmar, men fortfarande samma förening som präglas av glädje över att röra på sig.

Vi har tänkt att två saker får fira HGF:s 120-årsjubileum:

1. En våruppvisning utomhus i gammal god stil på A-plan vid Sportcentrat. Vi har många gånger pratat om att göra en uppvisning utomhus, vilket man alltid hade förr i tiden. Det verkar som om de alltid hade vackert väder också. Vi hoppas på fint väder den 28 maj, men om det inte går att genomföra uppvisningen utomhus så får vi ställa in och fundera på om vi ska köra vid ett senare tillfälle.

2. En utställning om föreningen på Höganäs Museum 16/7-28/8. Det är Kullabygdens idrotts-historiska förening som bjudit in. Anncatrin Elversson i styrelsen leder HGF:s arbetsgrupp.

När jag ser tillbaka på det som redan gått av vårterminen kan jag konstatera att året började med en väldigt lyckad julshow med temat Shrek. Föreningens tjugofjärde julshow i rad.

Våra hoppgruppsgrupper har inte många år bakom sig, men fler och fler upptäcker det roliga med hopprep. Föreningen fick chansen att arrangera Hopprens JSM/SM och Rikshoppet i mars och Katrin Weinitz genomförde ett väldigt lyckat arrangemang.

Hoppet var att få med några av våra rephoppare till VM i sommar i Malmö, men det räckte inte riktigt till. Istället blev fem av hopparna inbjudna till Swedish Open Tournament som är ett för-VM. Jätteroligt för våra rephoppare. Lycka till!

Kommunfullmäktige beslöt den 16 december 2015 att tillskjuta 1 miljon kr till att förlänga Rackethallen. Kostnaden för det hela verkar bli högre än en miljon, därför har föreningen sökt pengar från Skåneidrotten och fått 400 000 kr till bygget. Vi väntar nu på besked från Idrottslyftet där vi ansökt om ytterligare 50 000 kr. Med den finansieringen är tillbyggnaden i hamn.

Det blir en 4 meter lång och 23 meter bred förlängning av hallen, ut mot parkeringen. Det ger fulla ansatser till både hårt och mjukt för trampett och tumbling. Dessutom får vi ett nytt förråd och genom att vi då kan ta bort gula väggen blir ytterligare 2 x 15 meter tillgängliga för gymnastik.

Förhoppningen är att det hela ska stå klart till mitten av augusti.

Med fulla ansatser till tumblingarna har vi beslutat att byta ut de gamla ansatserna. Det blir två 16 meter långa ansatser till det facila priset av 93 700 kr, varav Sparbanksstiftelsen Gripen bidrar med 40 000 kr.

För att råda bot på trängseln kring tumblingarna har föreningen också köpt in ett så kallat "airfloor", en uppblåsbar matta som är två meter bred och 27 centimeter hög. Dess prestanda är mycket likt ett vanligt tumblinggolv och skillnaden märks främst i de mest avancerade övningarna. Kostnaden är 53 000 kr, varav Idrottslyftet bidrar med 40 000 kr.

Till hösten kommer vi även att byta ut ett tumblingöverdrag som är tunnslitet ner till sista tråden. Här märks det verkligen att vi blivit många fler gymnaster i hallen. Tidigare höll ett överdrag i 5-6 år, nu är det 3-4 år mellan bytena – men det är ju ett positivt problem.

Till sist ett stort tack till våra bidragsgivare och sponsorer. Vi är stolta och glada över att så många väljer att satsa på Höganäs gymnastikförening. Tack!

/Rolf Atmer, Ordförande

På G ges ut av:

Höganäs gymnastikförening

Sporthallsvägen 15

263 54 Lerberget

tfn 042-33 32 43

www.hoganasgf.se.

Ansvarig utgivare: Rolf Atmer

Redaktör: Lena Ståleker

Omslagsfoto: Fredrik Rege

Foto: Lena Ståleker m fl.

Text: Lena Ståleker

Grafisk formgivning: Dag Ståleker

Tryck: Tryckservice i Ängelholm

Maj 2016



KONTAKTA OSS

Vill du prata med någon i styrelsen så finns kontaktuppgifter under »föreningen/styrelse« på vår hemsida.

