

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018

FRILUFTSFRÄMJANDET LOKALAVDELNING SANDVIKEN

Org.nr 88 55 00 – 1395



Innehåll

Inledning	3
Lokalavdelningens uppdrag och strategi	7
VÅRA VERKSAMHETSGRENAR	
Gren Vandring	8
Gren Långfärdsskridsko	14
Gren Funktionellskidåkning	17
Gren Kajak	18
Gren Håll-i-form	19
Årsredovisning	20



Inledning

Styrelsen sedan årsmötet den 12 mars 2018.

Ordinarieledamöter:

Eva Nordenskiöld ordförande

Eva Eriksson kassör

Karin Jakobsson sekreterare sedan augusti 2018

Inga-Greta Andersson, Ann-Louise Ekström, Ildri Guleng, Joakim Helmbrant och Kristina Lundström

Suppleant:

Ann-Marie Lindström

Styrelsen har under året haft 11 sammanträden

I styrelsen finns representanter för våra verksamhetsgrenar vandring, långfärdsskridsko och kajak.

Stefan Lundqvist grenledare för Håll-i-form och Sven-Erik Lindgren grenledare för funktionell skidåkning ingår inte i styrelsen.

Valberedningen är Anders Wallin, Ewa Eklund och Lars Nyberg, Anders Wallin är sammankallande

Revisorer är Ulf Hultinger och Olof Borg med Anders Wallin som suppleant

Karin Jakobsson är styrelsens webbansvarige med Ann-Louise Ekström som biträdande

Lokalavdelningen har med en eller flera representanter deltagit i flera skilda arrangemang under året såsom:

1. Behandlat trettiofyra ärende på remiss från Västra Gästriklands samhällsbyggnadsförvaltning
2. Avgivit remissvar över ytterligare del av översiktsplan, Natur och Friluftsliv Sandvikens kommun, utformat av Kristina och Joakim
3. Avgivit remissvar över granskning av översiktsplan för Sandvikens kommun 2030, utformat av Kristina och Joakim
4. Avgivit remissvar om Friluftsakademin, utformat av Karin, Kristina och Eva N
5. Joakim har nominerats och valts till ledamot i Viltförvaltningsdelegationen
6. Inlett samarbete med Sandvikens kommun genom ungdomscoachen Susanne Holmqvist angående högstadie- och gymnasieungdom.
7. Projekt Barnverksamheten har fortsatt sitt arbete med att få tillstånd aktiviteter för barn, Eva N och Ann-Louise har deltagit, även kontakter med Regionens Hanna Bjärenstam angående Skogsmulle och skogens värld-grundutbildning, Smörnäs 14-16/9 som tyvärr inte blev av pga för få anmälda från oss i närliggande lokalavdelningar
8. Årsstämma hölls måndagen den 12 mars 2018 i Studiefrämjandets lokaler. Susanne Holmqvist berättade om sina vandringserfarenheter "Vandring längs St. Olofsleden Selånger till Trondheim"
9. ABCD och HRL utbildningar hölls av Robert Kennerberg lördagen den 3/2 kl.11-17.
10. Deltagit i Naturkraft Gästriklands årsstäma 13/2, Ildri och Inga-Greta närvarade.
11. Deltagit i projekt Barnskidbacke i Högbo och skidlekplats, Eva N, Anna Norlin och Ildri deltog.
12. Susanne Holmqvist har deltagit i utbildningen till fjäll ledare
13. Deltagit i Skogens dag lördagen den 25/8 i Högbo, de olika stationerna var förlagda längs en 1,8 km lång slinga, aktiviteter pågick kl.10-15 den aktuella dagen och vår lokalavdelning disponerade en del av den gamla platsen för kolmilan, Ewa Eklund mfl samt Tuula från Regionen deltog.
14. Vi har förekommit i artiklar i Friluftsliv angående vår funktionella skidåkning i Kungsberget och i Din lokaltidning v.11/18 angående vårt remissvar till Sandvikens kommun angående Friluftsliv i översiktsplanen.
15. Eva N och Kristina har närvarat i Regionstämman i Uppsala lördag 14/4
16. Vi har tecknat ett medlemskap i Leader Gästrikebygden med samtidigt förslag om att Joakim bör ingå i styrelsen.

17. Vi har försökt få igång ett embryo till TVM, Susanne Holmqvist och Olof Larsson leder verksamheten med ungdomar. De har övernattnat i Gillbergs grottor. Paddlat i Högbo till Digerön för lunch och övernattning. Susanne har även haft kontakt med Jonatan på Regionen. Måndag-torsdag v.26 var Susanne Holmqvist vid Jägarstugan , Sara Wennerqvist pratade om vilda djur. Susanne och 3 ungdomar närvarade vid TVM:s jubileum 19/10-21/10.
18. Behandlat GDPR där Ann-Louise föredrog en del av de uppgifter som ligger på Ff:s hemsida. Blä sparar Ff våra personuppgifter i 2 år efter avslutat medlemskap och att vi som lokalavdelning inte ska spara uppgifter om de inte behövs.
19. Genom Kristina har vi från Sandvikens kommun fått förfrågan om att ingå i en referensgrupp i ett LEADER-projekt "Friluftsliv för alla" där friluftslivet ska inventeras för att ta reda på om vi kan öka tillgängligheten inom besöksnäringen. Projektledare är Lars-Göran Wadén, Niklas Bergdahl chef för fritidsenheten och Tarja Östlund fritidsutvecklare. Andra representanter är en blandning av vinstdrivande företag och föreningar.
20. Kristina har mottagit ett stipendium om 6000 kr från Sandvikens kommun, Kultur- och fritidsförvaltningen som hon så generöst donerat till vandringsverksamheten.
21. Kristina och Eva N besökte Jägarstugan i samband med projekt Friluftsliv för alla 1/10 och träffade där blä rullstolsburne Mats Salberg
22. Eva N deltog vid ordförandeträff i regionen 9/10
23. Eva N deltog vid verksamhetskonferens i Rönninge 17/11
24. Eva N och Kristina deltog vid möte i Kungsberget 14/11
25. Jan Åslund har ånyo utsetts till vår ledamot i Skridskonätets fullmäktige för verksamhetsåret 2018-2019
26. Eva N & Kristina har deltagit vid sammanträde hos Kultur- & fritidsförvaltningen 21/11 med anledning av bidragsansökan
27. Ildri har deltagit vid Öppethus på Studieförbundet 7/12
28. Ewa Eklund, Lars Nyberg & Ylva Trogen deltog på Sandviks hälsodag 29/11.

