



FRILUFTS FRÄMJANDET NYKÖPING

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025

Årsmöte 2026-03-11

Inledning

Friluftsfrämjandets ändamålsparagraf lyder enligt följande:

”Friluftsfrämjandet är en riksorganisation som har till ändamål att främja aktiv fritid genom skidåkning och annat friluftsliv och därigenom verka för folkhälsa och livsglädje”.

Nyköpings lokalavdelning arbetar mot dessa ändamål genom att:

- Organisera och arrangera friluftsliv för vuxna, ungdomar och barn.
- Utbilda ledare och funktionärer för verksamheten.
- Erbjuder möjlighet till ”prova på” verksamhet för att locka deltagare som ännu inte är medlemmar.
- Verka för ändamålsenlig utrustning för friluftsliv.
- Värna om allemansrätten.
- Värna för god friluftsmiljö och utveckla Ryssbergens fritidsområde för skapandet av ytterligare aktiviteter.
- Samverka med myndigheter, organisationer, föreningar, skolor, företag för att erbjuda en väl fungerande friluftsanläggning i Ryssbergen som är tillgänglig för alla invånare i och omkring Nyköping.

Det är föreningens STYRELSE som har till uppgift att disponera de resurser som finns tillgängliga för att möjliggöra drift av friluftsanläggningen samt prioritera de verksamhetsområden som behöver utvecklas och stöttas.

Det är föreningens LEDARE som ger förutsättningen för vilka friluftsaktiviteter föreningen kan erbjuda. Det är de IDEELLA insatserna (såväl icke medlemmar som medlemmar) som är motorn och drivkraften för att verksamheten skall fungera.

Friluftsfrämjandet i Nyköping var även 2025 en av de större lokalavdelningarna i Sverige med ca 700 medlemmar.

Ledarvård och rekrytering

Friluftsfrämjandet Nyköping har som mål att skapa tillfällen för våra befintliga ledare att träffas grenöverskridande och tillsammans skapa en miljö som underlättar för ledarrekrytering. Under året har en ledarträff genomförts, samt en utbildning i första hjälpen och HLR.

Barn- och ungdom: Skogsmulle och Vildmarksäventyr

Grenledare: Johannes Krunegård, Helen Erving och Gunilla Enlund

Under 2025 har barnverksamheten haft fyra grupper. Inom skogsmulleverksamheten har under våren varit två grupper: Familjemulle och Skogsmulle, och inom Vildmarksäventyr har vi två grupper: Strövare och Frilufsare. Under hösten startades ytterligare en Frilufsargrupp, samtidigt som Skogsmullegruppen lades ned på grund av ledarbrist.

Intresset för deltagande i alla grupperna har varit stort och grupperna har under både vår- och hösttermin varit så gott som fullbokade. Glädjande är det stora intresset.

Vår- och höstterminen utgjordes av 8 tillfällen vardera för samtliga grupper. Vilket för Familjemulle inneburit 32 aktivitetstimmar, för Skogsmulle 16 aktivitetstimmar, för Strövare 48 aktivitetstimmar och för Frilufsare ca 48 aktivitetstimmar plus två övernattningsnätter.

Likt tidigare år är det en utmaning i verksamheten att hitta nya ledare och hjälpledare. Men det har under året tillkommit några ledare, och fler är på väg in och ska utbildas 2026.

Skidskola

Grenledare: Cecilia Werner

Skidskolan 2025 genomfördes på fyra tillfällen a 1,5 tim per gång. Totalt 23 elever deltog. Snowboard har blivit riktigt inne och där fick inte alla som ville plats pga saknad av ledare.

Vi utbildade sex ledare på plats i Ryssbergen på introduktion skidor. Vi har även haft hjälp av realgymnasiet under en helg på skidskolan.

Ju flera ledare desto flera barn/ungdomar/vuxna kan vi lära att åka skidor. Målsättningen är att kunna hantera 50 elever i skidskolan på en säsong. I december påbörjade vi utbildning av nya ledare inom både snowboard och skidor, som fick gå introduktionskurs i Sälen.

Längdskidskola

Grenledare: Vakant

Lära nybörjare och motionärer grunderna i vallning och skidteknik för att få mer glädje i sin längdskidåkning

Genomförda aktiviteter:

Spår har lagts på golfbanan av backgruppen när natursnö funnits. Ingen övrig aktivitet har genomförts.

Kajak

Grenledare: Vakant

Kajakverksamheten har gått på sparlåga under året men genomfört några enstaka turer.

Långfärdsskridsko

Grenledare: Björn Hellström, Tomas Lejergård

Säsongen startade 15 december 2024 och sträckte sig till 1 mars 2025 då en kraftig värme både dag och natt gjorde slut på alla isar, både stora som små. Den 24 november gjordes första privatturen på hemmaplan, 15 november turistade några medlemmar i Härjedalen och lämnade första privatturen. En säsong med medellängd.

Cirka 300 medlemmar har tillgång till Skridskonätet med dess isinformation, turupplysningar och färdrapporter. 52 medlemmar har deltagit i någon tur som finns redovisad som färdrapport hos FFN på Skridskonätet. Verksamheten konstant då föregående säsong hade 51 unika deltagare.

