

# Verksamhetsberättelse, Malmö City Skaters 2024

## Styrelsen

Styrelsen har under året genomfört 8 styrelsemöten. Malmö City Skaters är en aktiv förening med många evenemang att koordinera. Under året bytte vi administrationssystem från SportAdmin till SvenskaLag och systemet tar undan mycket manuellt jobb i förhållande till anmälningar till event, medlemsregister och koll på fakturering.

Vi har även haft möjligheten för styrelseledamöterna att delta digitalt på styrelsemötena.

## Barn- och nybörjarträning

### Barnträning

Under 2024 genomförde Malmö City Skaters 13 barnträningar utomhus mellan den 5 maj och 22 september. Säsongen startade starkt i maj med stort deltagande och välplanerade söndagsträningar. Några tillfällen ställdes in på grund av midsommarfirande den 23 juni samt regn den 30 juni, 4 augusti och 25 augusti. Trots detta behöll vi kontinuiteten och en positiv träningsmiljö där barnen utvecklades snabbt.

Träningarna byggde på en tydlig plan med anpassade upplägg för både nybörjare och mer erfarna barn. För att säkerställa kvalitet och trygghet fanns alltid minst två ledare på plats under varje träningstillfälle. Tränarnas engagemang och pedagogiska sätt skapade en miljö där barnen kände sig trygga att utmana sig själva och utveckla sin teknik, balans och självförtroende.

Mot slutet av säsongen minskade deltagarantalet, och vi ser ett behov av att behålla fler äldre barn, särskilt de som är äldre än tolv år. De som stannade kvar utvecklades mycket men saknade jämbördiga träningskamrater att utmanas med. För att möta detta behöver vi erbjuda mer avancerade moment och skapa en naturlig övergång till vuxenträningen.

Säsongen 2024 har varit givande och lärorik. Vi tar med oss årets insikter in i nästa år och fortsätter att utveckla verksamheten så att ännu fler barn vill stanna kvar och utvecklas inom föreningen.



## Nybörjarträningen

Nybörjarträningen genomfördes på samma tid och plats som barnträningen, varannan söndag kl. 11.00. vid T-bryggans P-plats (Ribbens Äventyrsgolfbana). Detta underlättar hantering av utrustning och tränare och det har mottagits positivt av deltagarna där några föräldrar har provat på inlines, som alternativ till att sitta och vänta.

Träningen fokuserar på balans, teknik och att hantera hastigheten, med målet att få deltagarna att bygga upp en grundläggande trygghet på inlines och för att öka intresset att träna själv så att de kan fortsätta vidare till att medverka på turer och delta på inlinesträning.

## Inlineträning

2024 körde vi teknikträning på måndagar vid IKEA Svågertorp kl 19.00. Vi hade bra uppslutning under sommaren och några nya hängde med under året.

Utöver träning på IKEAs parkeringen körde vi också på cykelvägarna kring Svågertorp och Hubhult som är mycket bra och ger möjlighet för varierad träning. Vi fortsatte med gruppen på 5 tränare som turades om att hålla i inlinesträningarna på måndagar. Att det var fler tränare gjorde också att vi hade fler som tog hand om deltagare som hade lite svårt med mer avancerade övningar när det var behov för det. Tränargruppen bestod av Gisle Tverland, Mattias Nilsson, Adrien Henssien, Jimmy Malmqvist och Cristian Klein. Intervallträningar kördes i Vellinge och i Flädie. Vi körde 6 träningstillfällen på Ring Knutstorp på onsdagar. Här körde vi distans/intervaller





## Söndagsturen

Under säsongen april till oktober, 2024, genomfördes de flesta turer och några blev inställda på grund av dåligt väder. Deltagandet har varierat mellan 2 och 15 deltagare.

Söndagsturen utgår normalt från klubbhuset kl. 13.00 varje söndag under säsongen. Turen är mellan 20-30 km och vi rullar på de många fina cykelvägar som finns i Malmö området, genom omväxlande park- och bostadsområden. Turen avslutas ibland med after skate för en drink och/eller tillugg.