Verksamhetsstatistik

	Datum	Deltagare	Timmar	VHT timmar
Friluftsevent	180825	5	6	30
Intern organisation	2018	9	28	252
Intern organisation	180312	27	3	81
Håll-i-form	2018	267	44	551
Långfärdsskridsko	2018	411		1644
Funktionell skidåkning	2018	88		289
Vandring	2018	286		1825
Kajak	2018	37		111

Totalt antal verksamhetstimmar 4783

Vår verksamhet har under året genererat 4783 timmar

Vår lokalavdelning hade vid årets ingång 257 betalande medlemmar som till årets utgång vuxit till 273 betalande medlemmar

Sandviken januari 2019
Eva Nordenskiöld
Ordförande

Lokalavdelningens uppdrag och strategi

Lokalavdelnings styrelses ansvar är att:

- Genomföra och utveckla den lokala verksamheten med stöd av bl.a. verksamhetsutvecklare och regionen
- Verka för Friluftsförbundets vision och mål utifrån lokala medel och förutsättningar
- Rekrytera och säkerställa att nya ledare grundutbildas och att befintliga ledare fortbildas
- Rekrytera nya medlemmar och vårda befintliga medlemmar
- Arbeta för att komplettera aktivitetserbudanden med andra medlemserbudanden lokalt
- Informera om Friluftsförbundet och den lokala verksamheten i ortens informationskanaler
- Rapportera verksamhetsstatistik enligt anvisningar av Riks
- Årligen före mars månads utgång sända in Verksamhetsberättelse, resultat- och balansräkning samt årsmötesprotokoll till riksorganisationens kontor
- Administrera information om verksamhet och verka för att medlemmar är aktiva på www.friluftsfremjandet.se/sandviken

Vi ser fram emot ett spännande 2019 och hoppas att vi ses ute i friluftslivet!!

Gren Vandring

Vandringsprogrammet för säsongen 2018 annonserade ut 20 ledarledda vandringar varav 2 med övernattningsvandring, 4 kvällsvandringar och 14 dagsvandringar. Till den annonserade övernattningsvandringen på Finnskogsleden hade ingen anmält sig och den andra övernattningsvandringen kunde inte genomföras eftersom det var totalt eldningsförbud på grund av torra.

Säsongen har bjudit på snöpulsning i slutet av april och värsta sommarhetta i maj, juni och juli. Hösten har ur vandringsynpunkt varit helt perfekt. De flesta turerna har gått längs Gästrikeleden men både Fäbodleden, Årsunda och Söderåsen har besökts och djurspårvandringen ledd av Ove Eriksson gick från Björkmuren upp till Västerhällarna. Fågelkännarna Ulf Hultinger och Olof Borg ledde som vanligt fågelvandringen i Gysinge i början av maj. Även denna säsong har fäbodlivet uppmärksamrats genom kvällsvandring till Sjöbergs fäbod, ledd av Ewa Eklund. I samarbete med STF genomfördes vandring i Hedesundatrakten med Lars Westerlund som ledare.

Under alla vandringar berättas om platser vi passerar, dess historia och kultur.

Under året har en vandringsledare för lågland utbildats och en ledare har påbörjat utbildning till fjälledare. Totalt är vi sex aktiva utbildade vandringsledare i lokalavdelningen.

Antalet vandringsdeltagare har varit 286 varav 185 kvinnor och 101 män

Antalet vandringstimmar är 1825

Sandviken 2019
Kristina Lundström
Grenledare vandring

Vandringsberättelser 2018

Måndag 23 april, inspektionsvandring

Så var vandringarna igång. I dag var vi, 12 vandrare på en inspektionsvandring efter Gästrikeleden, Åmotan - Långbodarna. Mycket snö och vatten bitvis gjorde att vi beslutade att vända efter rasten vid vindskyddet.

Torsdag 26 april, inspektionsvandring

Ett tappert försök för att inspektionsvandra sträckan Härnen - Långbodarna. Sju personer mötte upp. Starten gick fint på den plogade skogsvägen innan Gästrikeleden tar av in i skogen. Sedan, jösses vad snö som låg kvar i Kungsbergs-skogen. Halvmeter djup, snö som inte bar, gjorde att vi vände för att fortsätta följa skogsvägen. Det blev en fin vandringstur, bäckarna porlade och rann, fåglarna kvittrade, en tjäder (tiur) visade sig. I det blöta lerunderlaget syntes spår av älg, rådjur och räv. Lunchen intogs vid Härnen, isen låg tjock på sjön men snart fylls platsen som är handikapp-anpassat av ivriga fiskare.

Lördag 5 maj

Fågelvandring i Gysinge med fågelexperterna Ulf Hultinger och Olle Borg. 26 vandrare valde att följa med denna lördag. Det var mycket högt vatten efter den snörika vintern. Där det normalt inte är vatten så här års, gjorde att vi fick improvisera och göra andra vägval. Vi fick se andra områden än de vi normalt besöker. Följde banvallen efter gamla järnvägen som användes så sent som 1964 och gick på järnvägsbron över Dalälven, där det forsade friskt. Svämskogen, fick vi lära oss, är områden där det regelbundet svämmar över på våren. Där växer mestadels lövskog. Vi både såg och hörde lövsångare, grönsångare, blåmes, talgoxe, bofink, domherre med flera. Vi fick även se och höra flera olika spettar gråspett, vadare, skrake och knipa. Fiskgjusen seglade över oss flera gånger. Tibasten blommade och fjärilarna dansade i solgasset efter banvallen. Vandrigen avslutades med ett besök på Granön, där vi fick se de vackra gamla ekarna som sätter fart på fantasin. En härlig dag med försmak av sommarvärmen. På hemvägen stannade vi och tittade på den sällsynta och fridlysta Mosippan.

