

## Verksamhetsplan AU Träning o Tävlning 2023–2024

### AU Träning & Tävlning

Utskottet leds av Niklas Sundqvist som representerar tränargruppen i styrelsen. Respektive åldersgrupp har 1 ansvarig Teamleader som ansvarar för arbetet i utskottet.

### Verksamheten

Skidkulverksamheten kommer att ha ett upplägg med skidövningar och slalombanor av olika slag men även hopp och lek i parken och ski-crossen. Från U10 kommer vi enligt principen att mixa banåkning, teknikträning i bana och friåkning med teknikövningar. Vi kommer att fortsätta samträna överbyggande mellan åldersgrupper i klubben vid några tillfällen. AU träning / Respektive träningsgrupp kommer att utgå från Svenska Skidförbundets ledarguide i sitt arbete. Är du intresserad vad det innebär kan du kika här: [Ledarguiden | Svenska Skidförbundet \(skidor.com\)](#)

Verksamheten bedrivs i linje med föreningens övergripande mål:

- Glada och skickliga skidåkare i en positiv gemenskap!
- Skidkamratskap för resten av livet
- Egna (Aktivas) mål och prestationer

Vi kommer också att fokusera mycket på träningsmiljön och att skapa goda förutsättningar för träning och tävlingsmomenten i sporten samt skapa förutsättningar för de som vill gå på skidgymnasium och en fortsatt karriär efter det. Vi planerar även att samköra träningar med närliggande klubbar i deras backar under säsongen vilket ger oss varierad terräng och lite mera utmaningar, grupperna använder frekvent tidtagning och videofilmning på träning.

### *Junior och seniorer*

Det är ett antal som elitsatsar i klubben även efter de gått ut skidgymnasiet. 10 st går på Alpint skidgymnasium runt om i Sverige.

### Träningsgrupper

Säsongen 2023–24 kommer vi att ha följande tränings- och tävlingsgrupper:

- Skidkul för åkare födda 2016 - 2019, Teamledar rollerna är vakanta och AU träning planerar att kalla till stormöte med berörda ledare och föräldrar för att se om vi kan hitta några frivilliga.
- U10 för åkare födda 2014 - 2015, Teamledare Mia Öyen och Anna Ringstad
- U12 för åkare födda 2012 - 2013, Teamledare Richard Dermer och Matilda Öhagen
- U14 för åkare födda 2010 - 2011, Teamledare Magnus Nyström och Lars Hedbom
- U16 för åkare födda 2008 - 2009 och tidigare, Teamledare Björn Rinstad och Erik Öyen
- J17/FIS Teamledare Henrik Petterson och Hans Liljenborg
- Skicrossgruppen, Teamledare Mikael Ejendal
- Parkgrupper, skidor och snowboard, Teamledare Mattias Blomberg

### Barmarksträning

Vi kommer att köra barmarksträning med fokus på kondition, styrka, balans, koordination och snabbhet på Lugnet (för de äldre grupperna) och i Källviken ända fram till skidåkningen börjar. I Källviksbacken har vi belysning som vi styr själva. U14 och U16 är redan igång. U12 startar i september och för U10 och Skidkul börjar träningen första måndagen i oktober. Träningen kommer kompletteras av gymträning/utbildning och inomhusträning i idrottshall. Styrketräning introduceras med vikter på gym från u14 och uppåt. I princip varje söndag kväll erbjuds det möjlighet att träna MTB i Stångtjärn för åkarna och föräldrar.

**Läger och försäsong på snö**

AU-träning arbetar fram en gemensam lägerplan i linje med budgeten för alla träningsgrupper som kommer ge goda möjligheter till läger och förberedelser för åkarna inför vintern 2023–2024. Vår ambition är att träna med Dalarnas Skidförbund om det ges möjlighet men även i klubbregi under försäsongen. Dalarnas Skidförbunds lägerambitioner är avsevärt högre än föregående år vilket gör att det finns möjlighet till många lägerdagar under försäsongen. Lägren som planeras sträcker sig från mitten av augusti till jul och för de äldsta grupperna tillkommer möjligheter senare/löpande under säsongen bla med Region 3. Respektive grupp tar fram ett eget lägerprogram som man följer och synkar med övriga åldersgruppers planerade läger och/eller tillsammans med Dalarnas Skidförbund för att främja kamratskapen både inom klubben och inom länet. Vi kommer att boka klubbens breddläger i Björnrike inom kort med hänsyn till att så många som möjligt skall delta.

