

Styrdokument för Ängby Sportklubb

[Version 1.12, senast reviderad 2021-01-23 av Styrelsen]



Innehåll

1. Inledning.....	3
2. Verksamhetsbeskrivning	3
Vad är Ängby SK?.....	3
Syfte (Varför finns Ängby SK?).....	3
Vision och målbild (Vart ska vi?)	3
Värdegrund (Vad står vi för?).....	4
Strategi (Hur arbetar vi för att nå vår målbild?).....	4
3. Riktlinjer och policys.....	5
Riktlinjer för ledare och tränare	5
Riktlinjer för spelare	5
Riktlinjer för anhöriga.....	6
Riktlinjer för mediehantering	6
Riktlinjer för prispengar vid arrangemang	6
Integritetspolicy (GDPR).....	7
4. Beskrivning av tränings- och tävlingsgrupper	8
Pingisskola (årskurs 1 – 3)	8
Fortsättningsgrupp Blå och Fortsättningsgrupp Gul	8
Flickgrupp 1	9
Fortsättningsgrupp Röd.....	9
Flickgrupp 2	10
Ungdomselit yngre	10
Ungdomselit äldre, junior- och seniorspelare.....	11
Landslagselit	11
Motionsgrupp.....	12
Seniorgrupp	12
5. Styrelsens och ledningsgruppernas sammansättning:.....	13
Styrelse Ängby Sportklubb	13
Ledningsgrupp Ängby SK A	13
Ledningsgrupp Ängby SK B	13

1. Inledning

Detta dokument syftar till att beskriva grundarna i Ängby Sportklubbs verksamhet. Härigenom ska klubbens tränare, ledare, spelare, anhöriga, anställda, finansiärer och övriga intressenter erbjudas en tydlig dokumentation av hur Ängby SK:s verksamhet bedrivs och ska bedrivas.

Representanter för klubben får genom detta även stöd och vägledning i sitt arbete, vilket är av högsta vikt i en stor ideell förening såsom Ängby SK, där många aktörer med olika bakgrund behöver dra i samma riktning för att driften och utvecklingen ska fungera på ett för alla intressenter tillfredsställande sätt.

Detta dokument har tagits fram av styrelsen i samarbete med andra nyckelintressenter, och skall fastställas/revideras årligen av medlemmarna i samband med årsmötet. Mindre justeringar kan dock ske löpande av styrelsen under verksamhetsåret. Dokumentet publiceras öppet på klubbens hemsida, och en sammanfattande version av dokumentet tas även fram ur kommunikationssyfte.

2. Verksamhetsbeskrivning

Vad är Ängby SK?

Ängby Sportklubb, grundad 1956, är en ideell idrottsförening med säte i Vällingby, Stockholm. Bordtennis är klubbens huvudsport, i vilken klubben på ungdomssidan varit bland de ledande i Sverige under mycket lång tid. Klubben administreras av två organisationsben: ÄSK A som främst sköter utlandsevenemang för utvalda juniorspelare, och ÄSK B som sköter övriga delar, så som kansliarbete, rekryterings-, utvecklings- och breddarbetet samt seniorverksamheten. Arbetet sker både i ideell och avlönad form.

Träningsverksamheten är koncentrerad till Vällingbyhallen, i vilken klubben primärt nyttjar två hallar, internt döpta till *Butterflyhallen* (i gatuplan) och *TTEX-hallen* (i källarplan). Ängby SK hyr också kanslilokaler och förrådsutrymmen i Vällingbyhallen av kommunen. Klubben bedriver även träningsverksamhet i ett antal närliggande skolor, samt i Hässelbyhallen. Egna tävlingar och lögerverksamhet äger oftast rum i Vällingbyhallen, ibland inkluderande fler hallar än TTEX-hallen och Butterflyhallen, men vid samarrangemang med andra klubbar kan också andra hallar i Stockholm förekomma som spelplats.

Ängby SK:s verksamhet präglas av både bredd och djup vad gäller åldrar och spelnivå. Det erbjuds exempelvis aktiviteter hela vägen från nybörjarverksamhet till elitverksamhet. Aktiviteterna kan också involvera allt från skolbarn till ungdomar, vuxna, veteraner och pensionärer. Ängby SK är dock till stor del profilerad som en barn- och ungdomsklubb, och klubben bär därför ett extra stort socialt ansvar.

Syfte (Varför finns Ängby SK?)

