
Verksamhets- berättelse

Gymnastikförbundet Uppsvenska

Verksamhetsåret 2022

VERKSAMHETS- BERÄTTELSE

Gymnastikförbundet Uppsvenska 2022

Besöksadress	Idrottsgatan 2, 753 33 Uppsala
Telefon	018-23 14 60
E-post	uppsvenska@gymnastik.se
Hemsida	www.gymnastik.se/uppsvenska
Facebook	www.facebook.se/gfuppsvenska
Bankgiro	5751-6080

Innehållsförteckning

VERKSAMHETS-BERÄTTELSE	2
FÖRORD	4
GYMNASTIKFÖRBUNDET UPPSVENSKAS	4
Styrelse	4
Personal	4
Revisor	5
Valberedning	5
Barnkommitté	5
Gruppträningskommitté	5
Truppkommitté	5
KvAG kommitté	6
Lägerkommitté	6
Kommittéernas Verksamhet	6
STYRELSEN TACKAR FÖR FÖRTROENDET	7
ÅRETS LEDARE	8
ÅRETS FÖRENING	8
VERKSAMHETSPLANEN OCH GENOMFÖRDA	
AKTIVITETER 2022	9
Aktivt stöd till föreningsledningar	9
Gymnasten och den aktive i centrum	10
Säkerställa välutbildade ledare	11
Kommunikation, påverkansarbete och media	13
Utmärkelser 2022	14
FÖRENKLAT ÅRSBOKSLUT	15
Resultatrapport	15
Balansrapport	16
REVISIONSBERÄTTELSE	17
MEDLEMSSTATISTIK	18
Slutord	21

FÖRORD

2022 har varit ett händelserikt år. Efter 2 års tid med en pandemi har Svensk Gymnastiks och regionens verksamheter börjat ta fart igen. Det har kommit in flera nya ledamöter i styrelsen, vi har ny personal på kansliet och kommittéerna har fått en omstart. Utbildning och inspiration under året har varit med fokus inom ledarskap, truppgymnastik, mötesplatser med anställda i föreningarna samt mötesplatser för organisationsledare samt att vi har arbetat med att informera och uppdatera våra digitala kanaler.

GYMNASTIKFÖRBUNDET UPPSVENSKAS

Styrelse

Jessica Zetterberg, Gävle	Ordförande
Carin Larsson, Falun	Vice ordförande
Margaretha Palm, Hudiksvall	Kassör
Katarina Stelander, Uppsala	Ledamot
Lotta Zetterström, Söderhamn	Ledamot
Carolina Johansson, Uppsala	Ledamot
Birgitta Lamberg-Fröhammar, Uppsala	Ledamot - Avgick 12 oktober

Personal

Marika Klemetti (Frånvarande)	1 Oktober
Josephine Eld (tjänstledig)	1 Oktober
Nicklas Jonsson	1 Augusti
Henrik Sandqvist	1 Augusti

Nicklas och Henrik påbörjade sin anställning 1 augusti 2022. Josephine slutade 1 oktober 2022. Marika gick på ledighet 1 oktober och kommer åter hösten 2023.

Revisor

Bo Frändén, Uppsala

Valberedning

Carolina Winterliv, Gävle

Helena Grönberg, Falun

Åsa Johansson, Heby

Barnkommitté

Eva Aveholt, Uppsala

Ann-Britt Ferngren, Uppsala

Madelene Larsson, Uppsala

Christina Nordlund, Uppsala

Gruppträningskommitté

Lotta Brynö, Uppsala

Lotta Zetterström, Söderhamn

Margaretha Palm, Hudiksvall

Truppkommitté

Rebecca Forslund, Sandviken

Olivia Sveden Hudiksvalls GF

Mikaela Halvarsson Söderhamns GF

Lovisa Jansson GF Gymnos

Tomas Jörpeland Hudiksvalls GF

KvAG kommitté

Carin Larsson, GF Gymnos

Kerstin Lundell, Hedemora Gymnastiksällskap

Caroline Öberg, Gefle GF

Eva Elfving, Borlänge GK

Michaela Högås, Borlänge GK

Lägerkommitté

Lars Lundberg, Sandvikens GA

Sanna Wihren, Sandvikens GA

Jonny Gustafsson, Sandvikens GA

Petra Arnemark, Sandvikens GA

Kommittéernas Verksamhet

Gruppträningskommittén:

