



*Fjärdhundra SK*

Verksamhetsberättelse 2023



## Styrelsen

- Styrelsen har under året haft 7 styrelsemöten, 1 årsmöte och 1 konstituerande möte.
- I januari bjöds styrelsen och alla ledare in till en planeringsdag på Kompassen i Enköping då vi planerade årets gemensamma aktiviteter och vilket fokusområde föreningen skulle ha under aktivitetsåret.
- Driften av föreningen kräver ett aktivt styrelsearbete som omser alla sektioner, skötsel av anläggning och kioskverksamhet, tillsättning av ledare och domare, värvning av sponsorer och nya medlemmar samt uppföljning av ekonomin. Styrelsen har under året fattat beslut om investeringar som påverkat ekonomin negativt. Det har varit åtgärder som styrelsen ansett nödvändiga för föreningen.
- Klubbprofil under året har varit CRAFT och vi har avtalat med Part i Enköping att hjälpa oss med detta.





## Ledare

Vi är 50 stycken ledare i föreningen. De är kärnan i vår förening, utan ledare kan vi inte erbjuda det breda utbud av aktiviteter som föreningen gör. För att visa uppskattning till våra ledare och för att få de att vilja stanna kvar som ledare erbjuder vi utbildningstillfällen och roliga aktiviteter.

## Utbildning

- Maj 2023 - Akut skadehantering Ashkan Kiani
- Juni 2023 - Att vara ung ledare William Lind
- Oktober 2023 - Trygga idrottsmiljöer Jonas Wärm
- November 2023 - Hjärt- och lungräddning Regina Maurd



## Ungdomsledare

Föreningen har ca 16 stycken ungdomsledare som hjälper till vid olika aktiviteter och är hjälpledare i olika lag. Dessa ungdomar har under året ansvarat för idrottsfritids, ett samarbete med Fjärdhundraskolan där fritidsbarnen får möjlighet att testa på olika idrotter och lekar en timme varje tisdageftermiddag. Ett mycket uppskattat samarbete.

---

# Fotballskul på Mellevi





# Fotboll

Fotbollssektionen har haft tre träffar varav två inför säsong och en efter säsong.

Nytt för året var att alla matcher skulle börja med en fairplay hälsning för samtliga åldrar. Det skulle även finnas minst en matchvärd på plats.

Inför säsongen köpte föreningen in två st 9-manna mål. Detta med stöd från generösa Fjärdhundrabor och Sparbanken Enköping. Dessa invigdes med "målfest", då det bjöds på bullfika samt att det gick att köra bollkastning i paus med fina priser.

Det köptes även in tre stycken nya "avbytarbänkar" som lagen kan ha med till bortamatcher.

I juni hölls den årliga fotbollsskolan, det deltog ca 45 barn.

EP-cupen hölls även i år på ett regnigt Mellevi IP.

Tyvärr fick föreningens seniorlag för herrar läggas ner pga spelarbrist.

## *Fotbollslag*

Det har varit sju stycken lag verksamma under säsongen. Fyra pojklag och tre flicklag. Fyra lag har deltagit i serie spel.

Det startades ett Mixlag för åldrar födda 2016-2017, med ett deltagarantal på över 40 barn. Laget delades därför upp i två lag, ett pojk- och ett flicklag. Totalt antal spelare i samtliga lag var ca 115 st. Totalt antal ledare var 34 st.

## *Utbildningar/ledare*

Två ledare har gått Svenska fotbollsförbundets ledarutbildning C för spelform 5-5.

Det gavs även chans till ett digital utbildningstillfälle via teams där sju stycken ledare valde att delta.

Det tillkom fem nya ungdomsledare denna säsong, vilket är mycket uppskattat av barn och äldre ledare.

Totalt deltog tio ungdomsledare fördelat i fyra stycken lag.

Klubben höll en utbildning för dessa ungdomar i föreningslokalen.

## *Sammanfattning*

En positiv anda över fotbollen med ett stigande antal deltagare och lag år efter år.

Fair play hälsning samt matchvärd har fungerat bra på Mellevi.

Efter utvärdering av domartillsättning under året beslutades att föreningen upphör att använda Cleverservice för tillsättning av domare. Under 2024 kommer föreningen själva att ansvara för tillsättning.