Ängby Sportklubbs syfte är att **med bordtennisen som medel, verka som en positiv samhällskraft både i Västerort och i världen**. Detta uppnås genom att klubben på olika sätt stimulerar människor, speciellt barn- och ungdomar, att förkovra sig inom bordtennissporten, med ambitionen att samtidigt fostra dessa till att bli goda samhällsmedborgare.

Vision och målbild (Vart ska vi?)

Ängby SK:s verksamhet ska vara **det självklara valet för bordtennisintresserade i Västerort med omnejd**. Alla medlemmar ska känna sig inkluderade, vilket hjälper till att skapa glädje och ett livslångt intresse för bordtennisen, samt stimulerar till en positiv och långsiktig relation till Ängby SK. Grunden till detta skapas genom ett engagerat och förstklassigt tränar- och ledarskap, som erbjuder stimulans och utvecklingsmöjligheter för varje enskild medlem utifrån dennes individuella förutsättningar.

Värdegrund (Vad står vi för?)

Ängby SK:s värdegrund, som bygger på RF:s idéprogram *Idrotten Vill*, ska prägla verksamheten och ge vägledning i det som klubbens medlemmar och övriga representanter gör. Vår värdegrund kan delas upp i följande pelare:

- **Glädjen till bordtennisen.** Ängby SK verkar för att skapa förutsättningar för glädje hos våra medlemmar. Glädjen i bordtennisen är en grundläggande förutsättning – vi ska alltid minnas att medlemmarna spelar bordtennis för att de valt det själva.
- **Glädjen till gemenskapen som föreningslivet erbjuder.** Klubbkänsla och det ideella inslaget spelar en stor roll i klubbens arbete och alla medlemmar uppmuntras och förväntas att ställa upp med ideella insatser i någon omfattning – efter individuell förmåga och förutsättningar.
- **Medmänsklighet, ödmjukhet och respekt - alla människors lika värde.** Alla är välkomna till Ängby SK oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, kön, ålder, funktionsvariation eller sexuell läggning. I Ängby SK visar vi medmänsklighet, ödmjukhet och respekt mot alla som vi interagerar med inom ramen för bordtennisen. På detta sätt främjar vi demokratiska värderingar och en fair play-anda i föreningen, som bidrar till att klubbens medlemmar och övriga representanter uppfattas som goda samhällsmedborgare
- **Ett inkluderande och ansvarsfullt ledarskap hos alla klubbens representanter.** Tränare och ledare i föreningen – avlönade som ideella – ska erbjuda en trygg social samvaro där alla medlemmar blir sedda och rättvist behandlade. Verksamheten strävar efter att tillmötesgå alla individers individuella förutsättningar och ambitionsnivå, och spelarna ska kunna utvecklas i sin egen takt.

Strategi (Hur arbetar vi för att nå vår målbild?)

Ängby SK:s strategi kan delas in i två övergripande fokusområden, med ett antal stödjande initiativ som underpunkter. Dessa är som följer:

1) Ängby SK strävar mot att erbjuda den bredaste och mest kvalificerade träningsverksamheten i Stockholmsregionen. Detta innebär att klubben bör eftersträva en bred rekrytering, samt att erbjuda en träningsverksamhet där varje individ inkluderas, stimuleras och ges möjligheten att utvecklas på bästa sätt – den egna ambitionsnivån ska sätta ramarna. För att uppnå allt detta bör Ängby SK:

- Kontinuerligt arbeta med medlemsrekrytering och att hålla uppe antalet aktiva medlemmar
- Säkerställa att tränare och ledare har adekvat pedagogisk kompetens och erfarenhet, som inkluderar, inspirerar och utvecklar spelare
- Ha ett flertal lag som representerar klubben i olika nivåer av seriesystemet, för att erbjuda tävlingsspelande medlemmar motivation och möjligheter att utvecklas
- Ha en ekonomi i långsiktig balans som möjliggör kontinuitet och låga avgifter. Detta säkerställs bland annat genom att genomföra ett flertal arrangemang årligen som alla bidrar positivt till klubbens ekonomi, samt minskar de tävlingsspelande medlemmarnas utgifter för resor och logi.

