

## Verksamhetsplan 2020

### Hoppskolan

Hoppskolegrupper: 30 grupper varje termin

Prova- på kurser: Två omgångar varje termin med två grupper varje gång (ca 80 barn per år)

Minihopp: Två kurser varje termin (ca 40 barn per år)

Lovläger: Alla skollov. Vi vill också utöka träningen på sommarlovet med en vecka i Juli (v.27)

### Tränare

Vi har totalt 40 tränare. Vi vill under året utöka antalet tävlings-och utvecklingstränare. Tanken är utbilda 2 tränare under det här året.

### Utbildning

HLR och säkerhetsutbildning. Interna och SSF utbildning. Vi börjar jobba med mentorskap och gå runt i hoppskolegrupperna och vägleda och utbilda tränarna.

Vi har tre aktiva som går NIU (två från SPIF) Till hösten kan antalet elever utökas.

### Tävling och utveckling

Grupper: **T4** 12 aktiva 3 tränare, **T3** 8 aktiva 1 tränare, **Utveckling** 8 aktiva 2 tränare, **Int+nat** 10 aktiva 2 tränare, **Patrullen** 15 aktiva 3 tränare.

Vi har tagit hjälp av en fystränare som tränar skivstång/explosivitet med några av de aktiva i Int. Även ett samarbete med en kiropraktor har inletts.

Förhoppningarna är att vi har med mins två aktiva till EJM och om de presterar kan de även kvalificera sig till UVM i slutet av året. Chansen finns även att vi har med någon till EM i vår.

### Masters

Grupper: 3 nybörjar/fortsättning, 2 utvecklingsgrupper, 1 tävlingsgrupp. Totalt 60 hoppare. Det finns utrymme för ca 15 mastershoppare till i grupperna.

Prova-på kurser: två kurser per termin. Målet är ca 40 deltagare per år.

Lunch- och morgonträning: Målsättningen är att ha minst 5 deltagare per kurs.

Förhoppningsvis har vi deltagare med på både EM och VM i år.

### Skolklasser/integration

Vi har ca 15 skolor varje år som bokar in simhopslektioner med oss. Oftast bokar skolorna ett flertal lektioner. Målet är att utöka antalet skolor/tillfällen.

Under VT fortsätter integrationsprojektet. Liljeholmens gymnasium, Hamnskolan och nytt för i år är Askebyskolan i Rinkeby.

Vi jobbar även för att ha lovverksamhet för barn och ungdomar från sociala och ekonomiskt utsatta oråden.

### Event

Svensexor/möhippor/gruppaktiviteter: Målet är 40 aktiviteter under året.

Barnkalas: Målet är 10 barnkalas. Barnkalasen har ökat i popularitet.

Företag: Målet är 6 företag under 2020. Vi kommer att se över priset då vi misstänker att det är för dyrt för små företag.