

## Verksamhetsberättelse Skidsektionen vuxen – motion 2022

Sektionen har haft tio möten under året. Mötena har dels pga Covid 19 pandemin varit digitala, men senare fysiska möten i Sternstugan.

Ordförande har efter årsmötet 2022 varit Roger Johansson som tagit över efter Helena Eberil. Övriga medlemmar har varit Ove Nord, Jennie Gustafsson, Frida Appelqvist, Marie Björklund, David Ranfalk och Anders Magnusson.

Sektionen Vuxen-Motion har som huvuduppgifter att arrangera träningsläger för vuxna samt att ordna resor till Vasaloppen.

Under året har det anordnats resor till Öppet spår med tre bussar till Sälen, två bussar till Sälen för Vasaloppet samt en buss till Mora för Vasaloppet med hemresa på måndag och en buss till Tjejvasan. Boendet i Vasaparken var mycket kostsamt samt dessutom svårt att anpassa till deltagarantalet. Därför bestämdes att nästa år , alltså 2023 skulle det boendet flyttas till Mora gymnasium.

I januari genomfördes teknikläger i Idre och på Långberget och vi planerade för ett höstläger i skidtunnel i Torsby. Lägren präglades av återhämtning efter pandemin vilket ledde till att läger 1 på Långberget genomfördes med ganska få deltagare som reste i privatbilar. Läger 2 hade bättre deltagarantal och genomfördes som planerat med bussresa.

Under året hade vi två ombyten i personalen på kansliet med Jessica Bergström som tog över efter vår mångårige trotjänare Laila Andersson, samt senare på hösten Sophia Hamberg som fick ett omfattande arbete att ta tag i.

Att sätta sig in i bokningsläget och övriga förberedelser för alla klubbens teknikläger och vasaloppsresor görs inte i en handvändning. Resorna och lägerverksamheten är verkligen kärnan i skidsektionens verksamhet, så det är viktigt att allt fungerar som det ska med dessa.

IK Sterns rullskidtävling Topprullen genomfördes den 21 augusti med bra deltagande, och som tidigare i trakterna kring Tollered.

En nysatsning under sommaren med fortsättning under hösten som vi kallar ”PRO Training Camp”, består av en grupp väldigt intresserade åkare. Där deltar gruppen i ett projekt där man studerar bl.a. stakträning på rullband i Chalmers centrum för teknikanalys med inriktning på biomekanik.

Gruppen tillför nya kunskaper i träning och metodik på såväl elit- som motionsnivå.