2) Ängby SK strävar efter att bibehålla en positiv "Ängbykultur", där medlemmar är stolta och visar respekt för Ängby SK samt känner delaktighet i "Ängbyfamiljen". För att uppnå detta bör Ängby SK:

- Främja och eftersträva rekrytering av tränare och ledare från egna led, då dessa spelar en viktig roll för klubbkänslan.
- Satsa för framgångar med främst egna spelare i serielagen, även detta för att främja klubbkänsla och förstärka en positiv "Ängbykultur".
- Vara en aktiv arrangörsklubb som genomför minst ett större internationellt arrangemang av hög klass varje år, samt ett flertal nationella arrangemang årligen. Dessa arrangemang ska ge medlemmarna möjlighet till nya intryck och ytterligare förkovring på hemmaplan, samt bidra till att stärka klubbkänslan på ett positivt sätt.
- För sina medlemmar möjliggöra tränarutbildning, domarutbildning och andra typer av utbildningar inom funktionärsroller i bordtennissporten. Dessa roller är dels viktiga möjliggörare för en fungerande tränings- och tävlingsverksamhet i Ängby SK och dess omnejd, dels är de viktiga verktyg för att behålla positiva krafter inom Ängby och bordtennisen – exempelvis efter

avslutad spelarkarriär.

3. Riktlinjer och policys

Riktlinjer för ledare och tränare

En ledare/tränare som representerar Ängby SK (såväl anställd som ideell) förväntas agera som en förebild. Det är ledarens/tränarens ansvar att känna till sitt uppdrag och klubbens förväntningar och riktlinjer, samt att sprida kunskapen om dessa vid lämpliga tillfällen. Ledare och tränare förväntas:

- Att få spelarna att känna glädje med sin bordtennis. Speciellt viktigt är detta i barn- och ungdomsverksamheten
- Att jobba inkluderande, och sträva efter att bygga upp en väl fungerande relation med alla spelare i de grupper man ansvarar för
- Att bedriva träningen på ett sätt som gör att varje spelare får just den träning och utmaning som denne behöver för att komma framåt
- Att verka för goda relationer till spelarnas anhöriga (framför allt inom barn- och ungdomsverksamheten)
- Att jobba med positiv återkoppling och föreslå förändringar på ett konstruktivt och konkret sätt
- Att sträva efter att skapa/bibehålla en familjär "vi-känsla" och laganda i grupperna man ansvarar för, samt inom Ängby SK
- Att ge spelarna inflytande över sin träning, i samklang med övriga i gruppen och i enlighet med RF:s riktlinjer kring demokrati och delaktighet

I enlighet med RF:s regler begär även Ängby SK inför varje säsong ett registerutdrag från all personal över 15 år i klubbens verksamhet som jobbar med barn under 18 år. Föreningen kontrollerar registerutdraget samt dokumenterar att kontroll är genomförd, och återlämnar därefter originalet till den anställde. Om personal förekommer i belastningsregistret, bör klubben med omedelbar verkan frånta personens arbetsuppgifter i föreningen. Om personal vid uppmaning vägrar att uppvisa registerutdrag blir konsekvensen en tillsvidareavstängning.

Riktlinjer för spelare

Spelarna är Ängbys främsta ansikten utåt och den viktigaste resursen klubben har. Alla spelare i klubben bär ett gemensamt ansvar för att bidra till en väl fungerande träningsverksamhet. Att vara tävlingsspelare i Ängby SK innebär dessutom att man kan representera klubben ute på matcher och tävlingar – både nationellt och internationellt – samt ibland även i andra sammanhang. Det är då extra viktigt att man förstår sin roll som ambassadör för klubbens kultur och varumärke.

Alla spelare förväntas:

- Visa medmänsklighet genom att vara inkluderande, positiv och uppmuntrande mot träningspartners, lagkamrater, tränare och ledare
- Visa ödmjukhet och respekt mot sina med- och motspelare genom att anstränga sig och göra sitt bästa på träning och match
- Visa respekt och verka för "fair play" genom att uppträda ärligt, sportsligt och ha ett generellt gott uppförande gentemot tränare, med- och motspelare, domare, ledare, coacher, funktionärer, anhöriga och publik
- Visa respekt mot sina klubbkamrater genom att undvika att använda exempelvis mobiltelefoner och surfplattor under träning och tävling, med undantag t ex om man behöver ringa ett kort samtal hem eller vid filmning/videoanalys av träning/match
- Bidra till klubbkänslan och till klubbens ekonomi genom att ställa upp i någon omfattning med ideella arbetsinsatser vid något/några av klubbens arrangemang.
- I samband med tävling bära klubbens officiella matchdräkt.

