

Verksamhetsberättelse

Idrottsklubben Studenterna i Umeå

IKSU

2023

Innehåll

Hedersmedlemmar i den ideella föreningen IKSU	3
Ordförande har ordet.....	4
VD/Sportchef har ordet	5
Gruppträning och simskola.....	6
Gym	6
Klättring	7
Boll- och racketsport	8
Personlig träning och fysioterapi	8
Hud- och spabehandlingar, massage och massageterapi.....	9
iTrim viktminskningsprogram	9
Sportsliga prestationer 2023	10
Sektionerna berättar.....	12
Sektion: IKSU alpin	12
Sektion: IKSU basket.....	13
Sektion: IKSU beachvolley.....	13
Sektion: IKSU brännboll	14
Sektion: IKSU friluftss.....	14
Sektion: IKSU innebandy	15
Sektion: IKSU kampsport	16
Sektion: IKSU kendo.....	17
Sektion: IKSU klättring.....	17
Sektion: IKSU kraftsport	18
Sektion: IKSU längdskidor	19
Sektion: IKSU multisport.....	20
Sektion: IKSU rugby	20
Sektion: IKSU simning.....	20
Sektion: IKSU squash.....	21
Sektion: IKSU volleyboll	22
Styrelsen 2023	24

Hedersmedlemmar i den ideella föreningen IKSU

Kriterier:

Person som kommer i fråga för hedersmedlemskap ska under lång tid utfört synnerligen värdefulla och extraordinära insatser i föreningens anda och för dess utveckling. En Hedersmedlem föreslås av IKSU:s styrelse och godkänns på föreningens Årsmöte. Nedanstående personer är vid dags dato utnämnda hedersmedlemmar:

Anderz Andersson Tidigare styrelseordförande	Åsa Hagner Tidigare ledamot i IKSU:s styrelse
Sigbrit Franke (avliden) Tidigare rektor vid Umeå Universitet	Stellan Boström Tidigare tjänsteman IKSU
Jan Åman (avliden) Tidigare Sportchef IKSU	Erik Dahlgren Tidigare styrelseledamot IKSU
Anders Sjölund Tidigare tjänsteman IKSU	Hans Sundberg Tidigare styrelseledamot IKSU
Staffan Byström Initiativtagare till Brännbollscupen	Therese Andersson Tidigare innebandyspelare IKSU
Anders Wallström Tidigare tjänsteman IKSU	Susanne Ekblom Tidigare innebandyspelare IKSU
Walter Rönmark Tidigare styrelseordförande	Annika Theens Tidigare tjänsteman IKSU
Svante Rasmusson IKSU-medlem och OS-medaljör	Ulf Widmark Tidigare styrelseledamot IKSU
Staffan Ling IKSU-medlem	Josefina Eiremo Tidigare innebandyspelare IKSU
Ann-Christin Bard Sandström Tidigare ledare inom IKSU alpin	Iza Rydfjäll Tidigare innebandyspelare IKSU
Bo Andersson Tidigare tjänsteman IKSU	Simon Dahl Tidigare styrelseledamot IKSU
Margareta Ericson Lif Tidigare Sportchef IKSU	Ida Lestander Tidigare styrelseledamot IKSU
Björn Berg Tidigare beachvolleyspelare IKSU	

Ordförande har ordet

I en osäker värld, och när vi inte alltid kan styra över vad som sker, är det viktigare än någonsin att finna trygga miljöer och fasta punkter i tillvaron. IKSU har varit en öppen ideell idrottsförening sedan vi grundades 1959. Detta innebär att vi i 65 år verkat utifrån den svenska idrottsrörelsens gemensamma värdegrund. En värdegrund som baseras på fyra grundpelare: glädje och gemenskap, demokrati och delaktighet, allas rätt att vara med, och rent spel.

Dessa värderingar genomsyrar vår verksamhet. Vi ska vara en plats där vi kan träffas, umgås och må bra tillsammans. En plats där glädje ligger till grund för fysisk aktivitet på alla nivåer. Genom våra sektioner och inte minst årsmötet är alla medlemmar välkomna att delta i de beslut och de processer som formar vår verksamhet, i stort och smått. Vi ska arbeta för att alla som vill ska kunna delta efter sina egna förutsättningar och vi ska sträva efter en sund, hållbar verksamhet fri från fusk, diskriminering, trakasserier, kränkningar och våld såväl i som utanför våra lokaler.

Det engagemang jag möter hos medarbetare, ideella, sektionsaktiva, medlemmar och andra, även i turbulenta och osäkra tider, stärker min övertygelse om att vi på detta sätt bidrar till något bra. Även om vi idag ser tillbaka på ytterligare ett år med stora utmaningar, inte bara för IKSU utan för stora delar av vårt samhälle, är detta engagemang obrutet. Därför är jag också övertygad om att vi kommer att vara en stark positiv kraft och en trygg och viktig plats även i framtiden.

Umeå, mars 2024

Anders Rebbling, styrelsens ordförande

VD/Sportchef har ordet

2023 har varit ett händelserikt år med många positiva inslag, trots de utmaningar som följt med inflationen.

I januari slog vi upp dörrarna till vår fjärde anläggning IKSU plus Hedlunda. Mottagandet har varit väldigt fint och många medlemmar har uppskattat närheten till en modern anläggning med öppna ytor och generöst med fria vikter. Under året blev vi också 500 fler medlemmar och betydligt fler valde träningskort med tillgång till alla anläggningar vilket innebär tillgång en fantastiskt bred palett av idrott, träning och rekreation i olika miljöer. Med vår nya och effektiva webb som vi utvecklade under året har det dessutom blivit enklare för Umeåbor att upptäcka IKSU:s breda utbud, att bli medlem och ta del av vårt innehåll.

2023 har vi haft starkare besökssiffror än tidigare år. Vår klätterhall slog dessutom besöksrekord under 2023, här arrangerades SM och ca 450 personer deltagit i olika klättertävlingar. Med fler gruppträningspass, högre beläggning och fler besök än föregående år har gruppträningen också vuxit under 2023. Inte minst på IKSU spa som fått nya styrkemaskiner under året och haft riktigt starka besökssiffror.

På IKSU sport har vi uppdaterat gymmet med nya skonsamma löpband och simhallen har fått ny och mer effektiv ventilation. Sektionerna har som vanligt genomfört en stor mängd fantastiska aktiviteter och arrangemang, vilka man kan läsa om nedan.