Gruppträningskommittén har legat nere sedan före pandemin och att vi behövde göra en omstart, vilket vi gjorde i slutet på oktober 2022. Vi gick igenom arbetsbeskrivningen för kommittéer med slutsatsen att vi helst behöver/ska vara fler i kommittéen, gärna 6 st spridda över Regionen. Kansliet ombads skicka ut en förfrågan i Nyhetsbrevet om deltagare, gärna från Dalarna, vilket är gjort, dock utan resultat, i nuläget.

Vi fick i oktober ett förslag från Svenska Gymnastikförbundet om Seniorgympadag vilket vi nappade på. Den genomfördes 21 januari i år (2023) i Hudiksvall med ca 25 deltagare. Irene Samuelsson från Svenska var ledare, en mycket uppskattad dag!

Vi planerar också två föreläsningar via Teams under februari och mars genom Svenska Gymnastikförbundet

Övriga utbildningar som annars är planerade under 2023 är:

- Feb - Baskurs Gruppträning i Söderhamn
- April – Baskurs Gruppträning i Uppsala
- Maj – Inspirationsdag vattengympa Gävle. Komplettera med inspiration även för andra ledare inom gruppträning. Gärna med någon namnkunnig ledare

Vi förväntas också ha 2-4 möten under året samt delta i Uppsvenskas planeringsdag för att ta fram plan för arbetet kommande år (verksamhetsplan)

Barnkommittén

Genomförde i oktober ett fysiskt möte tillsammans med Nicklas för att diskutera barnkommitténs fortsatta arbete utefter verksamhetsplanen samt genomförda utbildningar under året. Inspiration finns att planera och genomföra fler inspirationsdagar kommande år.

Truppkommittén

Under året har vi jobbat på med att godkänna och genomföra tävlingar i regionen. Vi har haft kontakt och flertalet möten med övriga TTK-regioner för att öka samarbetet och samsynen på tävlingsgymnastiken. Under hösten 2022 valdes 3 nya representanter in i TTK och vi blev då 5 personer i kommittén.

En stor revidering av tävlingsreglerna släpptes i slutet av året och vi uppdaterade då våra dokument gällande tävling och planerade in en domarträff för regionens domare till starten på 2023.

Kvaggkommittén

Vid senaste regionförbundsmötet bestämdes att en översyn och omtag skulle göras av samtliga kommittéer och under tidig höst tillsattes en ny KvAG-kommitté. Även i denna kommitté finns en kärna med fyra föreningar och de sex övriga finns med som bollplank och informationskanal både in- och ut från kärnan.

Mötesplatser har varit arbetsdag för styrelse/kommitté där några kunnat vara med.

Kommittén har samverkat angående tävlingsdatum och "domarhyrning".

Carin Larsson från GF Gymnos/Regionstyrelse har ombetts att vara sammankallande i kommittén då hon dessutom kan vara kommitténs kanal in till styrelsen. Den nya kommittén har inte hunnit mötas än, men har kontakt digitalt. Syftet är att öka samarbetet mellan regionens KvAG-föreningar, dela kunskap och erfarenheter samt driva verksamheten framåt.

STYRELSEN TACKAR FÖR FÖRTROENDET

Styrelsen tackar alla medlemmar för ett bra samarbete under året. Det har varit ett år som genomsyrats av återstart för många av våra verksamheter och vi ser positiva effekter av det återstartsstöd som delats ut. Vi har bjudit in till flertalet mötesplatser där vi fått ta del av varandras upplevelser och har haft ett bra erfarenhetsutbyte där även RF-SISU har medverkat.

För kansliet har det varit stort fokus på att kvalitetssäkra samt att utveckla våra arbetssätt för att bättre passa in i den digitala värld vi befinner oss i nu.