Riktlinjer för anhöriga

Ängby SK är en uttalad barn- och ungdomsförening. Då barn- och ungdomsspelare i de flesta fall inte uppnått myndig ålder, behöver det finnas ett tydligt gränssnitt mellan målsmans och andra anhörigas ansvar kontra klubbens ansvar.

Klubbens tränare, ledare och övriga representanter är på plats för att erbjuda barnen och ungdomarna den bästa träning och coaching som är möjlig. Det är viktigt att du som anhörig hjälper våra ledare att få förutsättningar att skapa den positiva miljö som behövs för att kunna känna glädje med sitt spel och utvecklas inom bordtennisen.

Föreningens verksamhet bygger till stor del på ideellt arbete. Exempel på ideella uppgifter är styrelseuppdrag, sitta med i arbetsgrupper, vara lagledare vid seriespel, hjälpa till vid tävlingar och arrangemang samt hjälpa till vid andra aktiviteter där Ängby SK deltar för att få in resurser till klubben. Ängby uppmuntrar och ser positivt på att anhöriga kommer med egna konstruktiva idéer kring hur klubben kan utvecklas!

Som anhörig (t ex förälder) vill vi att du:

- Känner dig trygg när du lämnar ditt barn till våra ledare och tränare
- Ser till att barnen kommer till träningar och tävlingar i tid
- Uppmuntrar barnet, oavsett resultat
- Jobbar med positiv återkoppling och föreslår eventuella förändringar på ett konstruktivt och konkret sätt efter avslutad tävling eller träning – detta gäller återkoppling både till tränare och spelare
- Ser till att området runt pingishagen lämnas åt spelare och coacher vid matcher, dvs. inga anhöriga i direkt anslutning till pingishagen
- Hellre låter spelarna sköta spelet själva än att anhöriga coachar, detta för att spelaren ska kunna bli en trygg spelare som känner att den äger sitt eget spel
- Ställer upp och hjälper till ideellt i föreningen i någon omfattning (se avsnitt "Tränings- och tävlingsverksamhet")
- Gärna genomgår domarutbildning för ökad förståelse av bordtennisen

Riktlinjer för mediehantering

Talespersoner för Ängby SK gentemot massmedia är klubbens ordförande samt Sportchef. Medlemmar som får frågor rörande klubben och klubbens verksamhet, skall vid frågor hänvisa till dessa personer.

Extern kommunikation på Ängby SK:s hemsida samt sociala medier såsom Instagram och Facebook, är delegerat av klubbens ledningsgrupp till ett flertal behöriga personer.

Anställda och medlemmar ska vara medvetna om att inlägg och uttalande som görs på egna sociala medier, kan tolkas som att det är klubbens åsikter.

Riktlinjer för prispengar vid arrangemang

Huruvida prispengar erbjuds eller ej ska inte skilja sig åt mellan motsvarande herr- och damklasser (t ex mellan Herrar Elit och Damer Elit) vid Ängby SK:s arrangemang.

I de fall som det förekommer prispengar är grundprincipen att **prispengar ska stå i proportion till deltagarantalet för aktuell klass**. Typiskt sett, i de fall som prispengar erbjuds, betalas ca 50%-75% av nettointäkterna från deltagaravgifter tillbaka till spelarna. Denna princip motiveras dels med att varje klass skall bidra med ett positivt netto till klubbens ekonomi – att ha en prissumma som varierar med antalet deltagare skapar incitament för många att anmäla sig och säkerställer samtidigt ett överskott till klubben från varje klass som arrangeras. Dels motiveras principen med att prissumman i någon mån bör stå i proportion till arbetsinsatsen och prestationen – antagandet är att det typiskt sett är svårare och mer ansträngande att placera sig högt i en klass med många deltagare än i en klass med få deltagare.

Ovan nämnda procentfördelning kan överskridas i speciella fall, exempelvis om en sponsor väljer att öronmärka sponsorpengar till en specifik klass.

Integritetspolicy (GDPR)

Parter och ansvar för behandlingen av dina personuppgifter

Ängby SK är personuppgiftsansvarig för behandlingen av personuppgifter som sker inom ramen för föreningens verksamhet.

Varför behandlar vi dina personuppgifter?

För att föreningen ska kunna bedriva sin verksamhet behandlas personuppgifter för olika ändamål kopplade till verksamheten.

Föreningen behandlar personuppgifter för att administrera löpande föreningsaktiviteter (ex. träningsverksamhet och medlemsmöten), kommunicera med medlemmarna (kallelser till aktiviteter, information till målsmän m.m.) samt hantera medlemsrelaterade ekonomiska transaktioner (medlems- och tävlingsavgifter m.m.).