Fler än i fiol har nyttjat våra hälsotjänster. Vi har haft hög efterfrågan på massage, hud- och spabehandlingar men också på PT-grupper som varit väldigt populära.

Den höga inflationstakten medförde stora kostnadsökningar på i princip alla våra olika kostnadsslag. Därför har vi ihärdigt fortsatt arbetet med att minska kostnaderna och prioritera var vi lägger våra resurser. Alltid med utgångspunkt från våra medlemmars behov och önskemål.

Återigen riktar vi ett stort varmt tack till medlemmar, instruktörer, ledare, sektionsaktiva och anställda. Tillsammans har vi ännu ett år skapat träningsglädje, hälsa och gemenskap för tusentals friskare och starkare Umeåbor!

Umeå i mars 2024

Marie-Louise Jarlenfors, Sportchef/VD

Gruppträning och simskola

Under 2023 hade vi drygt 262 000 besök på våra gruppträningspass. Det är drygt 20 000 fler besök än under föregående år. En extra anläggning, IKSU plus Hedlunda, som öppnade i början av året, har givetvis bidragit till ökningen (ca 5 300 besök).

Vi erbjöd hela 15 800 aktivitetstillfällen under året och den genomsnittliga beläggningsgraden var 58% (2022 var siffran 55%). På IKSU spa har gruppträningen varit extremt populär i år, här var beläggningsgraden i snitt 65%, vilket är en fantastisk siffra.

Våra deltagare är fortsatt främst kvinnor (77%). Vi har deltagare i alla åldrar men vår absolut största målgrupp är kvinnor i åldrarna 20 - 29 år. Dessa tränar främst på IKSU sport. Av drygt 170 000 gruppträningsbesök på anläggningen var 51 000 just från denna målgrupp. På IKSU spa är medelåldern betydligt högre, här har vi en jämn fördelning i spannet 40 - 69 år. På våra plusanläggningar är merparten i åldrarna 30 - 49 år.

Våra största träningsformer, sett till antal besök, är Cykel och Total Training där vi under 2023 hade ca 50 000 besök i respektive träningsform. 35 000 besök gjordes på våra Yoga, Yin Yoga och BODYBALANCE. Aqua och BODYPUMP hade 28 000 besök vardera och våra danspass hela 21 000 besök. Vi följer den globala trenden inom gruppträning, där funktionell träning, rena konditionspass och Yoga är det man pratar om. Extra kul är att vår Aqua-verksamhet lockar så många deltagare. Här hittar vi främst våra seniorer som är enormt aktiva.

Under året genomförde vi i vanlig ordning Vasalopp, grundutbildning i Total Training, vi arrangerade sommarpass på Klabböle Energicentrum samt vår stora inspirationsdag Höstpeppen med både interna och externa inspiratörer. Utöver dessa arrangerades flertalet mindre medlemsaktiviteter.

Hösten 2023 pågick ett stort arbete med att flytta all vår schemaläggning och vikariehantering från Quinyx till BRP. BRP:s nya modul Class Manager var inte helt utvecklat och vi fick möjligheten att delta i utvecklingen av systemet.

IKSU:s simskola fortsätter locka många barn. I vanlig ordning genomfördes kurser både under våren och hösten, antalet kurser utökades för att möta den stora efterfrågan, även dessa blev i princip fullbokade. Vi fick också förfrågan från Umeå Kommun att anordna simskola för nyanlända barn och ungdomar, vilket genomfördes med mycket goda resultat. Detta samarbete fortsätter under 2024.

Simlärarna fick den årliga HLR-utbildningen av nyligen utbildad personal på IKSU.

Gym

Den stora händelsen 2023 var öppnandet av IKSU plus Hedlunda som är ett nytt fint gym med modern touch. Gymmet har mycket öppna ytor och fria vikter, och då främst skivstångsytor. Detta är något IKSU tidigare saknat,

men nu finns det en jättefin stor öppen yta i mitten av gymmet där medlemmarna själva kan välja vad de vill träna. Det är bland annat detta som efterfrågas på marknaden.

IKSU sport fick nya löpband med nyare teknik som gör att löpningen blir mer skonsam för kroppen då löpytan är mer sviktande. De ska också vara mer fysiskt och ekonomiskt hållbara.

IKSU spa fick till stor del sina styrkemaskiner utbytta då befintliga var 20 år gamla, men även maskiner med funktioner som inte funnits där tidigare. Detta för att kunna bredda utbudet så att IKSU kan nå fler målgrupper. I övrigt har det varit mycket drift av utrustning samt planering av förändringar på gymmen under 2024.

Klättring

2023 slogs besöksrekord i Lofoten med strax över 120 000 besök. Alla månader 2023 har högre besökssiffror än 2022. Året har haft flera veckor med toppar över 3 000 besök. Det är främst boulderingen som drar mycket folk medan det är något lägre antal klättrare på repväggarna än tidigare år. SM i Lead arrangerades under SM-veckan i Umeå i slutet av juni. Det var första gången någonsin en klättertävling direktsändes i SVT. Tävlingen gjorde ett positivt ekonomiskt resultat både för IKSU och Svenska klätterförbundet och nu finns en utarbetad samarbetsmodell för större tävlingar att jobba vidare på.

Det har även hållits ett antal andra arrangemang under året; Sverige-cup i Lead i april, IKSU:s etthundra i oktober, barn- och ungdomstävling i december och slutligen Novemberdraget som med 250 deltagare i seniorklassen fortfarande är en av Sveriges absolut största klättertävlingar. Totalt 444 personer har deltagit i våra tävlingsarrangemang under 2023.

Efterfrågan på toppreps- och ledkurser har fortsatt varit lägre än förväntat vilket medfört att det gjorts omprioriteringar i utbud och arbetssätt. Det har varit kurser och uppklättringar upp till 4 vardagkvällar i veckan. Cirka 30 arveroderade instruktörer har arbetat med klätterverksamheten i någon form under året.

Antalet anmälningar till barn- och ungdomsverksamheten har också minskat något jämfört med 2022. Under året har 223 barn deltagit i träningsaktiviteten.