Våra kommittéer har fått en nystart där vi ska arbeta mer strukturerat och med fokus på trygga idrottsmiljöer.

Vi har under året aktivt deltagit på SDF träffar och haft erfarenhetsutbyte med andra idrotter och organisationer.

Vårt samarbete med RF-SISU är något vi verkligen värdesätter och under året har vi haft flertalet möten med representanter från våra 3 geografiska RF-SISU områden, Gävleborgs län, Dalarnas län och Upplands län. Genom RF-SISU har vi även deltagit i träffar med kommuner och medverkat för att ge underlag till bland annat nya Idrottspolitiska program.

Styrelsemöten under året har till största delen genomfört digitalt för att ge alla ledamöter bra förutsättningar till att delta då vi är utspridda i olika delar av regionen. 6 möten totalt varav ett genomförts fysiskt i Gävle.

ÅRETS LEDARE

Therese Franzén – Edsbyngyman

Utmärkelsen årets ledare betydde verkligen från hjärtat enormt mycket för mig. Det känns som ett privilegium att fått sitt engagemang för sporten lyft på ett sådant fint sätt. Att vara den ledare som jag är inom idrotten känns som en självklarhet som jag brinner för. Jag vill därför också vända ett stort tack till Edsbyns gymnastikförening och Lindvi Forsberg, ledare och ordförande i föreningen för den fina nomineringen.

Eftersom jag var höggravid i våras och nu har en 4 månaders bebis hemma har jag inte hunnit bruka dessa pengar. Istället kommer jag att åka på SM veckan 2023 i Umeå.

ÅRETS FÖRENING

Håbogymnasterna - Linda Apelqvist kontakt.

Föreningen åkte på SM i somras.

Utmärkelsen årets förening, den lyfter oss

Flera av våra trupper åker till andra gymnastikhallar för att få inspiration och gemenskap. Alltid lyckat! Vi har ett jättebra ledarmöte där vi har en workshop om hur vi ska behålla ledare och gymnaster, mycket skratt och gemenskap. #behållaledareochstyrelse

Hemmatävling i våran egen hall!

Vi tränar på att tävla.

Vi har ett riktigt tävlingsupplägg med instruktioner att skicka in om musik, fylla i blanketter, domare, defilerings och prisutdelning. Publiken är våra egna ledare och gymnaster. Mycket uppskattad. Sommarlovsavslutningar med olika aktiviteter tillsammans.

Styrelsen arbetar intensivt och länge med våra ledord. Vi skapar ett medlemsbrev för att börja informera mer om oss och verksamheten.

Tävlingar i nya tävlingsdräkter! Vi anordnar en fantastisk julshow som avslutning på terminen.

Tack från Håbogymnasterna

VERKSAMHETSPLANEN OCH GENOMFÖRDA AKTIVITETER 2022

Aktivt stöd till föreningsledning

Prioriterade aktiviteter:

1. Arbeta för att föreningarna får relevant utbildning, inspiration och stöd för att bedriva sin verksamhet.
2. Hålla föreningarna uppdaterade kring gemensamma beslut och ställningstagande, samt informera om vilken hjälp som finns att hämta samt var.
3. Vi ska arrangera mötesplatser, konvent och träffar med föreningar och utvalda målgrupper.
4. Främja samarbete med RF-SISU:s distriktsorganisation specifikt för utvecklingen av föreningsledning genom materialet "Anvisningar för prestationsinriktade föreningsmiljöer" som är framtaget av Svenska Gymnastikförbundet.

Genomförda aktiviteter:

Mötesplatser anställda – föreningar: digitalt

Under 2022 har kansliet gjort en omstart gällande mötesplatser för anställda. Rutinen som införts är att det genomförs fyra gånger digitalt varje år på teams. Det är ett tydligt tema på varje mötesplats för att tydliggöra syftet med dessa. Under dessa mötesplatser avhandlar man såklart dagens tema som exempelvis kan vara skador eller kost. Man går igenom information från förbundet och de anställda för möjlighet att utbyta tankar och erfarenheter med varandra. Ofta sitter de anställda i föreningarna med samma typ av frågeställningar.