Föreningen hanterar även personuppgifter i samband med ansökan om tävlingslicens till SF/SDF. Utöver behandlingen av personuppgifter vid licensansökningsprocessen behandlas personuppgifter vid varje tävlingstillfälle kopplat till licensens regelverk. Personuppgifterna behandlas vid anmälan till tävling, under pågående tävling och efter tävlingstillfället vid resultatrapportering.

Föreningen behandlar även personuppgifter för att ansöka om bidrag från bland annat Riksidrottsförbundet och föreningens hemkommun.

Föreningen är personuppgiftsansvarig för behandlingen av de personuppgifter som sker vid:

- Hantering av medlemskap i föreningen
- Föreningsadministration
- Deltagande i föreningens träningsverksamhet
- Deltagande i föreningens tävlingsverksamhet
- Licenshantering
- Ansökan om bidrag
- Sammanställning av statistik och uppföljning
- Utbildningar arrangerade av föreningen
- Kontakt med medlem
- Besök på vår hemsida
- Publicering av material på hemsida och sociala medier
- Ordningsstörningar

Vilka delar vi personuppgifter med?

Uppgifterna kommer inte att överföras till tredje land och dina personuppgifter kommer inte att utsättas för automatiserat beslutsfattande. Om föreningen vid något enstaka tillfälle måste dela dina personuppgifter med tredje land kommer du att informeras särskilt om detta. Det kan exempelvis vara aktuellt när/om du anmäls till tävling i tredje land.

Vilken laglig grund har vi för personuppgiftsbehandling?

Ändamål med behandling	Laglig grund
Hantering av medlemskap i föreningen	Avtal
Föreningsadministration	Avtal
Deltagande i föreningens träningsverksamhet	Avtal
Licenshantering	Avtal
Deltagande i föreningens tävlingsverksamhet	Avtal

Ansökan om bidrag	Rättslig förpliktelse
Sammanställning av statistik och uppföljning	Allmänt intresse
Utbildningar arrangerade av föreningen	Allmänt intresse vid statsbidragsfinansierad utbildning, annars samtycke
Kontakt med föreningen	Intresseavvägning
Besök på vår hemsida	Intresseavvägning
Publicering av material på hemsida och sociala medier	Intresseavvägning och ibland samtycke
Ordningsstörningar och otillåten påverkan	Rättslig förpliktelse

4. Beskrivning av tränings- och tävlingsgrupper

Pingisskola (årskurs 1 – 3)

Allmänt: Här sker en första organiserad kontakt med bordtennis. Att ha roligt i samband med pingisspel (= spela pingis) är i centrum. Racket finns att låna.

Innehåll: Gruppträning.

Ledare: Anställd tränare för barn-, ungdoms- och juniorverksamheten, vid vissa tillfällen assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s ungdoms- och elitverksamhet.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att i en rolig miljö få lära sig grunderna inom pingisen och få en fysisk aktivering.

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Att (vid behov) ta sina barn till träningen, komma dit i tid och gärna finnas på plats i hallen under träningen.

Krav: För pojkar och flickor i årskurs 1 – 3. Man kan prova på utan kostnad men avgift ska vara erlagd senast vid tredje träningstillfället.

Period: Följer terminsstart i skolan (anslås på Ängby SK:s hemsida).

Träning: 1 gång/vecka.

Fortsättningsgrupp Blå och Fortsättningsgrupp Gul

Allmänt: Erbjuder en möjlighet till de pojkar och flickor som genomgått en termin av pingisskola att fortsätta sin pingisträning i en lekfull miljö.

Innehåll: Gruppträning.

Ledare: Anställd tränare för barn-, ungdoms- och juniorverksamheten, vid vissa tillfällen assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s ungdoms- och elitverksamhet.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att få fortsätta utvecklas inom pingisen på ett lekfullt sätt och få en fysisk aktivering. Uppmuntran att lära sig våga tävla, exempelvis i Ängbys egen tävling "Minipoolen", eller i någon av Ängbys egna "Årstidspooler".

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Att (vid behov) ta sina barn till träningen och komma dit i tid. Att hjälpa till ideellt i föreningen motsvarande 5 timmar/termin vid exempelvis arrangemang så som våra "Årstidspooler", eller att axla en lagledarroll i Sankt Erikscupen.