Två ledare i föreningen kommer att vara ansvariga för att kalla domare till utbildning och fördela ut matcher.

# Innebandy

Sektionen har under hösten utökats med två nya lag vilket känns jättekul! Mixade lag i åldrar barn födda 2014/15 och 2016/17.

P/F 2011-2013 har under året som gått haft 15 aktiva som tränat tre timmar i veckan och spelat seriespel i Panta Mera Blå. Laget deltog även i Storvretacupen samt varit på kortare lagstärkande aktiviteter såsom två SSL matcher och bowling.

Mix 2014/15 tränar en gång veckan och är 6-8 aktiva per träning. Gruppen har fått två nya ledare och stöttas även upp av två nya ungdomsledare.

Mix 2016/17 tränar en gång i veckan och är 2-7 aktiva per träning. Gruppen leds av en ledare som stöttas upp av ungdomsledare.

Motionsinnebandy gruppen tränar en gång i veckan och har 10-20 deltagare per träning.





# Handboll

Under 2023 hade föreningen ett lag med minihandboll utan matchspel. Det var en blandad grupp med killar och tjejer, ca 15–20 st. Två stycken tränare. Under hösten 2023 startade föreningen ett handbollslag U 7-9 mix, blandat killar/tjejer ca 15 stycken deltagare och tre tränare. Några av de som var aktiva i minihandboll började detta lag varför laget i minihandboll minskade i antal deltagare. U 7-9 mixlaget har arrangerat ett sammandrag på hemmaplan och har också spelat ett sammandrag i Enköping. Föreningen har fem stycken ungdomar som varit minihandbollsdomare vid sammandraget. Två stycken ledare är anmälda till Bollkulutbildning i Västerås.



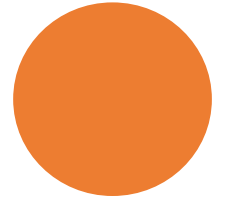
# Badminton

Föreningen har 21 stycken aktiva barn och ungdomar i gruppen samt tre ledare.

Under året har vi tränat tisdagar och fredagar och uppslutningen har varit omkring 70%.

Vi var till Örebro och deltog i "Örebro Junior Tour" vid fyra tillfällen, två på våren och två på hösten. Antal deltagare från Fjärdhundra var från sju till tolv tävlande och det är väldigt uppskattat av deltagarna och dom visar stor lagkänsla och hejar på varandra.

I våras var vi till Uppsala och tittade på Swedish Open i Badminton där vi fick se elitspelare från hela världen. Efter tävlingen var vi på Turbo (hopp och lek) och barnen och ungdomarna fick leka.



Josefine  
Hedlund  
anställdes som  
kanslist på  
25%. Började  
sin anställning  
hösten 2023



# Mellevi IP

Vår fina lokal på Mellevi IP har nyttjats flitigt av framförallt våra fotbollslag men även andra medlemmar vistas i lokalen när vi har gemensamma aktiviteter. Det är också möjligt att som medlem hyra lokalen för andra aktiviteter och nyttjats till bland annat barnkalas. Två seniora sällskap har nyttjat lokalen 1 gång i vecka. Det är ett sällskap som spelar kort och ett som ägnar sig åt hantverk. Det är glädjande att lokalen används för olika ändamål som lockar både gammal som ung.

Under hösten tog några ledare och föräldrar initiativ till att öppna upp lokalen för barn som går i åk 5-6 att vistas i en fredagskväll i månaden. Det var ett mycket uppskattat initiativ som förening också fått medel från kommunen att driva.

Fjärdhundra SK

Publicerat av Josefine Hedlund · 19 november 2023 ·

[www.fsk.nu/.../Dags-for-arets-sista-fredagshang...](https://www.fsk.nu/.../Dags-for-arets-sista-fredagshang...)

...ig som är  
... i  
Fjärdhundra SK  
... går i årskurs  
5-6

Fredagshäng på  
Mellevi  
med  
Fjärdhundra

...r årets sista fredagshäng 24/11

...skurs 5-6 och är medlem i Fjärdhundra sportklubb (eller

# Anläggningen

Grässäsongen 2023 var spännande, allt började som vanligt med spridning av gödning och kritning i april. Våren och försommaren visade sig torrare än väntat och gräset klipptes endast en till två gånger i veckan och vid midsommar kändes det som att klippningen var över. Men sen kom regnet och ända fram till oktober klipptes gräset 3-4 ggr per vecka, vid ett fåtal tillfällen tvingades vi ställa in träning och match för att rädda gräset.