Under året har det bokförts 89 nya leder och 502 boulderproblem i Vertical Life. Den planerade rotationen på lederna har varit lägre än planerat vilket till viss del beror på trasig bomlift och lägre resurser än tidigare år i form av personal och klättergrepp. Ombyggnationen på boulderväggarna har hållit den planerade rotationstakten där varje byggt problem bytts ut efter 7–8 veckor. Arbetet i klätterhallen inkluderar även ett omfattande underhåll och kontroller för att säkerställa en hög säkerhet på anläggningen. Detta arbete sker främst under lågsäsong och semestertider.

Den fysiska arbetsmiljön har fortsatt varit prioriterad under 2023 och kommer vara ett långsiktigt utvecklingsområde även under kommande verksamhetsår.

Boll- och racketsport

2023 arrangerades ledarledda bollpass i beachvolleyboll, basket och squash på IKSU sport samt icke ledarledda bollpass i innebandy, fotboll och volleyboll. Under hösten slog vi ett slag för ett par av racket-sporterna där vi under september månad erbjöd ledarledda prova-på-pass i pickleball och under november och december ledarledda pass i badminton. Intresset var stort och många av passen fullbokade, cirka 50 unika deltagare deltog. Vi arrangerade två medlemsturneringar i squash och en beachvolleybollturnering riktad mot studenter, fortsatt är bollturneringar ett uppskattat och efterfrågat inslag bland våra medlemmar.

Under året bokades:

- 12 820 timmar badminton (2 644 medlemmar)
- 2 016 timmar bordtennis (554 medlemmar)
- 7 316 timmar beachvolleyboll (1 330 medlemmar)
- 5 616 timmar squash (1 088 medlemmar)
- 311 timmar pickleball (135 medlemmar)
- 3 672 timmar golf (519 medlemmar)

Antalet banbokningar är ungefär som föregående år.

Personlig träning och fysioterapi

Under 2023 har vi glädjande kunnat konstatera en ökning i antalet kundtimmar jämfört med föregående år. Förutom att nå en högre bokningsbeläggning har fokus också legat på att öka snittintäkt per timme och tränare/terapeut. Som ett led i detta har det varit intressant att i arbetsgruppen komma i gång med starten av våra numera populära PT-grupper ex. Stark Tjej och Klimakteriestark. Under senare delen av året såg vi också hur efterfrågan ökade kring våra företagstjänster. Detta och bibehållen aktivitet och utveckling av nya PT-grupper tar vi med oss in i år 2024.

Inom fysioterapin såg vi en försiktig ökning i efterfrågan på våra tjänster. Detta främst genom våra samarbeten via företagshälsovård och försäkringsbolag. Samtidigt som vi utökat antalet samarbeten med försäkringsbolag, har vi under året färdigställt samarbetsavtalet med ny leverantör inom företagshälsovården. Under året har vi arbetat kontinuerligt för att skapa synlighet av våra fysioterapeuter: Event som "Fråga en Fysio", IKSU spa:s jubileumsvecka, Höstpeppen på IKSU sport m.fl. har fungerat bra för att fylla det syftet. Eventen har varit välbesökta både på IKSU sport och IKSU spa och är något vi ämnar fortsätta med även under 2024.

Hud- och spabehandlingar, massage och massageterapi

Under året rekryterades nya terapeuter med kompetens både inom hud- och spabehandling samt massage. Vi har haft bra efterfrågan på hud- och spabehandlingar och som vi förväntat oss mycket hög efterfrågan på massage, där vi också nådde upp till uppsatt budgetmål.

Vid medlemskvällar på IKSU spa erbjöds besökarna att prova på kortare behandlingar, vilket blev mycket uppskattat. Vi har även erbjudit aktiviteter vid Morsdag och Massagens dag. Våra massörer har fortbildat sig inom massage under året.

Även inom området massageterapi nådde vi uppsatt budgetmål. I samband med Höstpeppen fanns massageterapeuterna på plats för att svara på frågor och ge tips. Under vissa perioder under året var efterfrågan på massageterapi på IKSU sport lägre än vanligt, främst pga lägre efterfrågan från vår samarbetspartner inom företagshälsovård. För att behålla en hög beläggning på våra massageterapeuter anpassades schemalaggingen så att fler tider kunder erbjudas på IKSU spa i stället för på IKSU sport.

iTrim viktminskningsprogram

Under vårterminen påbörjade 26 personer i trim-programmet. Vid höstterminens start beslutades att iTrim-verksamheten ska avvecklas och inga nya deltagare tas därför in för att påbörja programmet. Många befintliga deltagare har valt ett tvåårsprogram, och de sista avslutas i december 2024.

Under våren genomfördes olika träffar med temat "återhämtning" samt "prova på träning". Vi genomförde även två stegutmaningar under sommaren samt en bonusträff med morgonträning i Bräntbergsbacken. Under hösten träffades deltagarna vid ett tillfälle för morgonyoga och mindful eating-frukost och i december kunde de ta del av en inspelad workshop på temat "Så klarar du helgerna". Under året fick deltagarna löpande inspiration via facebook och månadsmail; aktivitets-pepp, motivationshöjare, produkterbudanden, fakta inom olika hälsoteman som stress och återhämtning, recept mm.

Sportsliga prestationer 2023

Vid IKSU:s årsmöte uppvaktas de som tagit medalj i:
Internationella mästerskap (EM, VM, OS) inklusive motsvarande
internationella studentmästerskap samt i RF:s mästerskapstävlingar
(senior, junior och ungdoms SM) inklusive student SM.