Kansliets öppettider under terminstid är:

Måndag-fredag kl 8-15

Caféet har öppet fredagar kl 16-17.30 för försäljning av fika, föreningsartiklar, biljetter m.m.

På grund av härselskada besvaras inte telefon eller telefonsvarare. Vi ber er istället att mejla till kansliet på info@hoganasgf.se.

VÄLKOMMEN!

Vår uppvisning utomhus när Hög GF fyller 120 år

**Höganäs gymnastikförening fyller 120 år.
Det firar vi med en stor våruppvisning utomhus.
Eftersom Höganäs kommun fyller 80 år, så blir temat
på uppvisningen naturligtvis 80-tal.**

Höganäs GF fyller 120 år och samtidigt firar kommunen 80-årsjubileum. Vi firar med en annorlunda våruppvisning som hålls utomhus, som man gjorde på den gamla goda tiden. Temat är 80-tal så räkna med färgglada kläder och härliga låtar. Höganäs Musikkår medverkar också.

Platsen är A-planen på Höganäs Sportcenter, där publiken kan sitta på läktaren. Det kommer att finnas café på plats. Det är gratis inträde, men man är välkommen att skänka en slant till föreningens verksamhet för barn och ungdomar.

Uppvisningen är planerad till lördagen den 28 maj kl 11. Vi hoppas på fint väder, men skulle det inte gå att genomföra uppvisningen utomhus denna dag så får vi ställa in och eventuellt köra vid ett senare tillfälle. Vi mejlar besked till alla gymnaster om vi tvingas ställa in. Håll även utkik på vår hemsida och facebook!

Välkommen till en härlig uppvisning fylld med glädje, dans och volter!



Höganäs Gymnastikförening anno 1902.

UTSTÄLLNING PÅ HÖGANÄS MUSEUM

Vi har blivit inbjudna av Kullabygdens idrottshistoriska förening att i samband med 120-årsjubileet göra en utställning om föreningens mångåriga historia på Höganäs Museum. Utställningen visas den 16 juli-28 augusti och kommer bland annat att bjuda på bilder på dräkter och gymnastikkläder genom tiderna samt film från olika uppvisningar och tävlingar.

Så passa på att göra en utflykt till Höganäs Museum och ta gärna med era sommargäster för att visa upp vår fina förening genom 120 år. Mer info om öppettider och inträde finns på www.hoganasmuseum.se.

HALLÅ DÄR...



...Jakob Olsson som anställdes som tränare i Höganäs GF.

Välkommen Jakob! Vem är du?

- Jag är 20 år, snart 21, och bor i Viken. Jag växte upp i Höör med min mamma, pappa och lillasyster. Jag jobbar 50 procent i Höganäs GF och är även lärarvikarie i kommunens skolor. Utöver det så tränar jag själv med GF Frams herrlag.

Har du gympat länge?

- Nej, jag började när jag var 17 år. Innan dess spelade jag fotboll, men när det blev för oseriöst föreslog min mamma att jag skulle prova gymnastik. Hon har själv gympat här för Bende. Så jag provade i GF Örnen i Hässleholm och fastnade direkt. Sen gick jag över till GF Fram i Helsingborg som jag tävlade min första tävling med på Svenska cupen nu i april. Jag gillar gympa för det är en allsidig idrott som ger kroppskontroll, motion och så får man testa sina gränser.

Du är ansvarig ledare i USM-truppen och ledare i JSM, RM och Pojktruppen. Hur går det?

- Det känns jättebra! Det är roligt att se när gymnasterna lär sig nya saker och så älskar jag deras entusiasm. Sen lär jag mig ju också saker här. En bra ledare ser alla och kan lägga upp en träning för en hel grupp, men ändå individanpassa så att alla utvecklas. Och så ska man vara glad och positiv. Jag tror att jag är det, så länge jag får respekt tillbaka.

Du ska åka med USM-truppen till USM i Täby den 11-12 juni?