Söndag 13 maj

Vandringsledare Joakim Helmbrant. 30 personer deltog i dagens vandring i Storvikstrakten ca 10 km med start och mål vid Ovansjö hembygdsgård. Vi lotsades på stigar vi verkligen inte går så ofta, ingen specifik led följdes. Nymmenåsen passerades, verksamheten där har vi berättat om från andra vandringar. Rester från ett antal gruvor från tidigare år då brytning i liten skala var både löande och nödvändigt passerades. Koppar (Cu) Mangan (Mn), som båda är ett grundämne och Kvarter som är en mineral. Gamla inhägnade, vattenfyllda gruvhål fanns det gott om. Lunchpaus i en solig glänta i skogen med humlornas surr och skirande grönska. Göken ropade sitt koko, det var en södergök. Vi besökte vi "Åsas ost", där ostmästare Åsa Lindgren berättar om sina goda och prisbelönta ostar. Vi fick möjlighet att provsmaka samt köpa ost. I hagen bredvid betade några Highland-cattlekor, där går man inte in frivilligt, fast ägaren berättade att de är fridsamma djur.

Onsdag 16 maj

15 personer var vi som gjorde en vardagsvandring i Årsunda upp till Hornbergsklack, med start i Hyttmarken. Förra året i augusti gick vi samma sträcka i hållande regn, trots det var det önskemål om

att vandra den igen, då det er en fin sträcka. I år fick vi med oss en av de varmaste majdagarna på många år. Kristina som ledde vandrigen påminde om nyttan av att ofta ta en slurk ur vattenflaskan. Första stoppet gjordes vid en naturlig vattenkälla där några passade på att fylla vattenförrådet, det är inte så ofta den möjligheten finns i våra trakter. Växlande natur med blåbärsris (ett tips inför hösten). Hornbergsklack ligger drygt 300 meter ö.h. Här finns ett generöst vindskydd. Det behövdes denna soliga dag, då vi sökte skugga för lunchen. På hemvägen noterade vi alla att trädsorternas blomning går i varandra i år. "Mellan hägg och syren" är det bara några dagar mot normala, en till två veckor. Och vet ni vad, vi mötte jultomten också...

Lördag 26 maj

Då var det dags för Rönnåsrundan med Kristina som vandringsledare. 14 km i mycket omväxlande terräng. Vi hade en mycket bra vandringsdag, lite myggigt emellanåt men förövrigt härligt som det brukar vara. Första fikarast vid Åbergs fäbod som vi alltid brukar. Rinnande vatten bredvid möjliggör påfyllning av vattenflaskor. Färden fortsätter över Häståsen där ett nytt vindskydd har ersatt den sedan tidigare nedbrunna brandvaktarstugan. Vid Lisstansen åt vi lunch och här får vi också Ol-Lars spännande skröna till livs. Sedan tar vi oss an Ol-Lars bergen och avslutar med klapperstensfältet, där vi tar den sista kaffeslurken innan vi är tillbaka vid bilarna.

Tisdag 29 maj kvällsvandring

Den varmaste majkvällen på många år, även då är Friluftsförbundet i farten! Kvällsvandringen till Hohällan startade i Skatfors där ledaren Ronald Hansson hade en överraskning på lur för oss 20 personer som mötte upp.

Vi fick träffa Elvert Eriksson som berättade följande om orten. Skatfors är en liten by tre kilometer nordväst om Storvik. Hur gammal den lilla orten är vet nog ingen, men här fanns en torparstuga redan i slutet av 1700-talet. I Skatfors finns Skadefors Spik- & Tegelbruk som har varit en arbetsplats och gett inkomst åt minst fem familjer i cirka 100 år. Efter en del ägarbyten och försäljningar blev det yxtillverkning. Den gamla torparstugan byggdes på i båda ändar efter skiftande behov, i dag är den 25 m lång och 5 m bred, ägd av Elvert och hans fru Mona som för övrigt säljer växtfärgat garn på gården. Vandringen fortsatte upp mot Hohällan där kvällsfikat smakade gott. Ronald berättade historier om personer som har bott och haft betydelse för Storvik. Göken hördes i väster, ingen mygga störde, en helt underbar plats att avrunda dagen på.

Söndag 10 juni

Söndagen på Söderåsen blev som vanligt en härlig vandring om än något hetare än vanligt, - och det bar uppåt, uppåt och uppåt men då brukar det ju så småningom gå neråt också som tur är. Mycket vatten gick det åt. Vi hade turen att få en flaska extra vatten den här dagen, naturligt mineralvatten från Söderåsen, från Sveriges första godkända naturliga mineralvattenkälla!

Fantastiskt att vi har en sådan i vår närhet. Vi tackar Studieförbundet som såg till att vi fick varsin flaska Söderåsens mineralvatten att släcka törsten med den här varma dagen. Kalhyggen är inte så tokiga ibland- om än inte så vackra men det fläktade skönt och höll myggor &flugor borta under lunchen. Utsikten var storartad.

Vi passerade kalkbrotten i Vall i Torsåker. Det drevs mellan 1700-talet fram till mitten av 1900-talet. Idag är det en omtyckt badplats, fantastiskt vacker plats. Det var flera modiga på plats som hoppade från hög höjd ner i det 15 meter djupa vattnet.

Vandringen bjöd många fina utsikter över stora delar av Gästrikland. Vi var 13 personer som deltog i vandrigen med god ledning och intressanta historier.