Pia Sjölund	Guld	Beachvolley SM Veteran 50+	IKSU beachvolley
Erik Liljestränd	Silver	Beachvolley SM mixed	IKSU beachvolley
Felicia Granberg	Brons	Beachvolley SM	IKSU beachvolley
Johanna Wikberg	Brons	Beachvolley SM	IKSU beachvolley
Kerstin Östberg	Brons	Beachvolley SM Veteran 35+	IKSU beachvolley
Karl Dahlgren	Guld	Jujutsu fighting master herr -85 kg	IKSU kampsport
Emil Petersson	Silver	Jujutsu fighting senior herr -77 kg	IKSU kampsport
Evelina Broman	Brons	Kendo SM individuell	IKSU kendo
Sonya Näsman	Guld	Styrkelyft SM 76 kg	IKSU kraftsport
Elsa Sörman Paulsson	Silver	Styrkelyft SM 69 kg	IKSU kraftsport
Nina Svarvare	Brons	Styrkelyft SM 52 kg	IKSU kraftsport
Edvin Forsgren	Brons	Styrkelyft SM 74 kg	IKSU kraftsport
Malin Björklund	Silver	Styrkelyft SM	IKSU kraftsport
Nina Svarvare	Guld	Bänkprens 57 kg Universitets EM	IKSU kraftsport
Tyra Häggström	Brons	Styrkelyft 52 kg	IKSU kraftsport
Julia Servin	Silver	Junior-SM Styrkelyft 69 kg	IKSU kraftsport
Julia Servin	Silver	Junior-SM Styrkelyft 57 kg	IKSU kraftsport
Tyra Häggström	Silver	StudentSM styrkelyft 69 kg	IKSU kraftsport
Julia Servin	Silver	StudentSM på koefficient	IKSU kraftsport

Vincent Bonn	Silver	StudentSM Styrkelyft 120 kg	IKSU kraftsport
Marianne Thynelius	Brons	Veteran SM Styrkelyft M2	IKSU kraftsport
James Holmström	Brons	Veteran SM Styrkelyft M1	IKSU kraftsport

Sektionerna berättar

Sektion: IKSU alpin

IKSU alpin vill förmedla skidglädje till våra resenärer genom att arrangera skidresor och andra skidrelaterade aktiviteter till ett lågt pris med god kvalitet och hög service.

Sektionen bestod av 13 medlemmar under verksamhetsåret 2023. Medlemmarna var indelade i fem olika arbetsgrupper som arbetade för att täcka de olika arbetsområdena under året. Dessa arbetsgrupper innefattade; marknadsföring, företagskoordinator, sponsorer och International resa, lekmästare, utbildning och rekrytering, utvärdering, kläder och marknadsföring samt ekonomi.

Utöver dessa arbetsgrupper var medlemmarna indelade i eventgrupper i form av grupp Snömässan samt grupp Köp&Sälj, som arbetade inför höstens event. Under våren 2023 röstades det om att göra ändringar i arbetsgrupperna och grupp A slogs ihop med grupp D. De numera tre (utöver eventgrupperna) arbetsgrupperna verkställdes under hösten 2023. Utöver arbetsgrupper var medlemmarna indelade i olika resegrupper utifrån vilken resa medlemmarna ansvarade för. Under året 2023 minskades antalet resegrupper från sju till fyra.

Sektionsstyrelsen bestod under våren 2023 av fem ledamöter; ordförande, vice ordförande, kassör samt två ledamöter. Vid årsmötet i maj valdes den nya styrelsen in. Då många medlemmar i IKSU alpin från året 22/23 lämnade sektionen bestod den nya styrelsen inför hösten 2023 enbart av tre medlemmar, varav två från den gamla styrelsen. Under hösten 2023 fick sektionen och styrelsen ett sent avhopp vilket gjorde att styrelsen enbart bestod av två medlemmar. Under hösten 2023 valdes två nya medlemmar in och styrelsen består nu av fyra medlemmar; ordförande, vice ordförande, kassör samt en ledamot.

De planerade resorna för våren 2023 var Student Ski (Hemavan), Borgafjäll, Kittelfjäll, Internationals Day, Topptur samt Åre. Verksamhetsåret började med Student Ski-resan till Hemavan. Resan var planerad för sju bussar men på grund av avhopp åkte endast sex bussar, samtliga ledare deltog. Därefter var det resan till Borgafjäll, innehållande 2 minibussar med 14 resenärer och fyra ledare. Kittelfjällresan inkluderade 15 resenärer och 3 ledare. Internationals day blev tyvärr inställd på grund av för litet intresse. I april gick Topptursresan med två ledare och sex resenärer. Åre-resan blev inställd på grund av för litet intresse samt en lång avbokningstid vilket gjorde att vi inte hade råd att vänta in fler bokande. Resan var tänkt att innehålla två ledare samt 46 resenärer (en buss).

Under året 2023 marknadsförde sektionen sina resor och event genom att stå på IKSU samt ute på Campus. Utöver det här deltog IKSU Alpin i Banff Mountain Film Festival samt en skidfilmvisning ute i Vännäs.

Snömessan samt Köp&Sälj planerades och hölls i Brashörnan, Umeå Universitet, då det blev så lyckat året innan. Vi hade fem utställare, utöver IKSU alpin, på mässan samt biljettförsäljning till våra resor och en second-handmarknad under Köp&Sälj. Student Ski-resan sålde slut under eventet, övriga resor var det inte lika högt tryck på. Det var något färre som lämnade in prylar till årets marknad än åren innan.

Nettoomsättningen året 2023 var 1 038 105 kr. Skulden som ådrogs under året var ca -75 000 kr. Nettomsättningen för Snömessan var 15 910 kr med en vinst på 2060 kr.

Sektion: IKSU basket

Under verksamhetsåret 2023, hade IKSU basket en medlemsbas på cirka 50 individer, fördelade övertvå lag. Sektionens styrelse bestod av ordförande Matteus Tesfu, kassör Petter Hersinger, samt ledamöterna Jocke Hällgren och Abdullahi Yasin. Sektionsstyrelsen förstärktes under året med Viktor Brännström Fisk, från moderklubben Höken BK, samt Nils Johansson från moderklubben Falu Basket.

Säsongen 2022/2023 präglades av bristande engagemang från spelarna till bortamatcherna, vilket resulterade i en fjärdeplats för sektionen. Säsongen 2023/2024 inleddes i oktober med deltagande i Norrbottens division 2 och för första gången även i division 3. IKSU basket kämpar för att nå förstaplatsen i division 2 mot Gladan BK och är för närvarande i ledningen. I division 3 leder IKSU serien överlägset och planerar att inte delta i den nästkommande säsongen för att istället spara resurser för en framtida satsning på högre seriespel, som kräver en stabil ekonomisk grund.

Under året genomförde sektionen även organiserad träning för ett herrlag två dagar i veckan, som dock inte deltog i seriespel. Utöver detta erbjöd IKSU basket drop-in-verksamhet med tränare från det seriespelande laget två gånger i veckan.

