

# Vart är vi på väg?

För er som inte hade möjlighet att vara med på planeringsdagen i början av mars och diskutera KOKs framtid. Eller för er som var med och nyfiket undrar vad styrelsen kom fram till när vi jobbade vidare med frågorna. Här kommer svaren!

*Vilken löpsedel tror ni att vi valde?*



Vi valde garanterat inte den första. Självklart har KOK en framtid!  
Resultatet av diskussionerna ledde oss fram till denna målbild:

## Detta är KOK 2025:

- Många personer på träningarna. Det är roligt och alla känner sig sedda och inkluderade.
- Många aktiva och engagerade medlemmar.
- Familjer trivs i KOK. Fokus på rörelse, att ha roligt, äventyr och orientering.
- Erbjuder riktad verksamhet för ungdomar med egna coacher, teknikträning, roliga aktiviteter och läger.
- Ett seriöst alternativ för alla som söker mental och fysisk utmaning.
- Erbjuder lättare motionsbanor och arrangemang som gör orientering mer tillgänglig för många.
- Har en bred kompetens vad gäller kartor, träning, digital teknik och tävling.
- Tävling, träning och gemenskap för alla åldrar.

Mycket av det vi gör idag är bra, men för att fortsätta utvecklas behöver vi tänka lite nytt och göra en del saker annorlunda jämfört med tidigare. Styrelsen har därför valt ut 6 punkter som vi ska fokusera lite extra på inledningsvis. Vi hoppas att så många som möjligt vill vara med och bidra i dessa aktiviteter!

**1. Hälsa och småprata - naivt nyfiken**

Bjud in alla i vår gemenskap. Hälsa och byt några ord med så många som möjligt på klubbens aktiviteter, även de som du inte träffat förut! Se till att ingen hamnar utanför. Alla människor tycker om att be sedda, ung som gammal.

**2. Varierande träningar – lång och lätt**

Vi vill få fler föräldrar och vuxna motionärer att känna sig välkomna och få möjlighet att utöva vår idrott. Vi behöver därför anpassa våra träningar så att det finns ett alternativ för dem som har god kondition, men inte är så orienteringstekniskt kunniga. Exempelvis en 5-6 km lång lätt till medelsvår bana. Vi kallar den helt enkelt lång och lätt!

**3. Nybörjarkurs för vuxna**

En intensivkurs i orientering för vuxna 14-21 april (lördag, tisdag, torsdag, lördag). Inbjudan finns på hemsidan. Sprid gärna till era vänner, bekanta, kollegor osv. Kanske kan du skriva ut ett exemplar och lägga i fikarummet på jobbet? Eller dela länken till: [www.katrineholmsok.org/motion](http://www.katrineholmsok.org/motion) via mail eller på Facebook?



**4. Ungdomscoach – inklusive digital teknik**

Fokus på klubbens tonåringar där vi utöver den vanliga träningen vill satsa lite extra på digital teknik så som gps-uppföljning, vägvalsanalys m.m. men också fokusera på glädje och kamratskap.

**5. Fråga flera, engagera slumrande medlemmar**

Forskning visar att många föreningsmänniskor kan tänka sig att engagera sig mer i föreningar bara de vet vad de kan bidra med. Detta vill vi ta fasta på och helt enkelt fråga fler.

**6. Familjeaktivitet**

Arrangera någon form av familjeaktivitet.



**Tillsammans skapar vi den klubb vi vill vara. Häng på du också! Nu kör vi!**

Mvh. Er ordförande Anna