Alla är välkomna och nivået är att kunna rulla ca 20 km. i lugnt tempo som anpassas till deltagarna, kunna bromsa och färdas i trafikerade områden.



## Långtur

Långturer är mellan 35-50 km (Kust till Kust - 100-140 km). Om det är behov för det delar vi upp oss i två grupper:

- Sightseeing Gruppen - håller fler vattenpauser, glasspaus och "kodakmoments".
- Speed Gruppen - startar ibland en timme senare än sightseeing gruppen, rullar snabbare och har färre pauser.

Turerna avslutas ofta med en gemensam lunch/middag och är mycket uppskattade samt ses som en rolig och spännande utmaning.

Målgruppen är åkare som kan rulla längre sträckor, kan bromsa och anpassa hastigheten i trafikerade områden.

Under säsongen 2024 hade vi:

- Inställt p.g.a. regn: Malmö - Vellinge/Höllviken
- Sydkustturen: Trelleborg - Ystad (3 juni)
- Amager runt (1 juni)
- Kust till Kust: Malmö/Höllviken/Trelleborg - Simrishamn (6 juli)
- Köpenhamn - Helsingör (27 Juli)





## Friday Night Skate i Köpenhamn

Vi skapade evenemang i klubbens kalender för att gemensamt åka till och delta på Friday Night Skate i Köpenhamn. Det har varit ett trevligt sätt att samordna tågresan och knyta nya kontakter. Vissa av oss deltog även som "blockers" (funktionärer för evenemanget).

Alltid härligt att åka med i en fantastisk feststämning med flera hundra andra glada människor, det gör vi om under 2025!



## Motionsgruppen

Motionsgruppen arrangerade under 2024 turer från 2 maj till och med 12 september. 7 turer genomfördes som kvällsturer på torsdagar. Antal deltagare på turerna varierade mellan 4 och 8 personer.

Turerna genomförs på torsdagskvällar kl. 18 med start från olika platser i utkanten av Malmö eller Lund. Turerna går ut på landsbygden, huvudsakligen på cykelvägar men även på mindre trafikerade vägar, och är ofta 25 - 35 km långa.



## Coach The Coaches

Vi fortsatte också Coach the coaches, som ger ledare som engagerar sig i Malmö City Skaters extra träningspass med Gisle Tverland.

Denna träning är på ett högre nivå och mer riktad för att träna på att leda andra med lite mer djupgående genomgång av olika övningar.

Den andra delen är mer riktad mot att utveckla inline-tekniken för våra tränare.

Satsningen på denna extra träning är dels att höja kompetens men också ge tillbaka till de som engagerar sig i klubben.

## Inomhusträning

Malmö City Skaters körde igång inomhusträning i Lomma som en test för att se om det fanns intresse. Det gjorde det och vi utökade antal träningstillfällen under våren fram till slutet på mars. I oktober körde vi igång inomhusträningen som en del av vår verksamhet med stor uppslutning. Golvet i Slättängshallen i Lomma är lite mjukt vilket ger lite extra motstånd, men fungerar fint. Tränare har valt samma team som körde inlineträningen i somras.





## Berlin Inline Marathon

Malmö City Skaters hade 7 deltagare med på Berlin Inline Marathon 2024.

Den låga deltagarsiffror från klubben beror till stor del på att banan för inlinesloppet inte är samma som tidigare. Det blev istället en bana på stora boulevarder där man kör fem varv innan målgången. Definitivt annorlunda men ganska roligt ändå; man hinner inte ha tråkigt på fem varv och stämningen är definitivt kvar som den ska. Man passerar fortfarande under Brandenburger Tor innan mållinjen (med ett stort leende såklart!).

Fyra stycken körde Gladpack och höll tillsammans hela loppet, andra körde i egen takt, och en deltagare körde Maraton på inlines på lördagen och sedan sprang maraton på söndagen!! Då vi inte var tillräckligt många deltagare för att göra gruppbokningar kunde inte klubben arrangera gemensamt boende.