Inför säsongen 2024/2025 strävar sektionen efter att fortsätta erbjuda basketträning och tävlingsmöjligheter på olika nivåer för intresserade i Umeå. Med förhoppningen att bygga en stabil kärna av spelare avser sektionen att satsa mot högre seriespel kommande år.

Sektionens omsatte 2023 ca 132 tKr

Sektion: IKSU beachvolley

IKSU beachvolley bedriver tävlings- och träningsverksamhet på elit- och nybörjarnivå för spelare i åldern 10 till 50 år.

2023 hade vi ca 150 sektionsmedlemmar varav ca 90 deltog i vår träningsverksamhet och 113 hade tävlingslicens. Styrelsen bestod av: Stina Kalén (sektionsordförande), Linda Hjortborg (kassör), Sanne Kjernholm, Johannes Holma Weister och Anniina Saarinen. I slutet av 2023 valdes även Jacob Immerstrand och Emil Lindqvist in i styrelsen. Anna Lundström har agerat controller under 2023 års styrelsearbete.

Utöver vår träningsverksamhet så genomförde vi tävlingar ute på Bettnässand under sommaren och under våren och hösten inomhus på IKSU. Vi arrangerade 39 tävlingar, i för både ungdomsklasser och seniorer. IKSU beach deltog på tävlingar på nationell nivå.

Nytt för året var att vi erbjöd medlemmarna sommarträning utomhus på Skogis. Sommarträningen pågick i 8 veckor och ca 50 spelare deltog i träningen.

Sektionen omsatte 857 00 kr år 2023. De största intäkterna för föreningen är anmälningsavgifter från tävlingar och träningar.

Sektion: IKSU brännboll

IKSU brännboll främjar brännbollen i Umeå genom gemensamma aktiviteter och turneringar. Sektionen har ett nära samarbete med arrangörer för Brännbolls-VM som arrangeras årligen.

Under året hade sektionen 9 st sektionsmedlemmar Sektionsstyrelsen bestod av: Fredrik Sahl (sektionsordförande), Johan Anundsson (sektionskassör), och ledamöterna Mikael Samuelsson, Malin Forsberg, Jonas Tobiasson, Joel Grundelius, Kevin Persson, Johan Jonsson och John Berglund.

Vi utökade anordnade 4 st cuper i maj, juli, augusti och september.

Under året omsattes ca 11tkr.

Sektion: IKSU friluft

IKSU frilufts erbjuder friluftsturer för IKSU:s medlemmar. Variationen på turerna är stor och består exempelvis av vandring, skidåkning och paddling. Målet är att alla, oavsett erfarenhet, får möjlighet att ta del av våra aktiviteter och att uppleva nya saker. Våra ledare skapar trygga turer för våra deltagare och vi driver tillsammans sektionen framåt. En viktig del i vår verksamhet är även uthyrningsbutiken Sarek som möjliggör att alla kan följa med på en tur med fullgod utrustning.

IKSU frilufts består av 39 ledare varav 11 nya ledare som under våren genomför sin utbildning. Dessa verkar i fyra undergrupper; TRIM, PR, material och ledarrekrytering. TRIM ansvarar för utbildning och sammanhållning av ledargruppen. PR ansvarar för marknadsföring, via

sociala medier och mässor. Material ser till att den utrustning vi använder är i bra skick och ledarrekruteringen värvar nya ledare till vår sektion.

Styrelsen består av sektionsordförande Joel Hallingfors, sekreterare KajsaLisa Olsson, ekonomiansvarig Caroline Åström, TRIM-ansvarig Johan Persson, PR-ansvarig Jacob Immerstrand, materialansvarig Amanda Fagerlund, ledarrekruteringsansvarig Alexandra Tollstern och Sarekansvarig Ville Hoelstad.

Under 2023 genomförde sektionen 23 turer. 6 planerade turer blev inställda. De turer som genomfördes under året bestod bland annat av turskidåkning i Björnlandet, fjällfiske i Ammarnäs och paddling i Sävarån. Det anordnades även en föreläsning om lavinkunskap i samarbete med Naturvårdsverket. Sektionen anordnade även aktiviteter för sina egna ledare som curling, turskidåkning i Muddus och paddling i Sävarån.

Sektionen omsatte under 2023 ca 370 000 kronor.

Sektion: IKSU innebandy

Styrelsekonstellationen var under 2023 uppdelad på de två olika lagen som ingår i IKSU innebandy, IKSU rullstolsinnebandy och IKSU innebandy veteran. För rullstol och veteranlagets räkning satt Hampus Larsson, Hanna Karlsson, Linda Hjortborg, Gabriella Moritz och Helena Karlsson.

Styrelsen har haft kontinuerliga träffar för planering av verksamheten samt rullstolsinnebandyns sammandrag 16–17 mars 2024 där veterandamerna ska hjälpa till att anordna. Styrelsen har även stöttat rullstolslaget med hantering av ekonomi samt sponsring.

IKSU rullstolsinnebandy har i dagslaget cirka 12–14 aktiva spelare i ålder 25+ med alla olika sorters funktionsvariationer, som på olika nivåer är med på allt från träningar som är en gång per vecka på IKSU sport, till att resa i väg någon gång per säsong och spela cuper runt om i Sverige. Laget deltar också i Sverigeserien som är ett nationellt seriespel upplagt i 3–4 sammandragningar per säsong och avslutas med ett slutspel. Vår tränings säsong sträcker sig från augusti till maj.

Veteranlaget tränade söndagar veckovis under året inför veteran-SM i Uppsala 2024. Laget genomförde fyra träningsmatcher där de mötte lag från olika lokala föreningar samt deltog under Veteran SM feb 2023 och spelade till sig ett silver.

Sektionen hade under 2023 en omsättning på ca 200 000 kr, varav veteran dam ca 40 000 kr.

Sektion: IKSU kampsport

Sektionen bedriver träning- och tävlingsverksamhet för barn, ungdomar och vuxna. Våra idrotter är sport ju-jutsu, brasiliansk ju-jutsu, judo, submission wrestling och karate.

Antal sektionsmedlemmar: 395

Sektionsstyrelse: Jenny Gillenius (sektionsordförande), Felix Eriksson, (sekreterare), Kasper Fager, Björn Andersson, Magdalena Bang, Gunnar Andersson, Oscar Ekman

Övriga: Ca 50 ideellt engagerade ledare. Fem arvoderade ledare som arbetar deltid med verksamhetsutveckling, administration och med att leda pass för barn/ungdomar.

