

# VERKSAMHETSPLAN 2025

## UDDEVALLACK

Styrelsen:

- Rekrytera fler medlemmar.
- Vi ska höras och synas på ett positivt sätt, sprida cykelglädje, bygga en stabil verksamhet.
- Arbeta för att behålla våra medlemmar, s.k. medlemsvård.
- Träningar ute & inne / tillhörighet / stolthet / gemenskap / ungdomar/ kläder / förmåner.
- Lyssna på och ta till vara på medlemmarnas intressen.
- Bjuda in dem till styrelsemötet vid behov.
- Strukturera upp styrelsearbetet med att skapa mer arbetsgrupper.
- Engagera fler ledare och föräldrar/medlemmar i engagemang och träningar.
- Aktiv information via hemsida, Facebook och Laget.se.
- Arbeta för bättre samarbete idrottsklubbar emellan.
- Arbeta för en fortsatt drogfri verksamhet.

Medlemmarna:

- Medverka till en trevlig träningsmiljö, hålla god ton, föregå med gott exempel.
- Hålla god ton i sociala medier samt på träningar och evenemang.
- Respektera klubbens riktlinjer och beslut.
- Respektera träningsutrustning som om den vore din egen.
- Medverka före, under eller efter tävling/träning och arrangemang.
- Komma med förslag till hur styrelsen kan göra klubben bättre, medverka till att utveckla klubben.
- Medverka till en drogfri miljö.

Träning/motionsverksamhet:

- Se till att kunna erbjuda träningar för alla medlemmar.
- Träning utomhus MTB 4 dagar i veckan
- Måndag kl. 18:00, året om.

Motions och instegsgrupp med olika fartgrupper,

motion/nybörjare/intensiv. Samarbete med Friskis & Svettis.

- Tisdag kl. 18:00, April tom Sept.

(Vuxen och ungdom, Intervall, olika fartgrupper motion/tävling)

- Onsdag kl. 18:00, April tom Sept.

(Ungdom olika nivåer, nybörjare/medel/tävling)

- Torsdag kl. 18:00, April tom Sept.

(Vuxen och ungdom Intervall, olika fartgrupper motion/tävling)

- Träning utomhus LVG 3 dagar i veckan

- Onsdag kl. 18:00, April tom Okt.

(Lagtempo/intervaller, olika fartgrupper motion/tävling/nybörjare)

- Lördag kl. 09:00, April tom Okt, kl 10:00 Nov-Mars, 2tim cykling

(Gruppcykling, olika fartgrupper motion/tävling/nybörjare)

- Söndag kl 09:00, April tom Okt, kl 10:00 Nov-Mars, 3-4tim distanscykling

(en eller två olika fartgrupper, motion/tävling/ ungdom)

- Träning inomhus LVG 1-2 dagar i veckan

- Måndag kl 21.00-22.30 Nov-Mars Rimnershallen

(Lagtempo/intervaller för tävling och erfarna cyklister, extra träningsavgift tillkommer för deltagande)

- Onsdag kl. 17:30-18:30 Nov-Mars, klubblokalen Dagnys

(Intervaller, Motion/tävling/nybörjare,)

Arrangemang:

Planerade=

- Poängjakten, MTB (April 2025)
- Herrestadsfjälloppet, MTB (Juni 2025)
- KM MTB (Juni 2025)
- MTB-motionslopp på Bjursjöns leder. (Hösten 2025)
- Långsiktigt =>
- MTB VästGötaCup => 5 år
- MTB SM => inom 10 år
- LVG => samarrangemang med grannklubbar.

Klubblokalen:

- Gemensam klubblokal för samkväm/ träning .
- Behålla ordning och underhålla / hålla befintlig utrustning i perfekt skick.

Allmänt:

- Se över möjlighet för att införskaffa nya ungdoms LVG cyklar för pröva på träningar / låna / hyra.
- Fortsätta driva ungdomssatsningen, och stötta ungdomar. Ge möjlighet för läger/support/träningar, coaching, bidrag.
- Se till att erbjuda medlemmar föreläsningar inom träning/kost/hälsa.
- Tillgodose de ungdomar som enbart vill cykla på motionsnivå.
- Tillgodose de ungdomar som vill satsa i sporten/klubben.
- Utveckla och stimulera ungdomarna så de vill vara kvar i verksamheten samt sporten på lång sikt.
- Utbilda ledare
- Föra kontinuerlig kommunikation mellan styrelse och ledare för att utveckla och förbättra.
- Utveckla LVG-sidan i syfte att öka antal deltagare på de gemensamma träningarna
- Jobba för att få medlemmarna skall bli delaktiga och engagerade i klubben så vi tillsammans utvecklar och driver den framåt.
- Se över möjligheten att öka den allmänna intäkten genom arrangemang / försäljning.
- Vårda/tillgodose befintliga sponsorer och rekrytera nya.
- Fortsätta arbetet med MTB-banor/leder i samarbete med Uddevalla kommun, för friluftsliv och turism.
- Utveckla teknikgropen
- På sikt försöka hitta en bättre klubbstuga, där vi har möjlighet att samla hela vår verksamhet