**Snöträning**

Träning på snö kommer att bedrivas i Källviksbacken av samtliga grupper med följande preliminära träningstider:

- Skidkul: Söndag 16,30–18. Äldsta åldersgruppen/U8 (födda 2016) erbjuds träna måndag 18–20 med U10.
- U10: Måndag 18–20 (GS) Onsdag 18–20 (SL)
- U12: Tisdag 18–20 (GS) Torsdag 18–20 (SL)
- U14: Tisdag 19-21 (SL), Onsdag 19–21 (Teknik), Torsdag 19–21 (GS)
- U16 och J17/FIS: Tisdag 19-21 (SL), Onsdag 19–21 (Teknik), Torsdag 19–21 (GS)

**Tävling**

Klubbens mål är att våra aktiva åkare skall tävla frekvent utifrån deras egen ambitionsnivå och förutsättningar med en progression från "klubbtävlingar", Södra Dalacupen, Dalacupen, LVC, USM, SM, ENL och FIS genom de olika åldersgrupperna.

**Arrangemang i Källviksbacken**

Det övergripande målet är att säkerställa att föreningen kan genomföra kvalitativa tävlingar/arrangemang i Källviksbacken. För att kunna genomföra dessa tävlingar på ett bra sätt behövs både en bra arena och en väl fungerande organisation. Under de senaste åren har vi utvecklat Källviksbacken till en mycket bra arena för alpina tävlingar. Fortsatt fokus under 2023–2024 kommer att bli att förbättra organisationen genom att fortsätta utbilda och skola in fler funktionärer i alla roller/funktioner som behövs för att genomföra våra egna tävlingar.

**IFK Falun Alpins egna planerade tävlingar i Källviksbacken 2023–2024**

Preliminär plan:

- 13–14/1: Falun FIS ENL 2 x Slalom D+H (dvs 4 tävlingar). Tävlingsledare Anki Svärby-Bergman.
- 10/2: Falun, 1x LVC-kval U12-U14, Slalom.
- 10/2: USM Kval U16, 2 x Slalom.
- 9–10/3: Kopparbragden, SL+GS, u10-u16, U17+ - Nationell
- Final - Södra Dalacupen, datum bestäms senare.
- KM: Slalom & Storslalom - datum bestäms senare.

## Verksamhetsplan AU Park 2023-2024

Vi kommer att under hösten dra igång med barmarksträning för våra parkåkare på skidor och snowboard.

Vi kommer att fortsätta med en nybörjargrupp och en parkgrupp för snowboard.

För freeski så behövs flera tränare till parken då vi har ett stort intresse från åkare som vi idag inte kan ta emot pga. för få tränare.

Under säsongen så kommer vi att besöka olika anläggningar runt om i landet för att kunna ge våra åkare så bra träningsmöjligheter under säsongen som möjligt.

Ett antal läger/träningsdagar kommer att genomföras ibland annat kläppen snowpark under säsongen då dom har förutsättningar för större hopp än det vi kan bygga i Källviken.

Planen är fortsätta bygga en så rolig, kreativ men samtidigt så säker park som möjligt.

Parken ska innehålla features( hopp,rails mm) som ska kunna vara utmanande för dom som är väldigt duktiga, men även innehålla features så att den är inbjudande för dom som är nya i parken. Fokus är kreativitet i parken.

Halfpipen är väldigt efterfrågad och vi har inte gett upp möjligheten att kunna erbjuda en halfpipe i vinter.

Vi hoppas även i år kunna arrangera flertalet roliga events i parken under säsongen, stora som små.

## Verksamhetsplan AU Backe 2023-2024

### Övergripande mål för AU Backes verksamhet 2023/24

Målet med AU Backes verksamhet är att skapa bästa möjliga förutsättningar för klubbens tränings- och tävlingsverksamhet i Källviksbacken samt erbjuda både Falu kommuns innevånare och dess omgivning goda skidförhållanden genom att med så få snösprutningstimmar som möjligt få en så tidig premiär och så lång säsong som möjligt.