Krav: För barn i årskurs 1 – 3. Man kan prova på utan kostnad men avgift ska vara erlagd senast vid tredje träningstillfället.

Period: Följer terminsstart i skolan (anslås på Ängby SK:s hemsida).

Träning: 1–2 gånger/vecka.

Flickgrupp 1

Allmänt: Erbjuder en möjlighet till barn- och ungdomar att organiserat träna pingis med ett specifikt tjejfokus.

Innehåll: Gruppträning.

Ledare: Anställd tränare för ungdoms- och juniorverksamheten, vid vissa tillfällen assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s ungdoms- och elitverksamhet.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att ha roligt, tävla och utvecklas i en miljö speciellt anpassad för tjejer.

Förväntningar på spelare: Ställa upp ideellt minst 5 timmar/termin, att delta i de träningstillfällen som erbjuds. Att ha som mål att förbättra sig som spelare.

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Att (vid behov) ta sina barn till träningen, komma dit i tid, skjutsa till tävlingar och ställa upp ideellt minst 10 timmar/termin.

Krav: Från ca 12 års ålder, medlemsavgift betald före träningsstart.

Period: Följer terminsstart i skolan och anslås på Ängby SK:s hemsida.

Träning: Ca 1-2 gånger/vecka, 1,5 – 2 timmar per tillfälle.

Fortsättningsgrupp Röd

Allmänt: Erbjuder en möjlighet till ungdomar att organiserat träna pingis med kunniga ledare.

Innehåll: Gruppträning. Grundläggande fysträning är en integrerad del i träningen.

Ledare: Anställd tränare för ungdomsverksamheten, vid vissa tillfällen assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s ungdoms- och elitverksamhet. På denna nivå engagerar sig tränare mer och föreslår mer individuellt anpassade tävlingar och läger.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att tillgodogöra sig grunderna inom pingis, utvecklas och få en fysisk aktivering. Tävla 1–2 ggr i månaden under säsong.

Förväntningar på spelare: Att ställa upp ideellt minst 5 timmar/termin, att ställa upp i Sankt Erikscupen, delta vid Ängbys egna tävlingar och spela seriespel. Ambition att tävla i Ungdoms Grand Prix-tävlingar.

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Att (vid behov) ta sina barn till träningen och komma dit i tid. Att hjälpa till ideellt i föreningen motsvarande 10 timmar/termin vid exempelvis arrangemang och aktiviteter. Med fördel genomgå domarutbildning.

Krav: För ungdomar från ca 10–11 år. Man kan prova på utan kostnad men avgiften ska vara erlagd senast vid tredje träningstillfället.

Period: Följer terminsstart i skolan (anslås på Ängby SK:s hemsida).

Träning: 3–4 gånger/vecka.

Flickgrupp 2

Allmänt: En utvald träningsgrupp med flickor som har stort intresse av pingis och som vill gå upp i träningsfrekvens, satsa på sin pingis och tävla.

Innehåll: Grupp- och individanpassat, individuell lådträning kan förekomma, vid vissa tillfällen sparring med spelare från högre träningsgrupp. Lägerverksamhet med dagläger i Vällingbyhallen förekommer.

Ledare: Anställd tränare för ungdoms- och juniorverksamheten, vid vissa tillfällen assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s ungdoms- och elitverksamhet.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att ha roligt, satsa på sin pingis, tävla och utvecklas. Individuellt anpassad träning.

Förväntningar på spelare: Ställa upp ideellt minst 10 timmar/termin, att delta i de träningstillfällen som erbjuds. Deltaga på eventuella läger som man blir uttagen till. Deltaga på Ungdoms Grand Prix-tävlingar, Ängbys egna tävlingar samt deltaga i andra prioriterade nationella tävlingar. Att ha som mål att förbättra sig som spelare samt tillsammans med serielagskamrater ta serielaget till en högre division. Klubben ser gärna att man är med som publik och stöd vid A-lagets hemmamatcher.

Förväntningar på föräldrarna: Att (vid behov) ta sina barn till träningen, komma dit i tid, skjutsa till tävlingar och ställa upp ideellt minst 10 timmar/termin.

Krav: Från ca 12 års ålder. Medlemsavgift ska vara betald före träningsstart.

Period: Vi tränar året runt.

Träning: Ca 3-4 gånger/vecka, 1,5 – 2 timmar per tillfälle

Ungdomselit yngre

Allmänt: En utvald träningsgrupp som har en hög tränings- och tävlingsfrekvens.