- Ja, det blir deras första tävling på SM-stegen och vi är med för att tjejerna ska få testa att tävla på den nivån. Det är inte alla som har åldern inne än, så vi ställer upp med ett lag i år. Efter USM ska jag åka till USA på semester och sen blir det nya tag till höstterminen.



Foto: Svante Bengtsson

Hoppfullt i Höganäs

Den 12-13 mars stod Höganäs GF som arrangör för SM och JSM i hopprep samt Rikshoppet. Det blev en helg med mycket hoppregglädje där sju föreningar ställde upp med 18 lag och 60 individuella starter.

Resultatmässigt gick det bra för Höganäs-hopparna med ett brons i lag i Rikshoppet och en fjärde plats i lag i JSM. Thea Wenitz kom 5:a individuellt i JSM och Svante Bengtsson 2:a individuellt i SM.

Hoppet var att kanske få med några av hopparna till VM i sommar i Malmö, men det räckte inte riktigt till. Istället blev fem av våra hoppare inbjudna till Swedish Open Tournament som arrangeras dagarna innan VM som en inbjudningstävling.

Förutom detta ska Höganäs GF åka till Alleröd i Danmark för att tävla i dansk-svenska mästerskapen den 28 maj. Lycka till!



Foto: Svante Bengtsson



Foto: Andreas Svensson, Westphoto

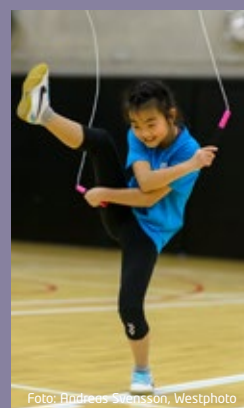


Foto: Andreas Svensson, Westphoto

Många duktiga hoppare tävlade för HGF.



Juniorcupen

Höganäs GF på tävlingar



Ungdomscupen



Höganäscupen

Sedan höstens nummer av På G har våra trupper och rephoppare fortsatt att tävla ute i gymnastiksverige. Det har också blivit flera fina medaljer, bland annat guld i Ungdomscupen, brons i JSM, silver i Juniorcupen, guld i Skånska mästerskapen 3 pojkar och brons i Vikingahoppet.



Skånska mästerskapen 3



Junior-SM



Riksmästerskapen 1

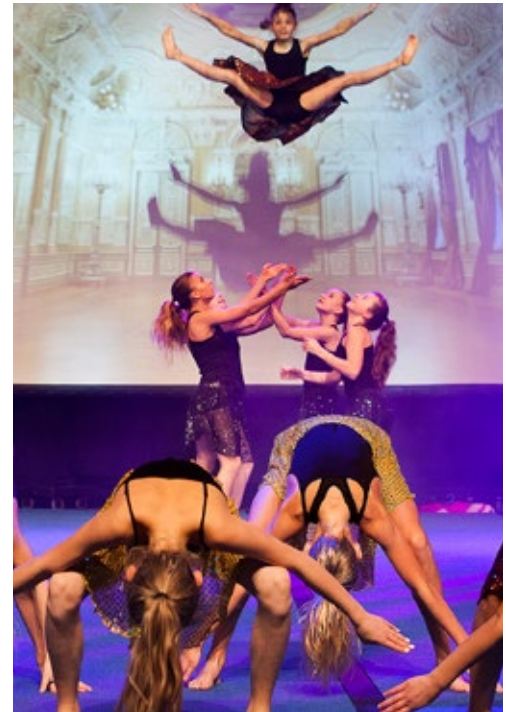


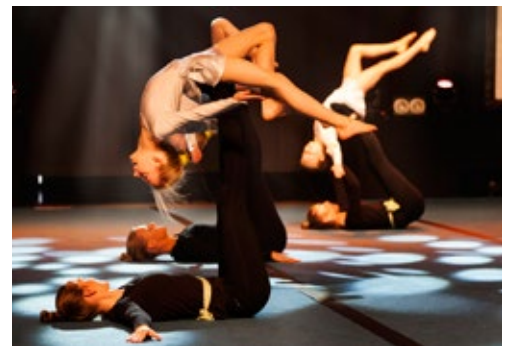
Vikingahoppet

SHREK



I januari gick föreningens tjugofjärde juls-
how av stapeln i Höganäs Sportcenter. I år
bjöd gymnaster och ledare publiken på en
gymnastisk tolkning av filmerna Shrek 1 och
2. Här minns vi den fantastiska föreställning-
en med en fotokavalkad av fotograf Fredrik
Reges bilder. Missade du showen eller vill se
den igen? Filmen finns att köpa på kansliet
för 150 kr.