Ronald som kan sin lokalhistoria berättade bland annat om det så kallade Kråknäsjärnet som hittades 1993 i Torsåker. Järnfyndet bestod av ämnesjärn daterade år 1 och blästerklumpar daterade omkring år 500. Torsåker var under många århundraden centrum för Gästriklands bergslag. Ronald berättade även om kända personer från Torsåker, Elof Persson med söner (Kronblom), Joel Berglund (operasångare), författaren Per Agne Erkelius och sist men inte minst Kerstin Hesselgren en stark politisk kvinna

Onsdag 13 juni

Tänka sig, efter 6 veckor med sol och värme kom ett stilla regn över dagen, men lagom till kvällsvandringen mot Sjöbergs Fäbod upphörde det. Ewa Eklund lotsade oss på stigar från Stensättra över järnvägen till denna idylliska plats där fäboden ligger. I början på 1800-talet flyttades den från Kurras backe till sin nuvarande plats, i dag är den i privat ägo och vi tackar för förmånen att få vistas där en vacker junikväll. 8 personer avnjöt det som fanns i ryggen, Inga-Greta "kulade" uppe i skogskanten, men korna är sedan länge borta. Myggan gjorde oss sällskap medan vi samtalande om hur det kunde vara att driva fäbodliv i en svunnen tid.

Torsdag 5 juli

Sista vandringen före sommaruppehållet var en kvällsvandring till Västerhällarna i Järbo. En kortare kvällsvandring där 17 personer njöt av kvällsfikat med främjandet. Det blev ingen korvgrillning som det var planerat då det varit en mycket torr sommar med eldningsförbud. En härlig sommarkväll utan mygg.

Onsdag 15 augusti

Hösten första vandring en kvällsvandring från Högbo till Svartviksstugan, tur och retur 7 km. En vacker onsdagskväll. 14 tvåbenta och tre fyrbenta inledde höstens aktiviteter på bästa sätt.

21 augusti inspektionsvandring (En icke annonserad vandring)

Torsdag 26 april gjorde vi ett tappert försök på att inspektionsvandring sträckan Härnen - Långbodarna. Det gick ju inte så bra, halvmeter djup snö som inte bar oss gjorde att vi fick vända. Men i dag 21 augusti i strålände höstväder gick Kristina och jag (Ildri) sträckan tur-retur. Lite fix i form av tydligare märkning och röjning i spåret utfördes. Väl framme vid Långbodarna, rast och kaffe, pratade vi med en i jaktlaget för området som kunde berätta att björnjakten pågick för första dagen. Hunden hade haft spårning på en björn men tappat den. Visst blev det lite spännande på returen 5 km över skogen tillbaka till Härnen. Nej, vi varken såg eller hörde någon nalle, bara ännu en skön dag ute i naturen.

Söndag 26 augusti

Vandring på Gästrikeleden från Koversta Gammelby i Österfärnebo till Gysinge, tur-retur, ca 13 km. Denna del av Gästrikeleden längs Dalälven går till stora delar på spänger. Vi var 15 vandrare, som tog oss fram till vindskyddet i Gysinge, där matsäcken avnjöts. Inga mygg besvärade oss.

Lördag 8 september

Vandringen idag, 10 km med STF på Gästrikeleden från Hedesunda österut. 13 personer med Lars Westerlund som ledare följde vi märkningen längs hagar med betande kor och får, för att fortsätta längs Bramsöfjärdens vatten. Vi noterade också hur tallarna växte efter "frökaping". En del vandring

på asfalt blev det men så är det ibland, belöningen kom då vi kom fram till Kvillanuddens naturreservat där vi rastade vid fjärden. Många av oss hade packat regnkläder, vi vandrade i sol och 20 grader sommarklädda. Väl hemma brakade ovädret lös, blixtrar och doner med kraftigt regn.

Lördag 15 september

En dagstur längs Kungshögsslingan på Gästrikeleden i Österfärnebo, startade vid Ulvkisbosjön. 13 vandringsugna personer plus en van turvän på fyra ben slog följe i ett härligt höstväder. Efter någon kilometer kom vi fram till Rödängsgruvor där malmbrytning pågick under 30 år. Spår/spåren i naturen syns i dag i form av inhägnade gruvhål och delvis övervuxna slagghögar. En kilometer bort från gruvområdet ligger krut-källaren, avståndet dels på grund av för mycket fukt från brytningen, krutet måste hållas torrt, MEN redan då tänkte man säkerhet, hela krutförrådet kunde ju explodera. Vi passerade Harry Hanssons olika konstverk i skogen vid Bårhällarna, däribland sin egen gravsten som han huggit ut.

Framme vid Kungshällarna som ruvar på 183 möh finns ett av många brandtorn som var nödvändiga i annan tid. Tornet är intakt, det var några modiga vandrare som klättrade hela vägen upp och njöt av utsikten. Det sägs att vid klart väder kan man se kyrktornen på Uppsala Domkyrka. En historia berättas så här: "Om du inte hittar brandtornet, åk till Uppsala och spana från kyrktornet – då ser du vart du ska gå". Skogen i reservatet runt omkring har aldrig avverkats och många tallar är över 250 år. Under dagen vandrade vi genom tät skog, på grusvägar och körvägar. Joakim och Susanne ledde vandringsgruppen som blev den längsta endagsvandringen vi har gjort. Hela 7,5 timmar var vi ute i naturen och lade en sträcka på 19 km bakom oss.

Söndag 23 september

Höst vandring i Åmot till Snåltjärn, längs Gästrikeleden 12 km tur-retur genomfördes i härligt höstväder. Med start vid Bunges kapell ledde Ronald vandringsgruppen mot Snåltjärn. Under färden berättade han om Åmots historia från ca 200 år tillbaka i tiden till det samhälle vi ser i dag. Gruvdrift och järnframställning var viktigt från tidiga 1700-talet, sedan blev det skogsbruk med egen såg, vi passerade bagarstugan och tullkvarnen där bönderna runt omkring fick erlägga en del av mjölet i skatt. Befolkningen ökade i takt med krav på mera arbetskraft till den växande verksamheten. Åmot betyder "där åar möts", här möts Bresiljeån & Kölsjöån som tillsammans bildar Testeboån som i sin tur har sitt utlopp i Gävlebukten.