Kommittéerna – omstart.

Uppdatering av arbetsdokument och rutin vid tillsättning. Under 2022 gjordes en omstart av förbundets kommittéer. Man tydliggjorde processen för att sitta med i en kommitté med åtgärder som exempelvis inskickning av CV, referenstagning och tydliggjorde att man söker

spetskompetens inom varje gren. Uppdraget gjordes tydligare för alla kommittéer. De har ett tydligt arbetsdokument med vad varje kommitté ska syssla med. Exempel på det är att varje kommitté får göra en verksamhetsplan för att få in de aktiviteter som de vill hinna med under året.

Kommunikationsplan för uppsvenska gymnastikförbundet är beslutad 2022

Ockelbolägret 2022

Ockelbolägret är ett läger som anordnas i början på sommaren där barn och unga får en upplevelse som innebär gymnastik, lekar, övernattning och nya gemenskaper. Här rapportera lägerkommittén och ansvariga ledare på lägret hur det var på första lägret på 2 år.

[Rapport från gymnastikläger i Åbyggeby \(Ockelbo\)](#)

Gymnasten och den aktive i centrum

Prioriterade aktiviteter:

1. Arbeta för att höja kompetensen hos föreningsledare/ledare genom att nå ut med de nya ledarskapsutbildningarna och därmed Svensk Gymnastiks ledarskapskultur.
2. Tillsammans med föreningarna skapa attraktiva och trygga träningsmiljöer och att arbeta med värdegrundsfrågor utifrån barnrättsperspektivet.
3. Kommunicera Barnkonventionen och göra ledare medvetna om dess innehåll.

Genomförda aktiviteter:

Ledarskapskurser har erbjudits föreningar kostnadsfritt, totalt 5 föreningar genomförde dessa.

Sigtuna Märsta Gymnastikklubb	Ledarteam
Hudikgympan	Hållbart Ledarskap
GF Uppsalaflickorna	Hållbart Ledarskap
Rättviksgymnastikförening	Hållbart Ledarskap
Enköpings gymnastikförening	Ledarteam

Säkerställa välutbildade ledare

Prioriterade aktiviteter:

1. Säkerställa utbildningstillfällen för ledare/organisationsledare/domare.
2. Fortsätta att genomföra utbildningar i Uppsala, Gävle, Falun/Borlänge, Hudiksvall och Sigtuna men även vara flexibla för att genomföra utbildning där behov uppkommer och underlag finns.
3. Fortsätta arbeta för ett gott samarbete med värdforeningar för att bibehålla en god kvalitet på varje utbildningstillfälle.

Genomförda aktiviteter:

Fortsatt utbildningsverksamhet. Ställt om kurser digitalt där det fungerat bättre. Fortsatt samarbete och uppdaterande av dokument kring Utbildning för att underlätta värdskap hos föreningarna.

Bilaga 1. UTBILDNINGSVERKSAMHETEN 2022

Kursnamn	Datum	Plats	Antal deltagare	Deltagardagar
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	03-jan	Digital plattform	22	44
Truppgymnastik A	08-jan	Enköping	16	32
Gymnastikens ledarskap	15-jan	Digital plattform	21	21
Barngymnastik Leka och Lära	16-jan	Uppsala	7	7
Truppgymnastik A	29-jan	Gävle	19	38
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	05-feb	Digital plattform	25	50
Truppgymnastik B - redskap	12-feb	Gävle	22	44
Bamse	19-feb	Borlänge	6	6
Gymnastikens ledarskap	19-feb	Digital plattform	17	17
Truppgymnastik A	19-feb	Borlänge	25	50
Domare, Truppgymnastik Intro nationellt bedömningsreglemente	26-feb	Digital plattform	6	6
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	26-feb	Digital plattform	26	52
PKTR 1	26-feb	Falun	12	12