Way to go, miss!



Julia Lopez har fått Sparbanksstiftelsen Gripens stipendium för sin förmåga att leda barn och ungdomar i Höganäs gymnastikförening. Julia är ledare i vår USM-trupp.

Grattis Julia – hur känns det att ha fått detta stipendium?

– Jag visste att jag blivit nominerad av föreningen, men så hörde jag inget på länge och trodde inte att jag fått det. Men så i april kom det ett mejl och då blev jag förstås väldigt glad.

Du är ledare i USM-truppen och har även haft andra grupper innan.

Hur blev du ledare?

– Jag gympade själv tills jag var 13 år, först AG och sen trupp. När jag var 11-12 år skadade jag nacken och fick inte träna på ett tag, då blev jag ledare för att ändå ha kvar gympan under tiden. Jag gillade det och var AG-ledare tills vi slutade ha AG i föreningen och då blev jag truppleddare.

Varför gillar du att vara ledare?

– Det är roligt att följa sina gymnaster och se deras utveckling. Och så känns det bra när man ser hur glada de blir när de klarar en ny övning. Vi har roligt på träningarna och vi har en bra gemenskap både i truppen, bland ledarna och i hela föreningen. Det känns bra att komma hit.

Hur är en bra ledare?

– Motiverande och strukturerad. Seriös men kan samtidigt skoja och ha roligt på träningarna. Jag försöker vara så.



Stipendiet är på 7 000 kr plus att föreningen får 3 000 kr som ska gå till utbildning av ledare. Stipendiet delas ut vid en gala i Lund den 19 maj. Vad ska du göra för pengarna?

– Jag tar studenten nu och planerar att åka till Australien i slutet på hösten, så då kommer pengarna till användning.

SAMLA KVITTON FRÅN CITY GROSS!

City Gross i Höganäs stödjer HGF med en procent av beloppet på alla kvitton från butiken som föreningen lämnar in. Under 2015 fick vi ca 30 000 kr i kassatillskott, pengar som går direkt till nya redskap och inventarier i hallen.

Så fortsatt samla och lämna in dina kvitton från City Gross i Höganäs. Fråga gärna mormor och farfar om vi får deras kvitton också. Lägg dem i lådan som finns ovanför trappan på läktaren. Tack!

STORT TACK TILL VÅRA NYA SPONSORER!

Vi hälsar föreningens nya sponsorer **Wellplast**, **Höganäs Energi** och **Barnparadis** varmt välkomna och tackar för stödet. Vill du också synas i en sund idrottsmiljö med ditt företag? För mer information om våra sponsorpaket - kontakta föreningens sponsorgrupp. Se hemsidan för mer info.





Ny trupp för pojkar 5-7 år

Allt fler unga pojkar tränar gymnastik i Höganäs. Och vilka är deras förebilder? Jo, de äldre killarna i vår pojktropp. Nu startar Höganäs GF en förberedande tävlingstrupp för killar 5-7 år och ledare blir bland andra Anton, Josef och Filip från pojktroppen.

I många år har det nästan bara varit tjejer som tränat gymnastik i Höganäs GF. Men sedan några år tillbaka har vi också en pojktropp med duktiga gymnaster och ledare. Många smågrabbar ser upp till killarna i pojktroppen och vill lära sig köra lika bra som de gör.

Därför har Marie Gartér tagit initiativet till att starta en ny pojktropp för killar i åldern 5-7 år (födda 09-11).

- Det blir en så kallad förberedande tävlingstrupp, vilket innebär att målet är att vi så småningom ska börja tävla. Det är viktigt att gymnasten vet detta, så att man är beredd på att träna grunder, förklarar Marie och tillägger:

- I början är det såklart inte fokus på tävling, prio är alltid att vi ska ha roligt tillsammans och att killarna ska känna glädje över att röra på sig och få lära sig nya saker.