Året bjöd på mycket härlig kampsport på IKSU:s mattor med ca 30 träningspass per vecka, ett tiotal träningsläger och en Ju-jutsu-tävling. RF-SISU Västerbotten startade en välkommen utbildningssatsning för kampsportsklubbarna i regionen. Flera av våra ledare har tagit chansen att utbilda sig i bland annat skadeomhändertagande. Vi har även haft ledare som deltagit i judo-instruktörsutbildningar, tränarutbildning via Budo- och kampsportsförbundet och i regelseminarie för BJJ.

Under året har sektionsstyrelsen arbetat med flera utvecklingsprojekt. Bland annat har vi konkretiserat vårt jämställdhetsarbete och utvecklat vår kommunikation via sociala medier samt gett medlemmarna ökade möjligheter att arrangera gemenskapsaktiviteter. Detta har till stor del möjliggjorts av bidrag via Sveriges Akademiska Idrottsförbund.

Under sommaren erbjöd vi gratis träning för barn/ungdomar på Sommarkattan som genomfördes i samarbete med Bostaden och med projektstöd från RF-SISU Västerbotten, Svenska Budo- och Kampsportsförbundet och Umeå kommun.

Vi hade representanter på SM i flera av våra sporter. De som nådde prispallen var Emil Petersson (silver -77 kg JJ Fighting) och Karl Dahlgren (guld i Master -85 kg JJ Fighting). Vi hade representation i landslaget i Jujutsu genom Emil Petersson (EM i jujutsu) och Kasper Fager (junior-VM och -EM i jujutsu).

I december arrangerade vi återigen Umeå Fight Night på Vävenscenen. Ett mycket väl genomfört arrangemang med fantastiska prestationer från våra tävlande lät oss avsluta året på topp! Arrangemanget genomfördes med stöd från Budo- & kampsportsförbundet och Svenska Jujutsufederationen.

Sektionens omsättning 2023 var 980 000 kr.

Sektion: IKSU kendo

Sektionen bedriver träningsverksamhet inom den japanska kampsporten kendo. Sektionen har en bred satsning för både elit och de som tränar för att ha roligt, må bra och bli duktiga. Inom sektionen finns en stark tävlingstradition med medaljer och utmärkelser från både svenska och internationella tävlingar, inklusive SM, EM och VM.

Under 2023 hade sektionen 26 medlemmar. Sektionsstyrelsen bestod av Erik Sandström (ordförande), Jonas Karlberg (kassör), Alex Örtegren (ledamot, sekreterare) och Morgan Ahlin (suppleant). Ledare inom sektionen var utöver styrelsemedlemmarna Maja Nilsson, Carl Papworth och Anna Karlberg.

Under året bedrev sektionen träning enligt plan, vilket innebar tre kendorpass under vår- och höstterminen samt sommarträning om ett pass i veckan.

Våren avslutades med att arrangera ett sommarläger, IKSU kendo Gasshuku, som anordnades för andra året i rad, lett av samma finska tränare som året innan. Totalt deltog 22 deltagare från de olika norrländska klubbarna, inklusive gästande deltagare från Finland.

Under hösten gjordes en satsning att starta upp naginataträning med bidrag från SB&K och SISU. Satsningen innebar inköp av utrustning, träning och tre träningsläger i samarbete med Umekawa Budokai och KFUM Uppsala Naginata.

Året rundades av med att sektionen under november höll SM i Kendo. 44 deltagare och 7 lag från klubbar över hela landet deltog i 4 klasser; Junior, lag, dam och herr. Från sektionen tog Evelina Broman brons i damklassen. Utöver det tog Leonidas Lanot, Carl Papworth och Mathias Johansson utnämningen Fighting Spirit i junior-, lag- respektive herrklassen.

Under året deltog medlemmar från sektionen i ett träningsläger i Uleåborg, Finland såväl som i tävlingen Stockholm Kendo Open.

Två graderingar genomfördes under 2023 med 18 lyckade graderingsförsök. Två medlemmar tog därutöver nya Dan-grader under året.

Under året omsatte sektionen 135 000 SEK.

Sektion: IKSU klättring

IKSU klättring anordnar sociala event, klätterpass, kurser, resor och bidrag till tävlande på nationell nivå. Sektionen hade förra året 131 medlemmar.

Henrik Norin och Viktor Karlsson har varit ledare för Måndagsklättring. Laura och Viktoria Brosko har varit ledare för vår Tjej- och icke-binära klättring. Måndagsklättring har hållits under både vår och hösttermin. Tjej- och icke-binär klättring har under 2023 hållits en gång i månaden och växlat mellan bouldering och topprepsklättring. Under våren hölls två utomhusevent, i mars bouldering strax utanför Umeå och i april hölls den numera traditionella "Boulderupptakt" i samarbete med Umeås andra klätterklubb UKHK. Det hölls också flera sociala event för att öka gemenskapen i sektionen, bland annat pizzakväll och kräftska. Vi har också haft filmkväll där vi visade ReelRock som nu är en återkommande aktivitet och mycket uppskattat av våra medlemmar. Under Halloween arrangerade vi Halloween klättringsfest med klätterutmaningar och utklädnad, vilket var en hit! I oktober hölls årsmöte där en ny styrelse valdes ut.

Vi höll en ny typ av tävling "10 boulders" som var mycket uppskattad av deltagarna. Tillsammans med IKSU höll vi i november det årliga "Novemberdraget" med drygt 300 deltagare. När IKSU höll Sverigecupen och SM i led fanns IKSU klättring som stöd för att annonsera och locka funktionärer.

Nio medlemmar skickades till SM för att representera IKSU klättring. Två medlemmar skickades till JSM för att representera IKSU klättring. Flera deltagare är med på Plastic Madness, en bouldertävling i Sundsvall. Under 2023 gick IKSU klättring plus med ca 50 000 kr, där Novemberdraget och medlemsavgifter är den största inkomsten.

Sektion: IKSU kraftsport

IKSU Kraftsport bedriver tränings- och tävlingsverksamhet inom framförallt styrkelyft. Sektionen vill uppmuntra glädje och gemenskap genom att erbjuda gemensamma träningstillfällen och utveckling i styrkelyft eller andra kraftsporter. Sektionen strävar också efter att öka kompetensen bland sektionsmedlemmarna samt att sprida kraftsport till nya målgrupper.