Domare, Truppgymnastik steg 1 regionsdomare (nivå 7-9)	27-feb	Digital plattform	13	13
Domare Kvag steg 1	06-mar	Digital plattform	11	11
domare Kvag steg 2	19-mar	Falun	16	32
Vatteninspo	15-maj	Gävle	15	15
Truppgymnastik A	04-jun	Hudiksvall	15	30
Truppgymnastik C - redskap	11-jun	Gävle	8	16
Ledarteam	21-aug	Steningehöjdshallen	15	15
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	27-aug	Gävle	13	26
Gymnastiikens Ledarskap	28-aug	Digital plattform	12	12
Truppgymnastik A	03-sep	Steningehöjdshallen	22	44
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	03-sep	Digital plattform	28	56
Kvag Steg 2	06-sep	Digital plattform+ Uppsala	32	64
Truppgymnastik A	10-sep	Gävle	27	54
Baskurs gruppträning	10-sep	Sandviken	8	16
Gymnastikens ledarskap	10-sep	Digital plattform	23	23
Domare Kvag steg 1	10-sep	Borlänge	8	8
Domare, Truppgymnastik steg 1 regionsdomare (nivå 7-9)	18-sep	Digital plattform	13	13
Ledarteam	20-sep	Digital plattform	9	9
Truppgymnastik B - redskap	24-sep	Falun	18	36
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	24-sep	Uppsala	16	32
Truppgymnastik A	01-okt	Uppsala	22	44
hållbart ledarskap	03-okt	Digital plattform	8	8
Gymnastikens baskurs - träning och tävling	08-okt	Digital plattform	22	44
Truppgymnastik B - redskap	08-okt	Uppsala	18	36
domare Kvag steg 2	08-okt	Borlänge	17	34
Truppgymnastik C - redskap	15-okt	Gävle	21	42
Bamse	15-okt	Borlänge	15	15
hållbart ledarskap	23-okt	Digital plattform	15	15
Gymnastikens ledarskap	12-nov	Digital plattform	9	9
hållbart ledarskap	14-nov	Digital plattform	12	12
PKTR 1	10-dec	Söderhamn	8	8

Bilaga 2. Inställda utbildningar under 2022

Kursnamn	Datum	Plats
Bamse	15-jan	Uppsala
Gymnastikens baskurs träning och tävling	29-jan	Uppsala
Leka och lära	20-feb	Borlänge
Truppgymnastik - Fristående B	05-mar	Steningehöjden
Truppgymnastik - redskap B	05-mar	Steningehöjden
Variera och Utmana	19-mar	Hudiksvall
Hållbart ledarskap	21-mar	Gävle
Gruppdynamik	27-aug	Uppsala
Ledarteam	11-sep	Falun
Hållbart ledarskap	13-sep	Söderhamn
Bamse	17-sep	Uppsala
Variera och Utmana	17-sep	Uppsala
Truppgymnastik domare - Intro Nat. bedömning	17-sep	Uppsala
Leka och lära	18-sep	Uppsala
Hållbart ledarskap	26-okt	Digitalt
Domare Trupp Steg 2	22-nov	Gävle

Bilaga 3 Sammanfattning antal utbildningar och utbildningsdagar

ÅR:	Antal utbildningar:	Antal utbildningsdagar:
2022	44 st	1171
2021:	35 st	865
2020	36 st	1019
2019	65 st	1583
2018	74 st	1718
2017	59 st	1506
2016	72 st	1852
2015	60 st	1688

Kommunikation, påverkansarbete och media

Prioriterade aktiviteter:

1. Löpande arbeta med att nå ut med vår verksamhet.
2. Fortsätta informera om det som händer inom Svensk Gymnastik via nyhetsbrev och även via våra sociala medier: webb, Facebook och Instagram (dec 2022).

- Instagram: 373 följare
- Facebook 559 följare

- Nyhetsbrev 117 prenumerera
4. Ta vara på möjligheterna att anordna olika digitala mötesplatser för organisationsledare/ledare/kommittéer.

Genomförda aktiviteter:

Fortsatt med månatliga utskick av nyhetsbrev. Utvecklat en kommunikationspolicy för att få igång sociala medier. Fått igång en fungerande kommittéverksamhet.