Under säsongen 2024/25 genomfördes 37 ledarledda skridskoturer med totalt 291 deltagare, detta är klart mer än föregående säsong. Turerna har varit fördelade på olika åkgrupper med olika tempo och hastighet, turer i grupperna III, IV och V. Turerna har letts av sju olika ledare.

Välkommenprogram har genomförts men långt ifrån alla nya medlemmar blir aktiva och åker regelbundet på våra ledarledda turer.

Teknikträning genomfördes med tre tillfällen på Rosvallas konstis. Balans och kontroll över skridskoskåret tränades för att ta sig fram enklare på isen, både för möjlighet att kunna åka längre men även för en säkrare färd på stadigare ben.

Medlemsbasen är stabil, svagt växande.

Stavgång

Grenledare: Fred Åkerström, Ingvar Wigenstam

Stavgång på motionsspåren i Ekensberg har genomförts 3 gånger per vecka under hela året.

Under 2025 har deltagarantalet vid varje tillfälle varit 5–8. Vi har också genomfört några spontanvandringar och utflykter.

Vattengymnastik

Grenledare: Birgitta Lundh

Vattengymnastik är ett tillåtande sätt att röra sig på. Träningen sker i varmvattenbassängen på ett skonsamt sätt med vattnet och redskapen som motstånd. Vi tränar rörlighet, kondition, balans och styrkeövningar samt stretch.

Vattengymnastiken äger rum i Hjortensbergsbadet på måndagar klockan 15.45 till 16.30.

Under vårterminen 2025 genomfördes 12 vattengympapass och under höstterminen 12 gympapass.

Aktiviteten har plats för 15 deltagare. Under vårterminen fanns ingen ledig plats och under höstterminen tre lediga platser. Ledare var Maria Wallin.

Vandring

Grenledare: Kicki Eriksson

Under året har en ledare utbildats och flera vandringar genomförts. Bland annat genomfördes den traditionella Grötlunken och en vandring med matlagning på stormkök vid Kovik. På vandringarna har det varit mellan 10 och 20 deltagare.

Friluftsmiljö

Grenledare: Kristina Ajaxon

Inga möten har skett under året i kommunens Naturvårdsråd

Däremot deltog vi under ett fältbesök i april i skogen vid Bullersta med information om kommunens skogsarbete

Backgruppen

Backgruppen: Backansvarig Göran Månsson,

Säsongen 24/25 började med snöläggning under mitten av januari och vi kunde öppna backen helgen 25–26 januari. Vi hade öppet ett par helger men fick stänga på grund av mildväder. Strax innan sportlovet blev det kallt och vi kunde spruta snö igen. Backen blev bra lagom till sportlovet men vädret blev dåligt med plusgrader och dis/dimma varje dag. Därför dåligt med besökare. Strax efter sportlovet blev vi tvungna att stänga backen för säsongen på grund av mildväder.

Under sommaren/hösten har det gjorts service på liftar, snökanoner, pistmaskin mm. SSAB har under hösten arbetat med relining av sin processvattenledning och det har inneburit att vi fått en ny anslutningspunkt för det vatten vi använder för snösprutning.

Under senhösten startade även arbetet med att gräva ner en ny vattenstam och tryckluftledning från pumpstationen upp till toppen av backen. Syftet med detta var att kunna använda lansar i stället för snökanoner i familjebacken. Vi lånade 4 lansar för att testa men på grund av mildväder/för lite köldgrader kunde detta inte testas under december.

Vår lilla nybörjarlift var riktigt populär för våra nybörjare och en bra övning inför den lite större liften både för vuxna och barn. Det är väldigt mycket enklare att ha skidskola i den liften. Liftgrindarna vi har från Outby har underlättat mycket för både bokföring samt kontroll av liftkort.

Då det under skidsäsongen är mycket arbete med snöläggning, schaktning och pistning behövs mer personal som kan hjälpa till. Det behövs även ytterligare personal vid liftarna, i kök och i uthyrning. Under hösten påbörjades uppbyggnaden av en ny organisation för backen i samarbete med NOAK.

Cafégruppen

Ansvarig: Gunilla Enlund

En cafégrupp tillsattes under hösten och har haft öppet några söndagar med olika teman och tipspromenader.

Fastighetsgruppen

Ansvarig: Fredrik Lindeberg

Under 2025 har en fastighetsgrupp bildats och börjat med att identifiera samt åtgärda underhåll med fastigheterna. Fastigheterna har ett stort renoverings- och underhållsbehov framåt och en plan för det ska utarbetas.

I slutet av 2025 fick vi ett vattenläckage i köket som åtgärdades under vintern 25/26.

Ryssbergens motionsspår m.m:

Ansvarig: Tills vidare backgruppen

Kunna erbjuda en bra tillgänglighet för friluftsförbruk och motionsaktiviteter i Ryssbergen året runt.

Under 2025 har rökning av nedfallna träd utförts och även skador vid kraftiga regn har reparerats.

Styrelsen i Friluftsförbrukets lokalavdelning i Nyköping 2025

Nyköping 2026-03-11

Ordförande	Göran Månsson
V.Ordförande	Johannes Krunegård
Kassör	Fredrik Lindeberg
Sekreterare	Gunilla Enlund
Ledamot	Helen Erving
Ledamot	Mattias Gustafsson
Ledamot	Marco Venegas