Lunch vid vindskyddet framme vid Snåltjärn, där trädens olika höstfärger speglades i vattnet, en fröjd för ögat. Vi blev hela 22 vandrare som valde att tillbringa denna härliga höstdag ute. Den här gången var det Joakim som fick sällskap av sin fyrbenta vandringskompis. Tänk vad små hundben kan pinna på.

Lördag 29 september

Det här var en vandring där vi räknade fåbodrar, nåja - i alla fall försökte. Fåbodleden Kungsfors - Hålldammen, Järbo, lördagen 29 september ca 12 km. Kristina både berättade och ansvarade för dagens etapp på Fåbodleden, där fåbodarna ligger på rad på delar av turen, några är på väg tillbaka till naturen och en del platser finns endast en skylt som talar om var/vem som ägde stället. Kort beskrivet anlades fåbodrar för att kunna sköta djuren och lättare ta hand om mjölken från vilken man framställde ost, smör, mesost och långmjölk. Åkermarken hemmavid behövdes till vinterfoder, på fåboden betade djuren fritt i skogen på dagarna. Fåbodarna här i området bestod i allmänhet av stugor, mjölk-bodar, fähus och lador. Den nya lagen som kom 1933 och benämndes ägofredslag innebar förbud mot skogsarbete och satte således stopp för fåboddriften.

Vandringen gick efter fina stigar och kortare bitar på grusväg, men sista etappen från Hålldammens stugområde fram till badplatsen används tydligen Fäbodleden även av crosscyklar, med djupa vattenfyllda spår som resultat. Från Hålldammen fortsätter leden fram till Högbo via Vettsjön, Vällingen och förbi Lappkåtan, den sträckan får vi ta ett annat år.

Söndag 7 oktober

Så var vi samlade vid Fjällberget Hofors, hela 19 personer ville vandra sträckan tur- retur fram till Stenshyttan. Kristina ledde fram på Gästrikeleden där vi först passerar Björktjärnen. Ett fint vindskydd med vacker utsikt över vattnet, där bestämde vi oss för att ta eftermiddagskaffet på tillbakavägen. Leden går korte bitar på grusväg men mestadels följer den genom burrig skog, först upp mot Tjärnäsberget, sedan nedåt tills blänket av Djuptjärnen skymtar mellan träden. Strax före finns stigen mot en källa tydligt uppmärkt. Djuptjärnen, det var så vackert denna söndag, klarblå himmel och lövträd i alla dess färgskiftningar som speglade sig i vattnet tog nästan andan ur oss. Framme vid Stenshyttan rastade vi vid Dammsjön. Självklart låg det även där en hytta berättade Kristina, 1561 restes den första hyttan som drevs av två bergsmän 1586 fanns även en hammarsmedja. Stenshyttan kom sedermera att tillhöra Stjärnsunds bruk och fanns fram till 1850. Orten kämpade och fick både egen skola & lärarbostad i dag finns de båda husen i privat ägo, Kristina pekade ut de båda. Åter ett härligt gäng att tillbringa en söndag med, inte en regndroppe har fallit på oss under detta vandringsår.

Lördag 17 november

Djurspårvandring utan snö eller rimfrost på marken gör det svårt att kunna upptäcka djurspår. Med Ove Erikssons kunskap om djurspår hittar vi ändå spår överallt. Vi var 13 vandrare, som över Bengtas fäbod, tog oss från Björkmuren upp till Västerhällarna för att avnjuta vår medtagna matsäck i härlig november sol och lagom varme. Turen avslutades med glögg och pepparkakor vid Björkmuren och med denna vandring avslutades säsongen 2018.

/ Vandringsberättelserna är skrivna av Ildri Guleng, vandringsledare

Gren Långfärdsskridsko

Början av 2018 bjöd på en kort skridskosäsong på grund av stora snömängder i början av februari. Vi hann åka tre helger i januari och det blev en övernattningsstur med Gävle till Västerås för färd på Mälaren 10-11/2. Ylva Trogen och Rolf Olofsson planerade turen tillsammans med Gävleledare och det blev 7 deltagare. En oväntad möjlighet kom så sent som 7/4 med sex deltagare på tur på Hedesundafjärden i Dalälven.

15 mars deltog blivande ledare i en plurrövning i Smörnäs som Kaj från Gävle m fl. ledare ordnade. Vi avslutade säsongen med en uppföljande ledarträff 3 maj.

Introduktionskurs

Inför årets långfärdsskridskokurs skickade Anna Qvarfordt en enkätundersökning till tidigare års deltagare. Den besvarades av 25 av 55 deltagare i tidigare kurser. Resultatet av undersökningen ledde till några förbättringar.

Årets nyhet blev planerade tre – men två genomförda - ”Prova på och komma igång turer” på Jernvallens spolade bana. Det blev lyckat med 21 deltagare vid första tillfället och 35 vid det andra. Det allra första blev inställt pga isbrist. Deltagarna swishade 50 kronor/person.

Intresset för långfärdsskridsko är stort. Vi har haft introduktionskurs med 13 deltagare i Sandviken. Upplägget var tre teoriträffar inomhus samt en åkteknikövning på Jernvallen på spolad bana och en dag ute på naturis. Kursen innehåller iskunskap, utrustning och säkerhet. Många av deltagarna har kommit ut och åkt på isen

Ledare

Vi var tio aktiva ledare under året, 6 kvinnor och 4 män när Ylva Trogen och Jeanette Axelsson genomfört del tre av långfärdsskridsledarutbildningen i januari. Dessutom har vi tre ledare som gjort del ett av ledarkursen 3-4/2, Rolf Olofsson, Ann-Mari Lindström och Mats Jernberg, som nu gör del två med sina mentorer på hemmaplan. Vi har två vilande ledare.

