

Planeringsmöte KOK

Diskussion i grupper med frågor som

- Vilken typ av klubb vill vi vara?
- Vad kännetecknar KOK

Grupperna tog upp följande:

Gemensamt var att klubben är än klubb för alla där det är viktigt att vi har kul och har bra gemenskap? Senare lyftes också synpunkten att et är viktigt att vi trots att "vi är till för alla och har bra gemenskap" behöver komma ihåg att vi även har någon slags elitverksamhet. Man ska kunna springa för oss och vara mer satsande än bara motionär. Här har vi förbättringspotential t.ex: Åka på SM/Swedish leauge eller andra värde tävlingar och tävla publiktävlingar. Inte ignorera dessa tävlingar och tro att dem bara är för elitlöpare. Även se över vem som sköter ranking mm.

- Vad kan vi göra bättre som lag/klubb?
- Få fler ungdomar att våga tävla, hur kan vi medlemmar stötta de nya?
- Göra klubbresor mer speciella. Göra någonting utöver träningen/tävlingen. Åka tillsammans. Bli bättre på gemensam avfärd.
- Ha en km-dag. Som blir en happening mer än en vanlig träning med enheter. Kanske kan vi byta med en annan Sörmlandsklubb. De arrangerar KM åt oss och vi åt dem?
- Lägga pengar på social sammanhållning och gemenskap.
- Revidera Siggekartan
- Ha teori och uppföljning efter träningarna
- Informationsmöte med föräldrar hur allt med orientering och runt omkring fungerar.
- Fokus på 1-2 tävlingar per säsong (framförallt KOK-skolan) med stödpersoner/ uppföljare på plats.
- Nybörjarkurs för föräldrar - har till visad el haft det.
- Ha aktiviteter året om.

Mål 2017: Få fler ut på tävlingar. Vara fler som tävlar regelbundet

Vi funderade över om vi ska satsa mer på föräldrarna och på så sätt få barnen att stanna. Ändra lite fokus från barn till föräldrar.

Regler gällande ekonomiskt stöd ska diskuteras inom styrelsen. Ta bort reseersättning till vanliga tävlingar? Vad gäller för de som inte bor i Katrineholm - kostnader till stafetter?

Träning

Vi kollade igenom träningsenkäten som Anna T och Albin gjort. Konstaterade att de flesta av oss är beredda att träna minst en gång i veckan med KOK. Enligt svaren vill vi fräts träna orientering, intervaller, övrig teknik eller andra träningar så som längdskidor, styrka mm.

- Ta tag att då och då åka ut på andra kartor och träna
- Hjälpas åt när vi gör träningar. Någon som är bra på Ocad gör det medan någon annan sätter ut osv.
- Ha ett teknikmål vid träningarna. "Idag tränar vi på detta."
- Träna styrka inne i Sigge efter löpning. Tisdagar?
- Kan någon form av belöningssystem för KOK-skolan vara bra?

Stafetter

- Måsensatafetten 26/3 - UK: Anki
- Stigtomtakavlen 14-15/4, damlag, öppna, ungdom? - UK: Joppe
- Kolmårdskavlen 17/4 - UK: Agneta
- Tveksamma inför damlag på 10-MILA - långa sträckor i Göteborgsterräng
- Herrlag ja! Lite beroende på om Karl och Melker vill springa herrkavle eller ungdomskavle
- Herrarna osäkra på Jukola - långt att åka. Även damerna är då osäkra.
- 25-manna - ja! UK: Joppe.
- Smålandskavlen skulle passa oss i år efter att de gjort om. Kan vara intressant att åka på. Bestämmer inget nu men har med oss det och tar beslut senare.

Bli bättre på att använda klubbens "anmäl till klubbaktiviteter på Eventor" Klas lägger upp stafetter mm där redan nu.

Klubbresor

Klubbresa till Bollnäs 12-14/5 Swedish league. Joppe kollar boende.

Skara sommarlandssprinten - göra det till en tvådagarsresa med tävlingar även på lördagen. Med övernattnig.

lördag 7 januari 2017

September - medel/stafett-SM i Örebro. Behöver inte vara en klubbresa med övernattnig men försöka få många KOK-are att åka dit.

Övrigt

Efter tisdagsträningarna fram till årsmötet kommer Lundin fixa mackor och dryck efter träningarna i Sigge. Man betalar 10;- äter, pratar, analyserar och har trevligt.