Innehåll: Grupp- och individanpassat, individuell lådträning kan förekomma, sparring med spelare från högre träningsgrupp förekommer regelbundet. Lägerverksamhet med dagläger i Vällingbyhallen förekommer.

Ledare: Anställd tränare, vid vissa tillfällen assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s A-lag, inklusive lagledare för respektive serielag. Tränare deltar regelbundet på elittränarträffar och är utbildade steg 2-3 samt har en regelbunden kontakt och dialog med Svenska Bordtennisförbundet.

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Att (vid behov) ta sina barn till träningen, komma dit i tid, skjutsa till tävlingar och ställa upp ideellt minst 15 timmar/termin.

Förväntningar på spelare: Att ställa upp ideellt minst 15 timmar/termin, att delta i de träningstillfällen som erbjuds. Pingis är troligen din huvudidrott. Ställa upp på Ungdoms Grand Prix, SM samt Ängbys egna tävlingar. Att ha som mål att förbättra sig som spelare samt tillsammans med serielagskamrater ta serielaget till en högre division. Individuell fysisk träning utöver schemalagd träning. Klubben ser gärna att man är med som publik och stöd vid A-lagets hemmamatcher. Sätta upp långsiktiga mål såsom att komma med på träffar/Riksläger/Sveriges Olympiska Kommitté-läger/landslag. Filma sina tävlingsmatcher och även träning.

Krav: Ålderskravet är individuellt. Medlemsavgift ska vara betald före träningsstart.

Period: Vi tränar året runt.

Träning: Ca 4 gånger/vecka, 2-2,5 timmar per tillfälle.

Ungdomselit äldre, junior- och seniorspelare

Allmänt: En utvald träningsgrupp som har en hög tränings- och tävlingsfrekvens. Spelarna befinner sig i svenska eliten eller har potential att nå dit.

Innehåll: Grupp- och individanpassat med specifikt träningsprogram som har anpassats i samspel mellan spelare och tränare. Individuell lådräning kan förekomma. Målsättningen är att skapa en grupp där flertalet skall ha en potential att spela för Ängby SK i de högsta divisionerna

Ledare: Anställd tränare, assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s A-lag, inklusive lagledare för respektive serielag. Tränare deltar regelbundet på elittränartäffar och är utbildade steg 2-3 samt har en regelbunden kontakt och dialog med Svenska Bordtennisförbundet.

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Se till att spelarna får tillräcklig sömn och dagligt kostintag anpassat efter träningsmängden. Föra en god dialog med skolan vid behov av ledigheter. Skjutsa till tävlingar och ställa upp ideellt minst 15 timmar/termin.

Förväntningar på spelare: Ställa upp ideellt minst 15 timmar/termin, att delta i de träningstillfällen som erbjuds. Att ha som mål att förbättra sig som spelare samt tillsammans med serielagskamrater ta serielaget till en högre division. Filma alla sina tävlingsmatcher. Deltaga på samtliga riks-, Sveriges Olympiska Kommitté- och landslagsläger som man blir uttagen till. Deltaga på Ungdoms Grand Prix-tävlingar, SM samt Ängbys egna tävlingar. Vid alla tillfällen vara en förebild för yngre spelare och representera klubben utåt. Klubben ser gärna att man, då man inte själv spelar, är med som publik och stöd vid A-lagets hemmamatcher.

Krav: Spelare genomför träning och tävling på ett professionellt sätt, i linje med eventuellt spelaravtal, samt utövar eventuella sponsoraktiviteter i enlighet med sponsoravtal.

Period: Vi tränar året runt.

Träning: Ca +8 gånger/vecka, individuellt anpassat.

Landslagselit

Allmänt: En utvald träningsgrupp som har en hög ambitionsnivå samt tränings- och tävlingsfrekvens. Spelarna befinner sig i svenska eliten och nära/på landslagsnivå.

Innehåll: Grupp- och individanpassat med specifikt träningsprogram som har anpassats i samspel mellan spelare och tränare, som även innehåller fysträning och lådräning. Målsättningen är att skapa en miljö och grupp där flertalet skall ha en potential att spela för Ängby SK i de högsta divisionerna och i landslaget för respektive åldersgrupp. Gruppen skapar och tryggar en framtida spelarbank till och för Ängby SK:s representationslag.