### Mål

Vi ska jobba på med ordning i backen och vilka befogenheter man har som medlem att hjälpa till med översikt under drift. Efter att det blivit stökigare i backen måste vi få med fler ögon som håller koll. Säkerhet för person och utrustning ska vara i fokus.

Ett internt mål som fortfarande finns kvar för AU-backe är att vi ska bli fler personer engagerade i organisationen för AU-backe för att minska arbetsbelastningen på de få som är engagerade idag. Vi är i stort behov av hjälp då det just nu är få som gör väldigt mycket.

### IFK Falun Alpins backverksamhet

Klubben, AU Backe, ansvarar för driften av Källviksbacken. Detta innebär:

- Säkerställande att backen är i gott skick och uppfyller de säkerhetskrav som ställs på verksamheten.
- Bidrag till arbete för drift och underhåll.
- Daglig pistning och underhåll av ytor för skidåkning.
- Samordning och bemanning av liftpass varje öppen vardag (2+2 timmar)
- Samordning med AU tävling/Träning för bästa förhållanden.

**Genomförandebeskrivning 2023-2024**

- Klubben hyr in en tjänst för tidsrapportering åt de anställda. Detta kommer att avlasta AU-backe och ekonomi då det blir lättare att ha översikt för hur dem anställda jobbar och kontrollera tidsrapporter.
- Vi kommer ha arbetsdagar som vanligt i höst där bl.a. röja sly, klyva ved och städning av lokaler ingår.
- På personalsidan så kommer liftskötare även fortsättningsvis vara timanställda, i huvudsak ungdomar. Vi fortsätter denna säsong med att som tidigare år göra en pool av klubbmedlemmar som i ideell kraft hoppar in som liftbiträde, dessa kommer vara föräldrar till barn i verksamhetens samtliga grupper förutom Skidkul(U8).
- Den ideella liftgruppen kommer att skötas mer av träningsgrupperna för att avlasta AU-backe.
- Efter förra årets lyckade satsning med en heltidsanställd under säsong har klubben nu valt att heltidsanställa en driftansvarig på helår. Max Månsson har fått tjänsten och började sitt arbete 14:e augusti.
- Nya riktlinjer tillsammans med uppdaterade utbildningar kommer ges åt de anställda för att höja tydligheten för arbetsuppgifter och höja säkerheten i backen. Vi kommer genomföra de flesta utbildningarna internt förutom speciella kurser åt Max samt en fallskyddsutbildning till liftpersonal.
- Då vi får lite andra förutsättningar med en heltidsanställd på helår kommer det att planeras för öppen lift under sommaren för cykling i backen. Detaljer långt ifrån klara men så fort det blir torrt i backen är förhoppningarna att vi ska kunna öppna upp i någon form.

**Tidplan**

Arbetsdagar kommer att ske under hösten, datum är i skrivande stund ej satta.

**Kostnader**

Inga aktuella kostnader planerade i skrivande stund.

**AU-backe** genom Mikael Ejendal

**Verksamhetsplan Marknad 2023-2024**

Under verksamhetsåret 2023/2024 ligger AU Marknads fokus på att knyta ytterligare samarbetspartners till IFK Falu Alpin. Marknad kommer få förstärkning av Andreas Bosell och Erik Öyen. Arbete med nya "liftsnurror" fortsätter.

**Verksamhetsplan AU Kiosk 2023 - 2024**

Den ansvarige för AU Kiosk kommer till vintern att bytas då nuvarande säger ifrån sig uppdraget och lämnar över till en ny.

Att ta med sig till kommande säsong som fungerat bra är rutiner för inköp som gått via grossister, Svensk Cater och engångsmaterial från Tingstads Papper AB, där vi har avtal om bättre förhandlade priser för att hålla kostnaderna nere. Både pengar och tid har sparats genom att vi inventerat och planerat inköpen.

Planen för kommande säsong är att anställa 4-5 personal i kiosken som kan arbeta på vardagkvällar, helger och skollov. Och att föräldrar i skidkul fortsatt fördelar uppdrag med att hjälpa till med städning av lokal och hålla ordning i serveringen. Planen är också att fortsatt ha en ansvarig skidkulförälder som håller i schemaläggning, uppgifter och kommunikationen mellan de och AU Kiosk. En grupp på 3-4 personer kan vara lagom att ha fördelat ansvar för kiosken.