

BGK

BÅLSTA GYMNASTIKKLUBB



BGK Medlemsbrev

Augusti, 2023

Varmt välkomna - Nu startar vi igång terminen!

Varmt välkomna till en ny termin hos oss i BGK!

Nu klickar vi äntligen igång verksamheten efter sommaruppehållet. Så roligt att just du valt att fortsätta hos oss och varmt välkomna säger vi till alla nya gymnaster, ledare och föräldrar. BGK bedriver bredd-, motions- och tävlingsverksamhet för barn, ungdomar och vuxna. Scheman för alla våra hallar hittar du bifogat i mailet.

Värdegrund

Bålsta gymnastikklubb värdegrund är en grundpelare i vår förening som beskriver hur och vad vi ska jobba utefter. Det är därför viktigt att du som medlem är medveten om dessa 5, för att veta vad du kan förvänta dig av oss som förening men också vad vi förväntar oss av dig som målsman, tränare, gymnast och styrelsemedlem.

Glädje = Glädje och rörelseglädje är en central del i träning och tävling hos bålsta gymnastikklubb

Respekt = Vi visar varandra och andra respekt i samband med träning, tävling och andra aktiviteter som bedrivs i bålsta gymnastikklubbs namn.

Trygghet = Alla medlemmar ska känna sig trygga i vår verksamhet

Utveckling = Vi ger varje individ bästa tänkbara utvecklingsmöjligheter för ett livslångt välmående

Kvalitet = Bålsta gymnastikklubb har välutbildade ledare för den nivå som krävs. Vi genomför välplanerade träningar där varje station och övning har ett syfte. Vi bedriver alltid en säker träning.

Föreningskläder!

Bålsta Gymnastikklubb har i samarbete med Stadium och Craft tagit fram en föreningskollektion med kläder för träning, tävling och fritid. Föreningskollektionen kan ni se och beställa direkt via Stadiums hemsida

[Beställ här](#)

Övrigt sortiment

Utöver sortiment på Stadiums hemsida finns Community hoodien i zip-version samt en supporter T-shirt, Craft Evolve Tee med "SUPPORTER" tryckt på ryggen.

Supporter T-shirten är inte bara superfin, ni hittar lätt varandra och kan bilda en stor hejarklack på tävlingar. Den hjälper även gymnasterna att hitta er i publikhavet! Övrigt sortiment beställs via formuläret

<https://forms.gle/HbtFC2o3cSbcQwuE8>.

Övrigt sortiment beställs senast 17/9 för leverans ca vecka 40.

Du kan stötta föreningen även när du handlar även annat på Stadium genom att bli medlem på Stadium och registrera BGK som mottagare av extra bonus. Det kostar inget extra, utan Stadium ger extra bonus till föreningen för alla era inköp!

Tips för både köpare och säljare att vi har en köp- och säljsida på Facebook för gymnastikkläder;

[Facebookgrupp "köp och sälj Bgk"](#)

Vårshowen 2023

Den 6 maj arrangerades den årliga vårshowen och temat denna gång var film. På förmiddagen uppträdde våra föräldra-barn och barngrupper och på eftermiddagen fick vi se våra bas och trupper. På golvet fick vi se allt ifrån minioner, tjuvar, pirater och prinsessor från många olika filmer och uppe på läktaren satt en grym publik och hejade fram alla gymnaster! En dag fylld av glädje och gymnastik!



Vad används intäkter från showen till?

Våra event i form av uppvisningar, tävlingar och läger arrangerade av föreningen är en viktig intäkt i vår verksamhet. Pengarna från dessa behövs för att till exempel täcka hallhyror, ledararvoden och till redskap för att träningen ska ske med hög kvalitet och säkerhet. Gymnastiken är en materialsport och för att personliga träningsavgifter ska dra iväg så högt är detta ett tillfälle för föreningen att få ihop en extra slant att täcka allt detta. Vårshowen 2023 drog in hela 56 115 kr !

Kul aktiviteter under sommaren!