Vi har kompletterat jackor till tillkommande ledare under året.

Utbildning

Två ledare gick kurs för att lära sig att lära ut skridskoteknik vid Runn i januari: Ann-Mari Lindström och Anders Ågren.

Iskongressen

Jan Åslund är vald till vår ledamot i Skridskonätet som har nästa kongress i november 2019.

Samarbete med Gävle

Vi gör ledarschema från mitten av november till slutet av mars med två ledare per helg. Ledarna avgör om de vill samordna turerna med Gävle. Vi har haft en gemensam ledarträff 8/12 då vi bl. a diskuterade olika säkerhetsfrågor. 6 ledare från Sandviken kunde vara med. Man började med att åka på Hillesjön och sen blev det samtal i samband med lunch inne på restaurang i Stigslund. Vi tog även fram appar för att lätt kunna ange position där man är om det skulle behövas i kontakt med räddningstjänst eller transport.

Långfärdsskridskoturer

Vi utlyser våra turer via skridskonätet: <https://www.skridsko.net/ffsnd>. Redan mitt i veckan kan vi annonsera preliminär tur på söndagen. På fredagen och lördagkväll från kl.19 bekräftas om det blir tur nästa dag. Den som är medlem kan prenumerera på utlysningar via e-post. Man kan anmäla sig på nätet och se vilka åkkamrater som kommer med.

Efter turen skriver ledarna en färdrapport på skridskonätet. Där kan deltagarna bidra med bilder från turen och har någon GPS kommer ett färdspår med på kartan. Det står även hur långt vi åkt och genom att klicka i "jag var med" får man en egen loggbok för årets turer och man kan se hur lång sträcka man tillryggalagt. Skridskonätet kan man också botanisera bland årets turer och bli inspirerad.

Den 4 september bjöd Anna Qvarfordt och Micke Andersson in till "Sommarplurr-övning" i Forsbacka. Vi var 14 deltagare från Sandviken/Gävle som fick testa våra ryggsäckars flytläge, kasta lina och ta oss upp på ett konstgjort "isflak". Det var mer än en fördubbling mot ifjol. Nyttig och bra övning.

Hösten startade vi med upptaktsträff för ledarna inför ny säsong den 18/10. En grupp av tre ledare hade tittat på Säkerhetspolicy som Eskilstuna skridskoklubb tagit fram och utarbetat ett dokument som vi kommer att arbeta vidare med

Höstens is säsong startade en vecka senare än året innan. Premiärsjön var dock densamma – Bresiljorna norr om Åmot som bjöd på stabil och fin åkning 25/11. Då var det några dagar med strålände sol och de som var daglediga kunde njuta extra av våra nordliga sjöar som lagt sig tidigt i skogslandskapet – som t ex Mosjön. Hällsjön – mellan Öjaren och Fjärden - blev beåkt 2/12 – en sjö som inte heller många testat tidigare. Samma helg var det "Välkommentur" på Lillsjön med två deltagare ena dagen och en den andra. Det har efterfrågats stöd att komma igång på skridskorna – så att man sen orkar åka med på en tur på 15-20 km.

Under 2018 har vi haft långfärdsskridskoturer vid 14 tillfällen i 25 olika grupper. Vid 4 av tillfällena fanns möjligheter för nybörjare att pröva på och träna extra på naturis. Det har efterfrågats extra träning för nybörjare för att komma igång för att åka i grupp. Rekognosering görs ibland av daglediga

ledare under veckan. Om inte isläget är mycket säkert utlyser vi sen en rekogniseringsstur för ledare och vana åkare dagen innan klubbturen. Under hösten har vi gjort rekogniseringssturer till en studiecirkel i iskunskap för ledarna. Säkerheten är mycket viktig.

Turavgift och bilersättning

Man kan delta på tur utan att vara medlem i Friluftsförbundet till en kostnad av 50 kr per tur. Man omfattas då inte av Friluftsförbundets försäkring och kan inte se rapporten från dagens tur. Vi önskar att aktiva åkare blir medlemmar. Vi ordar turer på isar som vi når med cirka en timmas färd i bil enkel väg. På det sättet har vi lyckats hitta fin åkbar is vid så många tillfällen under året. Vi betalar 5 kr/mil och medpassagerare till chauffören.

Plurr och Olycksfall

Vid ett tillfälle gjorde ledaren ett oproblematiskt plurr – med snabbt ombyte och vidare färd. Ett par fall vid olika tillfällen har orsakat skador i form av axelskada och muskelskada. Vid båda tillfällena gick det bra att ordna transport och omhändertagande av de drabbade.

Plogade banan

Vi är "Partner" till den plogade skridskobanan mellan Hedåsbadet och Årsunda. Vi har inget praktiskt ansvar – men vår logga med länk till Friluftsförbundets verksamhet finns på den plogade banans hemsida: www.arsundaif.se/skridsko/ . Vi gör också reklam för banan genom att skriva om den på Friluftsförbundets Facebooksida: <https://www.facebook.com/ffsandviken/> och hänvisar till banan när ingen annan åkbar is finns. Vår logga finns också på skyltarna vid banans ändar vid Hedåsbadet och Strandbaden. Gulf i Årsunda har några skridskor att låna ut och skridskor med pjäxor för uthyrning.

Säsongen för den plogade banan blev ovanligt kort i början av året – då så rikligt snöfall kom på kort tid i början av februari. Den 29 december var lilla banan vid Ursa med start bakom Gulf i Årsunda plogad för åkning. Banorna på Edsken och Fullen har varit åkbara längre säsong.

I december överraskade äventyrarna i Högbo med att mäta den fina isen och märka ut för plogning på södra Öjaren. Startpunkter finns vid södra badplatsen, Svartviksstugan och Båthusviken. Den var åkbar under några veckor.