Marie är ansvarig ledare för den nya pojktroppen och vuxna ledare är även Helene och Mats Johansson. Till sin hjälp har de tre duktiga ungdomsledare: Anton Eriksson, Josef Svensson och Filip Staaf som själva tränar i föreningens stora pojktropp.

- Vi är så glada att ha dem med oss, de är ju småkillarnas stora idoler, säger Marie.

Killarna tycker det ska bli jätteroligt att vara ledare i den nya pojktroppen.

- Vi har ju inte haft några äldre killar i föreningen att se upp till, så det känns bra om vi kan vara förebilder för yngre gymnaster. Det ska bli kul att få vara med från början och inspirera de här killarna, säger Filip.

Sugen på att testa?

Är din grabb sugen på att börja i pojktroppen? Efter våruppvisningen kör vi öppen träning tre måndagar då killar i åldern 5-7 år kan komma och prova en eller flera gånger. Tycker han sen att det är superkul och vill fortsätta, så anmäler du helt enkelt honom till pojktroppen som startar till höstterminen.

Öppen träning för pojkar 5-7 år hålls måndag 30 maj, 13 juni och 20 juni. Tiden är kl 17-18.30. Kom ombytt och ta med frukt och vattenflaska. Det kostar inget och ingen föranmälan krävs. Välkommen! Frågor? Mejla kansliet på info@hoganasgf.se.

STYRELSEN 2016

Vid årsmötet den 20 mars valdes ledamöter till styrelse och valberedning enligt följande:

Rolf Atmer, ordförande
Anneli Eriksson, vice ordförande samt ledar- och BoU-ansvarig
Emma Madsen, truppansvarig
Ann Söderholm, kassör
Lena Ståleker, marknad & PR
Anncatrin Elversson, sekreterare
Lotta Bengtsson, caféansvarig
Anna Hammarstedt, ledamot
Cecilia Hjelm, suppleant, tävlingsansvarig och webmaster
Catarina Henningson, suppleant
Susanna Ardemalm, valberedning
Henrik Ahlin, valberedning
Ellen Prütz, valberedning

BOKSLUT 2015

Årsbokslutet visar att Höganäs GF under året hade 700 medlemmar (varav 650 betalande), en ökning med 26 medlemmar mot året innan. 2015 hade föreningen 12 breddgrupper och 12 tävlingsgrupper igång.

Vi har investerat 122 000 kr i nya redskap och inventarier. Detta kunde vi göra tack vare bidrag från Idrottslyftet på 50 000 kr, Sparbanksstiftelsen Gripen på 30 000 kr samt kvittosponsoring från City Gross om drygt 30 000 kr.

Våra 99 arvoderade ledare har gått ett stort antal utbildningar, ett led i föreningens satsning för att bibehålla kompetensnivån. Den totala kostnaden uppgick till ca 90 000 kr med bidrag på 15 000 kr från Idrottslyftet.

Våra största utgifter var lön och arvoden till ledare och övrig personal samt kostnader för tävlingar och andra aktiviteter. Summa summa ett överskott på drygt 2 000 kr.



GILLA HGF PÅ FACEBOOK

På vår officiella facebook-sida lägger vi ut nyheter om tävlingar, uppvisningar och annan information med anknytning till föreningen. Följ oss på facebook så missar du inget!

www.facebook.com/hoganasgf

VARMT TACK TILL VÅRA SPONSORER:

GULDSPONSORER

Höganäs 

 Höganäs
Energi 





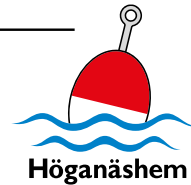


mediagarden.se

SILVERSPONSORER

 ZOEGA^S
FÖR ETT SMAKFULLARE LIV

schades



BRONSSPONSORER







































Handelsbanken

HÖGANÄS SHIPPING AB





Gräsklipparservice



Hyresgästföreningen

TACK TILL


Där maten gör skillnad



Goddag