Ledare: Anställda tränare, assisterad av aktiva spelare i Ängby SK:s A-lag eller motsvarande inklusive lagledare för respektive serielag. Tränare deltar regelbundet på elittränartäffar och är utbildade steg 2-3 samt har en regelbunden kontakt och dialog med Svenska Bordtennisförbundet kring spelarna. Genomför regelbundna individuella möten med respektive spelare.

Förväntningar på föräldrar/målsmän: Se till att spelarna får tillräcklig sömn och dagligt kostintag anpassat efter träningsmängden. Föra en och ha en god dialog med skolan vid behov av ledigheter. Skjutsa till tävlingar och ställa upp ideellt minst 15 timmar/termin.

Förväntningar på spelare: Målinriktade. Att ha som mål att förbättra sig som spelare och spela i landslaget samt tillsammans med serielagskamrater ta serielaget till en högre division. Deltaga på samtliga riks-, Sveriges Olympiska Kommitté- och landslagsläger som man blir uttagen till. Deltaga på Ungdoms Grand Prix-tävlingar, SM samt Ängbys egna tävlingar. Filma alla sina tävlingsmatcher. Vid alla tillfällen vara en förebild för yngre spelare och representera klubben utåt. Klubben ser gärna att man, då man inte själv spelar, är med som publik och stöd vid A-lagets hemmamatcher. Ställa upp ideellt minst 20 timmar/termin samt att delta aktivt i de träningstillfällen som erbjuds.

Krav: Spelare genomför fokuserad träning och tävling professionellt i linje med individuellt schema samt eventuellt spelaravtal. Utövar sponsoraktiviteter i enlighet med eventuellt sponsoravtal. Klarar och överträffar nivåerna på de konditionskrav Svenska Bordtennisförbundet satt upp.

Period: Vi tränar året runt.

Träning: Ca +8 gånger/vecka varav 4 pass individuellt anpassade.

Motionsgrupp

Allmänt: Erbjuder en möjlighet till ungdomar, seniorer, veteraner, föräldrar och andra anhöriga som har stort intresse av pingis, att organiserat träna pingis med tränare.

Innehåll: Gruppträning.

Ledare: Anställd tränare av Ängby SK.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att ha roligt och utvecklas med sin pingis.

Förväntningar på spelare: komma dit i tid, aktivt deltagande på träningarna och ställa upp ideellt minst 5 timmar/termin.

Ängby SK strävar efter att ha en aktiv tävlingsverksamhet med deltagande i seriespel i division 4–7. Klubben ser gärna att man deltar i denna, samt är med som publik och stöd vid A-lagets hemmamatcher.

Krav: Från ca 15 års ålder, medlemsavgift och träningsavgift betald före träningsstart.

Period: Höst- och vårtermin.

Träning: 1-2 gånger/vecka, 1,5 – 2 timmar per tillfälle.

Seniorgrupp

Allmänt: Erbjuder en möjlighet till ungdomar och seniorer som har stort intresse av pingis, att organiserat träna pingis på egen hand.

Innehåll: Gruppträning.

Ledare: Ej tränarledd träning.

Vad spelarna kan förvänta sig: Att ha roligt och utvecklas med sin pingis, genomgå domarkurs.

Förväntningar på spelare: komma dit i tid, aktivt deltagande på träningarna och ställa upp ideellt minst 5 timmar/termin. Deltagande på Ängby SK:s egna tävlingar.

Ängby SK strävar efter att ha en aktiv tävlingsverksamhet med deltagande i seriespel i division 4–7. Klubben ser gärna att man deltar i denna, samt är med som publik och stöd vid A-lagets hemmamatcher.

Krav: Från ca 18 års ålder. Avgift ska vara betald före träningsstart.

Period: Höst- och vårtermin.

Träning: 1-2 gånger/vecka, 1,5 – 2 timmar per tillfälle.

5. Styrelsens och ledningsgruppernas sammansättning:

Styrelse Ängby Sportklubb

- Nils-Erik Sandberg (ordf), nisse@jordanfonden.se
- Johan Sjögren (vice ordf), johan.sjogren@vwfs.se
- Gustaf Ericson, gustaf_ericson@hotmail.com

Ledningsgrupp Ängby SK A

- Nils-Erik Sandberg
- Martin Singh
- Viktoria Ranefur

Ledningsgrupp Ängby SK B

- Gustaf Ericson
- Johan Sjögren
- Thorbjörn Sjövoid
- Jonas Edwardsson
- Pontus Dyrefors
- Olle Haglund