På Friluftsförbundets face-booksida läggs det ut frestande skridskobilder.

Sandviken januari 2019

Inga-Greta Andersson

Grenledare Långfärds skridsko

Gren Funktionell skidåkning

Säsongen 2018 hade vi 4 instruktörer. Uppstarten av säsongen skedde i Idre helgen 7-10 december 2017, med på den resan var 3 instruktörer. Uptakten genomfördes tillsammans med Mälardalens instruktörer. Under helgen övades egen färdighet och analys av skidåkning. Övning med egna redskap samt en möjlighet för övriga närvarande att få provköra våra redskap inom paraskidåkning. Det fördes även diskussioner och planerades inför säsongen. Genom samverkan med SLAO deltog Niklas och Sven-Erik i deras upptakt 1-3 december 2017.

Under säsongen har ingen instruktörsutbildning genomförts.

Under vintern 2018 har våra deltagare haft funktionsnedsättningar eller kombinationer av nedanstående såsom:

- Språkstörningar
- Syn- och hörselnedsättning
- Autism
- Cerebral Pares (förlamning genom hjärnskada)
- Para Plegi/Tetra Plegi (skador på ryggmärgen)

Gästerna som besökt oss under säsongen 2018 har bl.a. innefattat:

- 1 gäst som lärt sig åka sitski.
- 5 biski gäster
- 3 skicart gäster som åkte skicart för första gången.
- 39 gäster som åkt med oss för upplevelsen uppdelade i olika grupper på skidläger och verksamhetsdagar.
- 9 gäster som hyrt utrustning till självkostnadspris.
- Av våra gäster var det 6 st som besökte oss för första gången.

Verksamhetsgrenen genomförde 289 verksamhetstimmar totalt under 2018.

Sandviken januari 2019

Sven-Erik Lindgren

Grenledare Funktionell skidåkning

Gren Kajak

Bakgrund

Kajakverksamheten i Sandviken nystartades 2015 med nya ledare efter att ha legat ett antal år i dvala. Vi paddlar havskajak i sjö och hav i närområdet främst i formen av kamratpaddlingar. Kajaksektionen har två utbildade Steg 1 ledare.

Verksamhet

Vid sju tillfällen under året, varannan onsdag kväll under säsongen 16 maj – 19 september med uppehåll under juli, anordnades kamratpaddlingar i Storsjön och Öjaren. Ett tillfälle fick ställas in på grund av blåst. Deltagarrekordet var 10 paddlare på en kväll i juni. Deltagare kommer förutom från Sandviken, från Gävle, Hofors och Skutskär.

Vi samarbetar med Skutskär-Älvkarleby LA i form av erfarenhetsutbyte med ledarna och att deltagare på våra turer har möjlighet att hyra kajaker från deras flotta.

Sandviken januari 2019
Karin Jakobsson
Grenledare Kajak



Gren Håll-i-form

Säsongen 2018 vår/höst har vi genomfört 15+12 st gymnastikpass med avslutningar på Mulligans Pub. Lokalen har varit Murgårdsskolans gamla gymnastiksal. Antalet deltagare har varit 16 personer inklusive undertecknad, som varit ledare.

Vi behåller nivån på deltagare som förra året.

Musikanläggningen har havererat, så jag kör med en privat anläggning för vårterminen 2019. Det känns onödigt att köpa en ny anläggning bara för en termin.

Jag hade tänkt sluta inför säsongen 2019, men ångrade mig, när jag såg att det var stort deltagarintresse. Kommer att definitivt sluta som ledare efter vårterminen.

Sandviken 25 januari 2019
Stefan Lindqvist
Grenledare Håll-i-form

Årsredovisning

EKONOMISK FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE FÖR FRILUFTSFRÄMJANDET SANDVIKEN, 885500-1395, RÄKENSKAPSÅR 2018

Föreningen har under året fått 38 808 kr i bidrag enligt nedan

Friluftsförbundet regionen	23 808 kr kontantandel
Sandvikens kommun	12 000 kr föreningsstöd

Funktionell skidåkning, långfärdsskridsko, håll-i-form-gympa och kajak har gett totalt 45 620 kr i inkomster. Vidare har vår vandringsledare Kristina Lundström gett 3 000 kr som gåva till vandringssektionen. Därutöver kan nämnas att Studieförbundet i Sandviken har ersatt 2 401 kr av föreningens kostnader för hyra av VM-arenan, "Stilla vatten" från Söderåsen i samband med vandring samt förtäring i samband med en HLR-kurs. Nämnade kostnader har således inte belastat föreningens resultat.

Till föreningens konto har sammanfattningsvis 84 428 kr (38 808 + 45 620) betalats in under 2018.

Föreningens kostnader har uppgått till sammanlagt 107 962 kr. Därutöver har nedskrivning av inventarier gjorts med 38 892 kr.

Sammanfattningsvis redovisar föreningen kalenderår 2018 underskott med 62 426 kr (84 428 – 107 962 – 38 892).

Föreningens tillgångar är totalt 1 509 744 kr den 31 december 2018. De består av fonder och kapital hos Nordea och Swedbank 1 364 072 kr, inventarier 139 224 kr samt handkassor 6 448 kr.

Se bifogade balans- och resultaträkningar.