Avslutningsmiddag för ledare

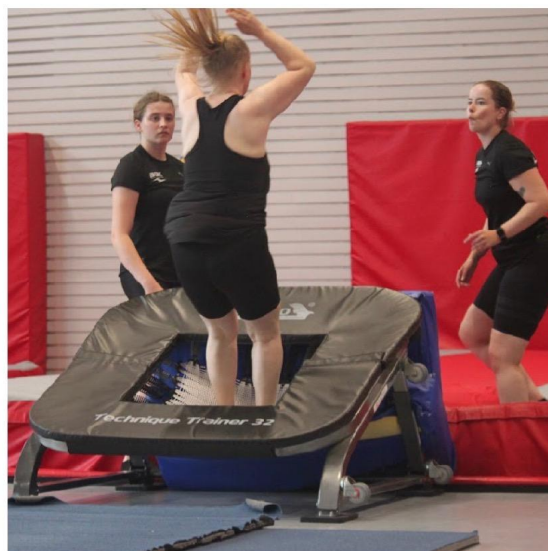
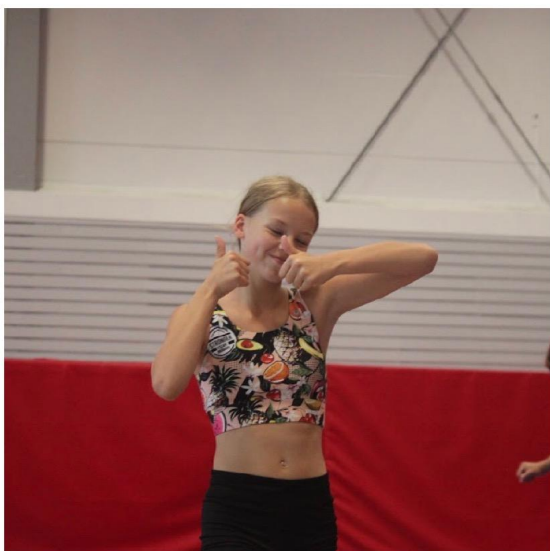
Den 16 juni anordnade föreningen en avslutningsmiddag på Aronsborg för alla våra fantastiska ledare! På middagen delades det även ut nomineringar till några av ledarna och här kommer en summering:

- Årets tränar-duo: Camilla Soltero och Malin Nyman
- Årets solstråle: Marie Fjällström
- Årets klippa: Daniel Alm
- Årets hedersmedlem: Agneta Fust-tapper = för hennes över 50 års engagemang hos BGK

Alla våra ledare lägger ner stort engagemang både i och utanför hallen. Det är inte bara närvaron på träningarna utan även planering, utskick, utbildningar med mera, utan ledare, ingen förening! Så stort TACK för allt ni gör för vår förening och gruppen du tränar.

Föreningsläger i strängnäs

Den 18 juni åkte ett glatt gäng från våra trupper iväg på träningsläger i Strängnäs gymnastikhall. Lägret anordnades av BGK-rådet. Här är några av de bilder som togs under lägret:



Nattgympa

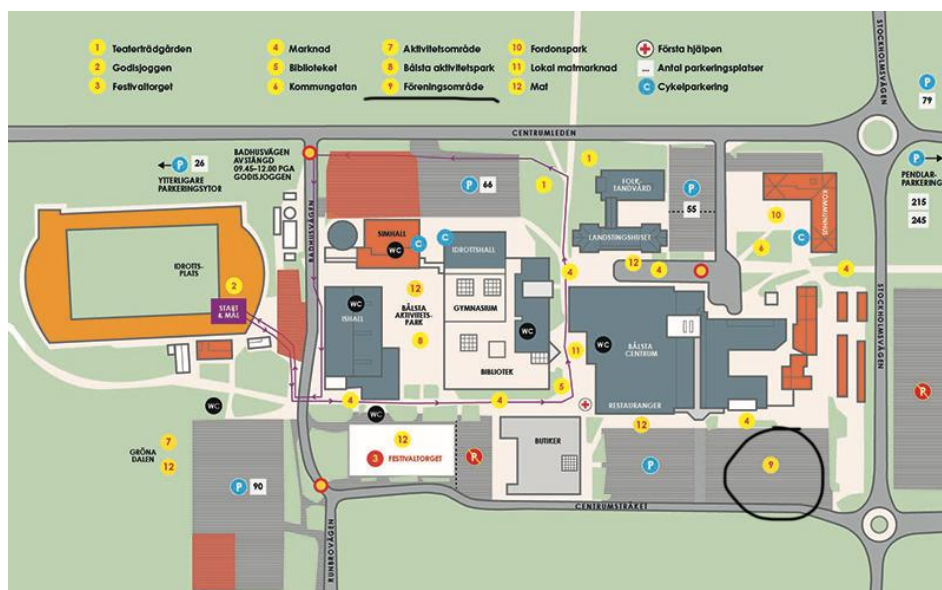
30 juni var det dags för en gammal BGK tradition att väckas till liv, nämligen nattgympa. Nattgympa är precis vad det låter som, vi tränar gymnastik och umgås på kvällen/natten. Alla över 12 år var välkomna, både erfarna gymnaster men också andra ungdomar som ville prova på gymnastik eller hänga med oss!