Vid årsmötet 2023 hade sektionen 50 medlemmar. Styrelsen bestod under 2022/2023 av Emil Albinsson (ordförande), Jenni Sandgren, (sekreterare), Simon Blomberg (kassör), Anders Wigenstam (medlemsansvarig), Rasmus Schurrman (styrkelyftsansvarig/vice ordförande). Styrelsen bestod under 2023/2024 av Nora Molander (ordförande), Malin Björklund (sekreterare), Simon Blomberg (kassör), Elina Wiklund (medlemsansvarig), Julia Servin (ledamot/styrkelyftsansvarig).

Under hösten 2023 arrangerade sektionen en serietävling och ett DM. Sektionen hade gemensamma träningar på söndagar. Sektionen deltog även under Hälsa på campus.

Under 2023 gjorde sektionens medlemmar ett flertal prestationer på student-SM (3 silver), Veteran-SM (2 brons), Junior-SM (1 silver och 1 brons), Universitets-EM (1 guld) samt SM (3 silver och 2 brons). Se utförlig lista under rubriken Sportsliga prestationer.

Sektionen omsatte ca 130 000 kr.

Sektion: IKSU längdskidor

IKSU längdskidor bedriver en träningsverksamhet inriktad på längdskidor, med träningar från höst till vår. Vi riktar oss till alla vuxna/unga vuxna som vill utveckla sin skidåkning eller träning generellt i en lekfull och glädjefull miljö med fokus på gemenskap. Våra onsdagsträningar är vår huvudaktivitet där vi erbjuder teknik- och intervallträning för alla nivåer. Utöver detta har vi flertalet evenemang under året, både för våra befintliga medlemmar och för att locka nya.

Styrelsen består av sex ledamöter; ordförande, kassör, kommunikatör, huvudtränare, medlemsansvarig/sekreterare och evenemangsansvarig. Vi har styrelsemöten var 3:e till 4:e vecka från augusti till maj, med ett uppehåll under sommaren. Utöver styrelsen är vi sex ledare, som leder träningspass ungefär varannan vecka samt deltar på minst två evenemang per säsong. Antalet sektionsmedlemmar ökar allt eftersom vintern närmar sig, och var den 21 jan 2024 45st medlemmar.

Under 2023 bedrev vi som vanligt våra onsdagsträningar kl 18.30 varje onsdag, som under vintern sker på Gammlia Skidspår. Under träningarna erbjöd vi flera teknikgrupper i både klassiskt och skate samt intervaller. Under vår och höst erbjöd vi barmarksträning såsom löpintervaller, skidgång, styrka och spänst.

Vi genomförde flertalet evenemang under 2023. En vallkurs som riktade sig främst till nybörjare för att lära sig grunderna i vallning och vad som är bra att tänka på kring ämnet. Ett uppskattat Saxnäsläger som skedde torsön i Saxnäs, med extra fokus på teknikträning och skidvana. Vi deltog på Välkomstmässan på Umeå Universitet både på hösten och våren med främsta fokus att visa upp oss och locka nya medlemmar. Till alla som är nyfikna på långlopp hade vi en "Vasaloppskväll" med tips och trix inför att köra långlopp såsom Vasaloppet. På vårkanten stod vi under en dag på Mariehemsängarna för att nå ut till fler och ge tips kring teknik och valla. För att få testa på tävlingsmomenten även för de som inte brukar tävla anordnade vi ett klubbmästerskap i slutet på skidsäsongen, med mindre fokus på resultat och mer fokus på att utmana sig själv och peppa varandra. Vi anordnade även en kostföreläsning med inriktning mot träning och tävling.

Den ungefärliga omsättningen för 2023 var drygt 100 000 kr.

Sektion: IKSU multisport

IKSU multisports ambition är att främja multisport i Umeå med omnejd med fokus på att ha kul tillsammans och genom det bygga bra resultat och prestationer på tävling så väl som på träning. Vi arrangerar tävlingar i närområdet ett par gånger per år och genomför träningar på regelbunden veckobasis.

Vi hade 13st. sektionsmedlemmar 2023. Sektionsordförande var Lara Lohf Lundin och Noemi Skorzinski var kassör. I övrigt har vi varit ca 7st engagerade ledare som agerat som ledamot i styrelsen samt som tränare.

Vi arrangerade 3 tävlingar i form av Vinterknäcket, Kortknäcket (Tidigare Tjejknäcket) samt Norrlandsknäcket. En del nya deltagare var med vilket var lyckat för att visa upp vår verksamhet, men tyvärr var deltagandet över lag begränsat. Vi förblir samma styrelse inför 2024.

Med tanke på alla aktivas familjesituationer (mycket småbarnsföräldrar), så har vi uppnått mycket genom att genomföra 3 tävlingar. Sektionen omsatte under 2023 ca 3000 kr.

Sektion: IKSU rugby

Sektionen har under året 2023 haft cirka 35 olika medlemmar under årets gång. Det har varit en ökning i antalet träningar som vi har haft under året och vi har haft ett större deltagande på träningarna. Vi har även haft träningar i Thorén Arenas fotbollsplan.

Under året har IKSU rugbys herrlag deltagit i Mälardalens 10's - Stockholm, samt bidragit med spelare under Mälardalens 10's - Sandviken. Vidare har herrlaget spelat vänskapsmatch mot Attila RG i Stockholm, samt mot Uppsala Rugby FC i Umeå. Enskilda herrspelare har också spelat med Oulu Rugby Club i finska rugbyligan.

Sektionen har även anordnat en touch-turnering i samarbete med Buddy Programme på Umeå Universitet. Turneringen spelades under 3 tillfällen under hösten där deltagare fick vara med på träningar. Sektionen har även anordnat olika sociala tillställningar, bland annat att gemensamt kolla på rugby-VM, spela snrugby samt andra sociala möten. Sektionen har också börjat ett arbete med att starta upp en ungdomsverksamhet.

Sektionen omsatte under 2023 ca 30 000 kr.

Sektion: IKSU simning

IKSU simning har en bred och varierad verksamhet på IKSU sport. Vi tränar även på Navet i 50 metersbassäng. Vi bedriver träning för elit, motionärer samt barn och ungdomar på IKSU sport. Förutom träningar och tävlingar så håller vi även teknikkurser i crawl, personlig träning i simning samt utför simtester.