Sandviken den 30 januari 2019

Eva Eriksson
Kassör

Balansrapport

Friluftfrämjandet Sandviken
Bokslut 201812 tom ver A 155

Sida 1 av 1
Räkenskapsår 2018-01-01 - 2018-12-31

	ING BALANS 180101	DENNA PERIOD 180101-181231	UTG SALDO =>181231
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
1220 Inventarier	65 375,70	73 848,00	139 223,70
Summa anläggningstillgångar	65 375,70	73 848,00	139 223,70
Omsättningstillgångar			
Kortfristiga placeringar			
1802 Obligationsfond	248 009,91	-1 066,47	246 943,44
1809 Penningmarknadsfond	88 982,72	-342,14	88 640,58
Summa kortfristiga placeringar	336 992,63	-1 408,61	335 584,02
Kassa och bank			
1912 Handkassa 1	3 747,40	-409,00	3 338,40
1913 Funktionell skidåkning, handkassa	3 110,00	0,00	3 110,00
1920 Plusgiro	748 247,76	-135 864,50	612 383,26
1940 Företagskonto Swedbank	416 104,16	0,00	416 104,16
Summa kassa och bank	1 171 209,32	-136 273,50	1 034 935,82
Summa omsättningstillgångar	1 508 201,95	-137 682,11	1 370 519,84
SUMMA TILLGÅNGAR	1 573 577,65	-63 834,11	1 509 743,54
EGET OCH FRÄMMANDE KAPITAL			
Eget kapital			
2060 Eget kapital	-1 101 623,32	1 408,61	-1 100 214,71
2069 Redovisat resultat	-265 651,63	-143 877,20	-409 528,83
2099	-206 302,70	206 302,70	0,00
Summa eget kapital	-1 573 577,65	63 834,11	-1 509 743,54
SUMMA EGET OCH FRÄMMANDE KAPITAL	-1 573 577,65	63 834,11	-1 509 743,54

Resultatrapport

Friluftfrämjandet Sandviken
Bokslut 201812 tom ver A 155

Sida 1 av 1
Räkenskapsår 2018-01-01 - 2018-12-31

	DENNA PERIOD	OMS%	UTG SALDO	OMS%	ACK FÖREG ÅR	JMF%
	180101-181231		=>181231		=>171231	
RÖRELSEINTÄKTER						
Huvudverksamhet						
3010 Funktionell skidåkning	-25 200,00	51,8	-25 200,00	51,8	-35 380,00	71,2
3012 Vandringsverksamhet	-3 000,00	6,2	-3 000,00	6,2	-6 000,00	50,0
3014 Håll-i-form-gympa	-5 600,00	11,5	-5 600,00	11,5	-6 700,00	83,6
3015 Långfärdsskridsko	-14 020,00	28,8	-14 020,00	28,8	-13 748,00	102,0
3019 Kajak	-800,00	1,6	-800,00	1,6	-250,00	320,0
Summa huvudverksamhet	-48 620,00	100,0	-48 620,00	100,0	-62 078,00	78,3
Övriga föreningsintäkter						
3980 Bidrag mm	-23 808,00	49,0	-23 808,00	49,0	-46 001,00	51,8
3981 Kommunala bidrag	-12 000,00	24,7	-12 000,00	24,7	-10 000,00	120,0
Summa övriga föreningsintäkter	-35 808,00	73,6	-35 808,00	73,6	-56 001,00	63,9
SUMMA RÖRELSEINTÄKTER	-84 428,00	173,6	-84 428,00	173,6	-118 079,00	71,5
RÖRELSEKOSTNADER						
Huvudverksamhet						
4010 Funktionell skidåkning, utbildning	12 000,00	24,7	12 000,00	24,7	30 293,00	39,6
4012 Vandringsverksamhet	16 051,00	33,0	16 051,00	33,0	32 388,00	49,6
4013 Projekt o övriga kostnader	1 219,00	2,5	1 219,00	2,5	0,00	0,0
4014 Håll-i-form-gympa	5 472,00	11,3	5 472,00	11,3	5 350,00	102,3
4015 Långfärdsskridsko	31 307,00	64,4	31 307,00	64,4	45 617,00	68,6
4019 Kajak, kostnader	0,00	0,0	0,00	0,0	752,00	0,0
4020 Funktionell skidåkn, resor, kost o logi	2 961,00	6,1	2 961,00	6,1	13 217,00	22,4
4030 Funktionell skidåkn, säkerh o förbr mtr	170,00	0,3	170,00	0,3	32 353,40	0,5
4040 Funktionell skidåkn, pers utrustn	6 120,00	12,6	6 120,00	12,6	0,00	0,0
4050 Funktionell skidåkn, utrust funk neds	12 325,00	25,3	12 325,00	25,3	0,00	0,0
Summa huvudverksamhet	87 625,00	180,2	87 625,00	180,2	159 970,40	54,8
Föreningsinterna arrangemang						
4112 Annonskostnader	7 638,00	15,7	7 638,00	15,7	4 918,78	155,3
Summa föreningsinterna arrangemang	7 638,00	15,7	7 638,00	15,7	4 918,78	155,3
Medlems/mötes/demokratikostnader						
4610 Kostnader möten mm	5 748,00	11,8	5 748,00	11,8	5 958,00	96,5
Summa medlems/mötes/demokratikostnader	5 748,00	11,8	5 748,00	11,8	5 958,00	96,5
Bruttovinst	16 583,00	34,1	16 583,00	34,1	52 768,18	31,4
Övriga externa rörelseutgifter						
6090 Övriga föreningskostnader	5 499,00	11,3	5 499,00	11,3	6 012,50	91,5
6110 Kontorsmateriel	0,00	0,0	0,00	0,0	639,00	0,0
6570 Bankavgifter	1 451,50	3,0	1 451,50	3,0	1 833,00	79,2
Summa övriga externa rörelseutgifter	6 950,50	14,3	6 950,50	14,3	8 484,50	81,9
Avskrivningar/nedskrivningar						
7830 Avskrivningar på maskiner och inventarie	38 892,00	80,0	38 892,00	80,0	16 344,00	238,0
Summa avskrivningar/nedskrivningar	38 892,00	80,0	38 892,00	80,0	16 344,00	238,0
SUMMA RÖRELSEKOSTNADER	146 853,50	302,0	146 853,50	302,0	195 675,68	75,0
Rörelseresultat	62 425,50	128,4	62 425,50	128,4	77 596,68	80,4
ÅRETS RESULTAT	62 425,50	128,4	62 425,50	128,4	77 596,68	80,4