Utmärkelser 2022

Lingmedaljen (15 år) har tilldelats:

Pontus Larsson GCF Uppsala
Linn Tunudd Ingwall GCF Uppsala
Elisabeth Cupr GCF Uppsala
Therese Svensson GCF Uppsala

FÖRENKLAT ÅRSBOKSLUT

Resultatrapport

	2022	2021	2020
Intäkter			
Gåvor och bidrag	882 207	634 926	784 424
Verksamhetsintäkter	1 590 598	1 148 892	1 163 716
Summa intäkter	2 472 805	1 783 818	1 948 140
Kostnader			
Verksamhetskostnader	-438 431	-264 022	-367 716
Övriga externa kostnader	-451 177	-303 788	-337 946
Personalkostnader	-1 265 793	-1 140 795	-1 150 239
Summa kostnader	-2 155 401	-1 708 605	-1 855 901
Verksamhetsresultat			
Finansiella intäkter	476	0	0
Finansiella kostnader	-18	-11	-83
Summa finansiella poster	458	-11	-83
Årets resultat	317 862	75 202	92 156

Balansrapport

	2022-12-31	2021-12-31	2020-12-31
Tillgångar			
Kundfordringar	21 700	27 700	1 387
Övriga fodringar	30 213	27 591	28 619
Finansiella placeringar	82	82	0
Bank	1 235 889	1 037 045	822 156
Summa tillgångar	1 287 884	1 092 418	852 162
Eget Kapital			
Balanserade överskott	-828 201	-752 999	-660 843
Årets under-/överskott	-317 861	-75 202	-92 156
Summa eget kapital	-1 146 062	-828 201	-752 999
Skulder			
Leverantörsskulder	8433	-10 258	-28 676
Skatteskulder	-50 255	-56 459	-7013
Övriga skulder	-100 000	-197 500	-63 474
Summa skulder	-141 822	-264 217	-99 163
Summa eget kapital och skulder	-1 287 884	-1 092 418	-852 162

REVISIONSBERÄTTELSE

Revisionsberättelse för Uppsvenska gymnastikförbundets verksamhet 2022

Styrelsen är ansvarig för årsbokslut och bokföring samt att förvalta Gymnastikförbundet Uppsvenska för verksamhetsåret 2022.

Jag har granskat ett förenklat årsbokslut, bifogade handlingar och förbundets förvaltning enligt protokoll för nämnda period.

Revisionen har utförts enligt god revisionssed. Jag har härvid i rimlig grad försäkrat mig om att årsbokslutet inte innehåller några väsentliga fel.

Jag har granskat grundläggande beslut, åtgärder och förhållanden i Gymnastikförbundet Uppsvenska och har inte funnit något som står i strid med förbundets stadgar.

Revisionen resulterar härmed i

att årsbokslutet har upprättats i enlighet med bokföringslagen och kan därför anses ge en rättvisande bild av förbundets resultat och ställning,

att styrelsens ledamöter har, enligt min uppfattning, inte handlat i strid mot förbundets stadgar.

Jag tillstyrker därför att resultat- och balansräkning

per 2022-12-31 fastställs,

att årsmötet beviljar styrelsens ledamöter och kassaförvaltare ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2022.