Håll utkik på mailen och våra sociala medier, en till nattgympa är på G!

Håbo festdag!

Kom och hälsa på oss på Håbo festdag! BGK kommer att stå tillsammans med andra föreningar på föreningsområdet (plats 9 på kartan). På plats kommer representanter i form av ledare, bgk-rådet och styrelsen.

På plats finns ett airfloor där ni kan komma och visa upp era bästa och roligaste varv! Det finns även en hemlig tävling på plats där du kan vinna fina priser.



Årsmöte:

Den 10 oktober klockan 19.30 är det dags för årsmöte hos bålsta gymnastikklubb. Vi kommer att vara i Västerängsskolans sporthall.

Vad är ett årsmöte? Jo, det är ett möte där alla föreningens medlemmar är välkomna såsom gymnaster, motionärer, föräldrar och ledare. På mötet röstas nya styrelsen för kommande verksamhetsår in. På årsmötet kan du som medlem också påverka vilka frågor eller områden du tycker att styrelsen ska arbeta med framöver. Din åsikt är viktig för att vi som förening ska jobba framåt tillsammans! Inbjudan kommer skickas ut till alla medlemmar närmare aktuellt datum

Policy Sociala medier:

Styrelsen har antagit en ny sociala media policy. Det är viktigt att du som medlem har läst och känner till föreningens riktlinjer kring sociala medier så vi tillsammans kan skapa en trygg miljö för alla! Under "dokument" på vår hemsida finner du alla föreningens policys samlade under mappen "policydokument".

Här kan du läsa ett utdrag:

Stora delar av föreningar runt om i Sverige marknadsför sig via sociala medier, föreningar som enskilda lag. Sociala medier används för att finna inspiration, lära känna nya lag och föreningar, visa upp vad man tränar på för anhöriga och mycket mer. Sociala medier är ett roligt verktyg för Bålsta Gymnastikklubb att sprida och marknadsföra föreningen men det finns också en del risker och det är viktigt att man tänker på vad man delar med sig av. En av våra värdeord är trygghet och det infattar trygghet under och efter en träning och lika så på sociala medier, där vi vill skapa en gemenskap genom respekt och med fina hejarop.

Läs mer här!

[Policy sociala medier - klicka här](#)

Följ oss på sociala medier:

Facebook: Bålsta gymnastikklubb

Instagram: Balstagymmnastikklubb

Tiktok: Balstagymnastikklubb

Korta nyheter:

- Information kring lämning/hämtning västerängens sporthall: När du lämnar eller hämtar ditt barn vid västerängens sporthall får ni inte köra in med bil på skolgården. Använd istället någon av parkeringarna eller den avsedda vändplatsen.

Save the date:

- **ÅRSMÖTE: 10 oktober 19:30 - västerängens sporthall**
- **JULSHOW HT23: 9-10 december**
- **VÅRSHOW VT24: 11-12 maj**

Tack! Tack för att du tog dig tid att läsa det här medlemsbrevet! Om du har några frågor eller funderingar är ni alltid välkomna att höra av er.

Kontakta oss:

Styrelsen: Styrelsen@balstagk.se

Kansli: gymnastik@balstagk.se