Under EP-Cupen hyllades vi för fantastiska spelplaner, vilket så klart värmer anläggningskommittén.

Gräsklipparen har också ställt till det under säsongen och reparationerna har varit många och kostsamma men kritmaskinen har balanserat upp känslorna genom sin driftsäkerhet och vit färg finns kvar några år till.

När det gäller fastigheten har vi drabbats av ett inbrott under hösten -23 som polisen tog på allvar då fler anläggningar drabbats, utredning pågår fortfarande. Ärendet är anmält till försäkringsbolaget och vi väntar på besked om kompensation för det som stals under inbrottet.

Nya städrutiner har tagits fram för omklädningsrum och lokaler vilket gett ett fantastiskt resultat.

Vi har också haft möte med kommunen och till säsongen 2024 är vi lovade nya avbytarbås.

Sammanfattningsvis kan man säga att ideella oavlönade krafter har på bästa sätt förberett Mellevi för en ny säsong!



## Stöd och bidrag under året

Föreningen har sökt ekonomiskt stöd i olika former. Följande stöd blev beviljat;

- Verksamhetsstöd från Enköpings kommun 2023
- Utvecklingsbidrag från Enköpings kommun inför verksamhetsåret 2024
- Badmintonförbundet
- Handbollsförbundet
- RF-SISU

# Friskvård

## *Barngympa*

Hade under våren 12 tillfällen med i snitt 12 barn/gång. 2 ledare fanns då men de slutade efter den terminen.

På höstterminen tillkom 2 nya ledare.

De har haft 12 tillfällen med i snitt 11-12 barn/ gång. De har 20 barn på pappret.

## *Utefys tisdagar*

28 tillfällen har gjorts under -23, ute i elljusspåret. I snitt var det 4 utövare/gång. Lite fler under vår, sommar och höst och lite färre under vintern.

Nytt för i vintern -23/24 är att man har åkt längdskidor, då det funnits fina spår i elljusspåret.

## *Cirkelfys torsdagar*

35 tillfällen har gjorts -23. I snitt var det 9 utövare/gång i lilla hallen. Fokus har varit att jobba med sin egen kropp som verktyg. Både styrka och kondition.

## *Skidor*

Tidiga vårvintern -23 bjöd inte på särskilt mycket snö i våra trakter, men ändå var 12 åkare från Fjärdhundra SK anmälda till olika lopp under Vasaveckan 2023.

8 FSK-åkare deltog på Vasaloppet, varav 1 tyvärr tvingades bryta.

Som vanligt kördes Vasabussen med åkare från både Fjärdhundra och Enköping.

Inför Vasaloppet kördes en del seedningslopp, såsom Engelbrektsloppet.

Under 2023 kom snön och man har kunnat träna inför kommande lopp på hemmaplan både i Fjärdhundraspåret, Skattmansö och Torstuna.



# Isrinken

---

Ledare och medlemmar har arbetat för att kunna erbjuda Fjärdhundraborna en fin is att åka på. Vintern 2023 gav möjlighet till skridskoåkning och föreningen arrangerade en nyårsmatch på nyårsafton. Alla som ville vara med var välkomna och ca 70 personer samlades vid rinkens för hockey och grillning. Elskåpet vid rinkens var trasigt och föreningen behövde bekosta reparation för att få belysning för säsongen. Det var en god investering. Föreningen har också investerat i en container som vi kan förvara slangar och andra verktyg som vi behöver för att kunna hålla is.







NYÅRSMATCH

# Föreningsutveckling årshjul

FÖRENING

FJÄRDHUNDRA SK

**DECEMBER**

**JANUARI**

Planeringsdag

**FEBRUARI**

Fotbollssektionsträff  
Årsmöte

**NOVEMBER**

Årsfest/ledarfest?