Uppsala den 16 februari 2023



Bo Frändén

lekmannarevisor

MEDLEMSSTATISTIK

Bilaga 4. Medlemsstatistik över medlemmar och ledare

Förening	Antal Medlemmar			Antal Ledare		
	Män	Kvinnor	Total	Män	Kvinnor	Total
Alfta Kvinnliga Gymnastikförening	3	26	29	0	1	1
Almo Bollklubb	28	129	157	8	14	22
Barn i Rörelse Säters	57	65	122	2	11	13
Barn gymnastikförening						
Bjursås Idrottsklubb	68	197	265	2	16	18
Bjuråkers Gymnastik o Idrottsförening	0	0	0	0	0	0
Blidö Idrottsförening	18	30	48	0	4	4
Borlänge Gymnastikklubb	173	582	755	1	8	9
By Idrottsklubb	9	24	33	0	1	1
Bålsta Gymnastikklubb	707	1659	2366	6	46	52
Dala-Järna Motionsgymnastik	23	37	60	2	4	6
Danmarks Idrottsförening	1	39	40	0	9	9
Delsbo Gymnastikförening	98	112	210	1	7	8
Djurmo Sifferbo IF	8	68	76	0	6	6
Edsbyns Gymnastikförening	26	134	160	2	13	15
Enköpings SK Gymnastikförening	109	269	378	14	70	84
Enångers Gymnastikförening	29	58	87	5	4	9
Falu Gymnastikklubb	179	209	388	10	28	38
Falu Kvinnliga GF	0	8	8	0	20	20
Färila Gymnastikförening	22	39	61	1	4	5
Föreningen Aktivera Tierp	36	203	239	3	15	18
Föreningen Avestagymnasterna	38	220	258	1	24	25
Föreningen Bergsjögympan	11	34	45	1	2	3
Föreningen Borlänge Dansstudio	21	425	446	3	22	25
Föreningen Borlänge Trupp gymnaster	2	10	12	0	0	0
Föreningen Gräsö Träning och Fritid	35	33	68	0	1	1
Föreningen Gymmix Gnarp	9	22	31	0	2	2
Föreningen Håbogymnasterna	46	196	242	4	34	38
Föreningen Hälsa Inspiration Träning Älvdalen	23	114	137	0	6	6
Föreningen Karlholms Kroppskultur	0	0	0	0	0	0
Föreningen Ludvika Gymmix	38	180	218	1	6	7
Föreningen Ludvika Minicirkus	27	139	166	0	2	2
Föreningen M & M Dance Team	8	34	42	0	2	2
Föreningen Roslagens Träningsverk	39	184	223	7	12	19
Föreningen Storstreta Passet	7	52	59	0	4	4

Föreningen Team Dansa	0	0	0	0	0	0
Föreningen Träningshus 1	75	479	554	0	16	16
Gagnefs Idrottsförening	1	30	31	0	1	1
Garpenbergs Gymnastikklubb	8	28	36	0	2	2
Gefle Flyers Gymnastikklubb	17	18	35	5	6	11
Gefle Gymnastikförening	2096	3162	5258	25	69	94
GF Hedemora Träningsverk	75	207	282	1	29	30
GF Viksjöforsbaletten	25	81	106	2	6	8
Grangärdegymnasterna	0	16	16	0	1	1
Grisslehamns Sportklubb	64	188	252	1	7	8
Grytnäs Gymnastikförening	7	65	72	0	3	3
Gymmix Falun Gymnastikförening	35	123	158	1	13	14
Gymnastik Kompaniet Ideell Förening	83	230	313	0	22	22
Gymnastik och Cheerleadingföreningen Uppsala	597	3105	3702	38	384	422
Gymnastikföreningen Gymnos	180	579	759	21	120	141
Gymnastikföreningen Pulsen	3	137	140	0	8	8
Gymnastikföreningen Uppsala Stars	13	48	61	4	7	11
Gymnastikklubben Sturegnistan	16	19	35	0	8	8
Gävle Motionsidrottsförening	2175	1707	3882	4	22	26
Harmångers Gympa Förening	20	56	76	0	5	5
Heby Gymnastikförening	17	58	75	0	5	5
Hedemora Cheerleaders Idrottsförening	1	4	5	0	2	2
Hedemora Gymnastiksällskap	160	427	587	1	3	4
Horndals Idrottsförening	8	43	51	1	2	3
Hudiksvalls Gymnastikförening	277	462	739	20	92	112
Idrottsklubben Nordia	31	81	112	3	8	11
IFK Moras Gymnastikklubb	127	273	400	12	25	37
Insjöns IF	42	43	85	1	4	5
Julle United dansförening Hudiksvall	0	3	3	0	0	0
Järlåsa Idrottsförening	33	67	100	0	10	10
Järvsö Gymnastikförening	1	22	23	0	4	4
Jättendals Idrottsförening	6	16	22	0	4	4
KFUM Uppsala Survival Idrottsförening	61	43	104	2	1	3
KFUM Uppsala Trampolin	153	93	246	14	10	24
Knutby Idrottsförening	0	0	0	0	0	0
Leksands Gymnastikförening	87	211	298	4	18	22
Leufsta Gymmix	5	20	25	0	3	3
Lindefallets gymnastikförening	0	0	0	0	0	0
Ljusdals Gymnastikförening	36	111	147	1	17	18
Loos Idrottsförening	0	16	16	0	2	2
Lottefors GS 1941	16	29	45	0	2	2
Ludvika Aerobic Club	0	75	75	0	1	1

