

Verksamhetsberättelse 2015 - måndagsgruppen barn födda 02-03

Tränare i gruppen har under året varit Henrik Terho och Judith Wagersten, med bistånd av Karin Lagerblad och Henrik Wagersten, samt vid enstaka tillfällen andra föräldrar till barnen i gruppen. Vid några tillfällen har också David Sieker hjälpt oss med bland annat teknikträning i kula och spjut. Det som karakteriserar gruppen är att vi som är med och tränar gruppen också är aktiva i själva träningen – om än inte alltid lika uthålligt som barnen.

Vårterminen inleddes i Tullbrokolans idrottshall, några av barnen hade då tillsammans med Henrik Terho redan sprungit på Vallarna före själva träningen. Inomhusträningen har främst bestått i löpskolning, koordinationsträning, häckträning, höjdhopp, stafetträning, reaktions- och startträning, cirkelträning, längdhopp på tjock matta och lite kula/spjut. Under våren, sommaren och början av hösten har sedan IP använts, där träningen blivit mer fullskalig och bland annat kompletterats med lite längre löpdistanser, spjutkast, samt tresteg. Många gånger har uppvärmningen då bestått av löpning ca 2 km i skogen, springande i trappor vid läktaren samt lekar. En klart lyft innebar det då vi fick tillgång till Arena Vesterhavet, då framför allt längdhoppet, kortdistanslöpningen med och utan häckar och startträningen har gått att träna bättre och mer på riktigt.

Antal aktiva i gruppen har minskat sedan 2014 och det är nu åter bara enstaka killar i gruppen. Av de barn som är kvar, är det flera som varit med i ganska många år. Under 2015 har det varit som mest 20 inskrivna barn, men på träningarna har antalet deltagare varierat mellan ungefär 8-15 barn. Vi har haft enstaka barn med handikapp i verksamheten, vilket har varit mycket positivt. Positivt har också varit att en större andel av barnen har fått mer tävlingserfarenhet och fått uppleva glädjen av att sätta nya "pers". Även om det naturligtvis är roligt för de barn som hamnar på prispallen, är ambitionen i gruppen främst att vi ska ha roligt och att varje barn ska kunna se hur de själva utvecklas tekniskt, blir starkare, snabbare och når nya höjder.

/ Henrik Wagersten