**MARS**

Gemensamt - knäkontroll

**ÅTERKOMMANDE**

Ledarutbildningar samtliga sektioner  
Gemensamma ledarträffar  
Styrelsemöten

**OKTOBER**

Halltider  
Fixardag - Mellevi

**APRIL**

Gemensamt - idrottspsykologi  
Innebandysektionsträff  
Halltider  
Fixardag Mellevi, ledarträff/fest  
Klädprovning

**SEPTEMBER**

Fotbollssektionsträff  
Gemensamt - träningslära  
Innebandysektionsträff  
Fixardag - hallen

**MAJ**

**AUGUSTI**

Fotboll - EPcup  
Föräldramöte

**JUNI**

18-19 sommarkul på Mellevi


**JULI**

Run for Othila





Skapa ett  
gemensamt  
årshjul!



Vi arbetar för en ökad samverkan  
mellan sektionerna – vi fokuserar på  
vad vi kan göra tillsammans och hur  
vi kan arbeta mer enhetligt.

# Resultat 2023

## **Intäkter**

423 357 (jmfr 2022, 501 525)

Minskade intäkter från  
medlemsavgifter och statliga och  
kommunala bidrag.

Ökade intäkter från sponsring,  
kiosk och spel/lotteri

## **Utgifter**

738 448 (jmfr 2022, 554 529)

Ökade utgifter för startavgifter,  
lagaktiviteter, material,  
förbrukningsinventarier och  
personal

- 315 091

# Balansrapport

**Summa tillgångar**

**441 098**

## Budgetunderlag 2024

	2024
RÖRELSEINTÄKTER	
Försäljning	
3010 <u>NewBody</u>	0
3011 Ravelli	0
3013 Försäljning Kakservice	0
3117 Tipspromenad	0
3120 Intäkter Kiosk	50 000
3210 Reklamintäkter	100 000
3305 Fysträning	12 000
3306 Stöd till rinken	0
3320 Svenska Folkspel	15 000
3321 Sportlotteriet	50 000
3330 Svenska Spel	20 000
3340 Fotbollsskola	0
3411 Uthyrning av lokaler	5 000
3500 Fakturerade kostnader	0
3610 Medlemsavgifter	155 000
Summa försäljning	<b>407 000</b>
Övriga rörelseintäkter	
3985 Erhållna statliga bidrag	100 000
3986 Idrottslyftet	
3987 Erhållna kommunala bidrag	100 000
3989 Övriga erhållna bidrag	50 000
3990 Övriga ersättningar och intäkter	10 000
3994 Försäkringsersättningar	0
Summa övriga rörelseintäkter	<b>260 000</b>
SUMMA RÖRELSEINTÄKTER	<b>667 000</b>

RÖRELSEKOSTNADER		
Material och varor		
4030	Licenser	5 000
4040	Startavgifter	40 000
4050	Lagaktivitet	40 000
4060	Material	100 000
4061	Material A-laget	0
4070	Förtäring	3 000
4080	Domare	15 000
4330	Kostnader fotbollsskola	0
4525	Inköp kiosk	35 000
4902	Aktiviteter	20 000
	Summa material och varor	<b>258 000</b>

5090	Övriga lokalkostnader	0
5110	Plan och hallhyror	80 000
5111	Klippning, kritning och gödsel	5 000
5190	Övriga fastighetskostnader	0
5360	Bensin, fotogen och motorbrännolja	3 000
5410	Förbrukningsinventarier	30 000
5460	Förbrukningsmaterial	10 000
5520	Reparation och underhåll av inventarier	1 000
5830	Kost och logi	
5890	Övriga resekostnader	3 000
5910	Annonsering	0
6070	Gåvor och uppvaktningar	5 000
6210	Tele	6 000
6230	Datakommunikation	3 000
6250	Postbefordran	8 000
6310	Företagsförsäkringar	3 000
6320	Förtäring möten mm	
6530	Redovisningstjänster	30 000
6540	ADB-tjänster	3 000
6570	Bankkostnader	5 000
6590	Övriga externa tjänster	2 000
6981	Föreningsavgifter	7 000
6982	Föreningsavgifter, ej avdragsgilla	
6991	Övriga externa kostnader	
	Summa övriga externa rörelseutgifter	<b>204 000</b>
	Utgifter för personal	
7110	Ersättning tränare	8 000
7331	Bilersättningar, skattefria	
7610	Utbildning	
7210	Ersättning tjänstemän	170 000
	Summa utgifter för personal	<b>178 000</b>
	SUMMA RÖRELSEKOSTNADER	<b>640 000</b>
	Rörelseresultat	<b>27 000</b>