Simsektionen hade ca. 50 medlemmar under året. På IKSU sport har vi haft ungefär 50 simmare att sköta och stötta i deras träning. Dessa har vi haft fördelat på 7 träningsgrupper. De har stöttats av 9 tränare under året som gått. De som har tränat mest har haft möjligheten att komma på fem träningspass i veckan medan nybörjargruppen har haft en träning i veckan.

Styrelsen bestod av sektionsordförande Örjan Olsson och kassör Evelin Westberg

Vi har varit på sex tävlingar under året som gått. Alla som tävlade under året gjorde fina framsteg och slog många personliga rekord.

Sektionen omsatte år 2022 ca 233 000kr.

Sektion: IKSU squash

Squashsektionen bedriver i huvudsak squashverksamhet på motions- och tävlingsnivå (ej elit). Under 2023 har squashsektionen breddats till att även erbjuda badmintonträning.

Den verkamma sektionsstyrelsen bestod av Johan Asplund (sektionsordförande), Sofia Johansson (sektionskassör), Owe Jonsson, Niclas Eriksson, Joakim Rosenqvist, Peter Stennek, Rebecca Ebata, Amir Bozaghian.

Instruktörer: Joakim Rosenqvist, Rebecca Ebata, Amir Bozaghian, Owe Jonsson, Axel Forsaeus, Danny Macken, Dimitri Coelho Mollo, Albert Kamme, Emil Drakenberg, Anton Persson.

Sektionen hade under 2023 ca 60 sektionsaktiva medlemmar (squashstegen).

De stegenbaserade träningarna för division 1–3 ser ut som tidigare med 2 pass à 90 min i veckan och deltagandet har varit bra över året. För lägre divisioner gick vi i år helt över till bokningsbara pass enligt medlemmarnas önskemål och erbjuder nu bokningsbara pass på tisdagar, torsdagar samt söndagssquash (ett dampass och ett mixpass). Under hösten återupptog sektionen erbjudandet av racketsträngning då vi åter fått in den kompetensen i verksamheten.

Vi genomförde två medlemsturneringar, en per termin, under året. Serielaget i division 2 i nationella serien slutade på en sjätteplats av 16 i serien 22/23. Seriespelet 22/23 bjöd på 7 sammandrag utspridda över hela Sverige, ett sammandrag i Umeå. Inför 23/24 fick vi slåss för att inte behöva resa lika mycket. Efter lång tid fick vi igenom att spela 3 matcher vid varje sammandrag för att minska antalet restillfällen, att inte behöva resa längre än till stockholmstrakten samt att även få en hemmamatch i Umeå.

Under senare delen av hösten 2023 startade även squashsektionen bokningsbara badmintonpass på prov som snabbt fick högt bokningstryck. En plan för badmintonens utveckling inom sektionen med ambition om att inom några år bilda en självständig badmintonsektion är framtagen.

I slutet av 2023 visade squashsektionen ett prognostiserat budgetunderskott, mycket beroende på höga kostnader för seriespel, och tog därmed del kortvaktspass samt sökte bidrag för verksamhetsutveckling i form av racketlonturnering som ska bedrivas under 2024.

Omsättning: Ca 80 tkr

Sektion: IKSU volleyboll

Sektionen bedriver tränings och tävlingsverksamhet i volleyboll för damer och för herrar. Sektionen består av elitlaget i damer som sedan säsongen 2020/21 spelar i den högsta serien i Sverige, elitserien.

Sektionen består också av ett herrlag i div 2 samt ett damlag i div 2. IKSU volleyboll samarbetar med Stöcke IF i barn- och ungdomsvolleyboll. Tillsammans vill vi skapa förutsättningar för barn och unga som vill prova på volleyboll eller spela i ett lag och utvecklas vidare. Under 2024 har vi startat gratis ungdomsträningar för de mellan 6–12 år i samarbete med Bostaden.

Den verksamma sektionsstyrelsen har under året bestått av Lina Pekula, Emilia Magnusson, Felicia Granberg, Lars-Göran Granberg, Cornelia Kjellström, Cornelius Penno, Max Olsson samt Amanda Granberg (ersatte Ludvig Stokki).

Att spela i den högsta divisionen kräver resurser och arbetet med att förlänga och hitta nya sponsorer har pågått under hela året. Felicia Granberg har startat ett omfattande sponsorarbete där många gamla sponsorer knutits an för nästkommande säsong samt kontakt med nya företag. Lagens medlemmar har också tagit sig an diverse arbetsuppgifter för att finansiera sin verksamhet. Vi säljer newbody, tar oss an så många kortkontroller vi blir tilldelade samt städning i skogen och hålla Helsingfors fint och organiserat.

Elitlaget blev 11a i serien säsongen 22/23 och blev därmed tvungna att spela kval för att hålla sig kvar i elitserien vilket man lyckades med i två raka matcher och fortsatt spel under 23/24. Nuvarande läget under säsongen 23/24 är att vi fortfarande har chans på slutspelsplats och topp 8 om man presterar bra under andra halvan av säsongen. Junior SM laget kvalade sig inte in till SM och spelade öppna klassen där man vann. Div 2 herrlaget vann sin serie och div 2 damlaget blev 4a i sin under säsongen 22/23. Båda dessa lag har som målsättning att vinna sina serier i år där

damlaget ser ut att hamna på en andraplats och herrlaget har god chans till vinst.

Lagen har även deltagit i Paltcupen och Luciacupen. Elitlaget var även med i en turnering i Södertälje, "Elitturnering" samt spelade träningsmatcher mot finska laget Waasa. Vi har också för första gången anordnat en studentturnering i beachvolleyboll som var mycket uppskattad och där man hoppas anordna något liknande under 2024.

Sektionen omsatte 710 000 kr under 2024. Huvuddelen av intäkterna kommer från sponsorer, stöttning från IKSU samt medlemsavgifter.

Styrelsen 2023

Anders Rebling
Styrelseordförande

Erica Lundgren
Vice ordförande

Hanna Lundin Jernberg
Ledamot

Magnus Ferry
Ledamot

Mattias Walfridsson
Ledamot

Patrik Olsson
Ledamot

Conny Björnehall
Ledamot