Lyckebokyrkans Idrottsförening	30	83	113	7	4	11
Långshyttans Gymnastikförening	20	68	88	1	9	10
Mix Motion Förening Björklinge	26	105	131	1	8	9
Månkarbo Gymnastikförening	0	0	0	0	0	0
Norrtälje Gymnastikförening	82	329	411	9	68	77
Näsvikens Gymnastikförening	6	20	26	0	1	1
Ornäs Idrottsklubb	37	63	100	0	9	9
Rasbo Gymnastikförening	16	39	55	2	7	9
Rimbo Gymnastikförening	0	0	0	0	0	0
Rättviks Gymnastikklubb	50	210	260	0	26	26
Sandvikens Gymnastikavd.	173	534	707	8	76	84
Sigtuna Märsta Gymnastikklubb	513	1433	1946	3	9	12
Skärplinge Gymnastikklubb	58	61	119	3	10	13
Smedjebackens GF	1	46	47	0	2	2
Stocka Korpförbunds Gymn Avd	0	1	1	0	0	0
Stora Tuna Gymnastikförening	11	61	72	1	2	3
Strands Gymnastikförening	0	0	0	0	0	0
Sundborns Gymnastik O IF	20	49	69	0	3	3
Sälens Idrottsförening	20	21	41	1	8	9
Söderbärke Gymnastik o Idrottsförening	0	0	0	0	0	0
Söderfors Gymnastik o IF	22	22	44	0	1	1
Söderhamns Gymnastikförening	68	457	525	1	50	51
Sörängs Byalag Motionssektion	1	1	2	0	1	1
Tierps Gymnastikförening	12	13	25	0	2	2
Tofta Gymnastikförening	10	4	14	1	2	3
Tripp Trapp Trapets Gymnastikförening	1	2	3	1	0	1
Träningsglädje i Tierp IF	26	24	50	1	1	2
Träningsverket Dellenbygden IF	142	148	290	3	17	20
Tärnsjö Gymnastikförening	3	24	27	0	4	4
Uppsala Gymnastikförening	174	254	428	15	13	28
Uppsala Gymnastikklubb	38	1	39	1	1	2
Valbo Gymnastikförening	11	229	240	0	12	12
Vallerås Gymnastikklubb	0	0	0	0	0	0
Vika Idrottsförening	59	128	187	0	10	10
Viksta Idrottsklubb	0	0	0	0	0	0
Älvkarleby Gymnastikförening	13	94	107	3	15	18
Örbyhus Idrottsförening	14	20	34	0	5	5
Örsundsbro Idrottsförening	37	114	151	0	11	11
Österby Gymnastikklubb	25	94	119	0	10	10
Östervåla Idrottsförening	22	39	61	5	7	12
Östhammars Gymnastikförening	21	122	143	6	15	21
Totalt: 117 föreningar med 33 030 medlemmar och 2 067 Ledare	10 211	22 819	33 030	308	1 759	2 067

Slutord

Vi ser fram emot att under 2023 fortsätta att utvecklas tillsammans och hoppas på många fina möten mellan föreningar och förbund.

Styrelsen Uppsvenska Gymnastikförbundet

Jessica Zetterberg

Carin Larsson

Margaretha Palm

Katarina Stelander

Lotta Zetterström

Carolina Johansson

Uppsvenska Verksamhetsberättelse 2022