



Domnarvets GoIF

Verksamhetsplan för 2024

Verksamhetsplan för det 118:e verksamhetsåret 2023-11-01—2024-11-01.

Domnarvets GoIF är en förening för alla, där idrottsgrenarna växlar med årstiderna; orientering på sommaren, skidor på vintern. Inom Domnarvets GoIF vill vi ge våra barn och ungdomar grunden till ett livslångt intresse för skidåkning och orientering oberoende av ambitionsnivå

Träningen ska vara lekfull och varierad. Alla ska kunna utvecklas efter sina egna behov och förutsättningar. Tävlingsmoment kommer in som ett naturligt steg i och genom de lokala klubbävlingarna.

Som föräldrar och ledare ser vi tillsammans till att våra unga känner glädje inför en aktiv fritid, såväl vid träning som tävling.

Som förening arbetar vi för att föräldrar och övriga vuxna ser möjligheter att för egen del leva ett aktivt och stimulerande liv men också känner sig välkomna och motiverade att bidra till föreningens verksamhet.

Föreningen arbetar för den rena idrotten. Vinnare ska kunna glädjas över en ärlig seger. Vi har noll-tolerans gentemot dopning. Om vi mot förmodan fattar misstanke om eventuell dopning kontaktar vi RF och följer deras anvisningar. Personen kan då uteslutas ur föreningen.

Information

Klubben samlar och sprider information på hemsidan www.domnarvet.com samt i Facebook-gruppen Domnarvets GoIF Borlänge. Vi lyfter också Bergebo som motionsområde via Facebooksidan Bergebo Motionscentral.

ORIENTERING

Orienteringssektionen bedriver verksamhet inom orientering, skidorientering och MTB-orientering. Verksamheten inom orienteringen är uppdelad i ungdomar, junior/senior, samt verksamhet bland veteraner och motion/bredd.

MTB-orientering har aktiva inom ungdomar/juniorer och motion/bredd.

Skidorientering har aktiva inom ungdomar/juniorer och motion/bredd.

Orienteringssektionen består av representanter för:

- Karta och tävling
- Ungdomskommitté
- 15-16/Junior/Senior
- Bredd/Motion
- Kassör (styrelserepresentant)
- Övrig ledamot

Målsättning orienteringssektionen

Vårt gemensamma mål är att även i framtiden vara en klubb som kan vara med och kämpa i toppen i de stora stafetterna samt på de olika SM-distanserna. Vi vill därför jobba för att utveckla verksamheten för juniorer och för ungdomar som tar klivet upp i junioråldern samt bibehålla den fina verksamhet som redan finns för barn och ungdomar. Vi vill också se en växande breddverksamhet framöver.

Ungdom

Träning

Vi erbjuder en verksamhet:

- där vi lär oss orientering och har roligt tillsammans
- där alla får utvecklas i sin takt och hitta nya utmaningar, både i träning och tävling
- där vi lär oss att samarbeta, vara en bra kompis och förebild
- där vi bidrar till rörelseglädje och intresse för naturen

Även i år kommer träningskvällarna att utgöras av tisdagsträningar, där de yngsta grupperna kommer utgå från Bergebo, medan de äldre ungdomarna även kommer utnyttja andra områden kring Borlänge för att få lite utmaning.

Den första gemensamma träningen kommer vara i början av april. Troligtvis kommer de yngsta grupperna att börja lite senare. För grupperna gul och uppåt kommer de även att delta i de gemensamma Borläng-träningarna på torsdagar. Till det behövs dock att föräldrar ställer upp och skjutsar.

Även inför 2024 är ambitionen att på ett tydligt sätt försöka dela upp grupperna och

ungdomarna utifrån färdigheter och kunskaper utifrån orienteringsförbundets färgklassificering. Detta medför att åldersindelningen inte blir fixerad, även om ålder och kunskap ofta går hand i hand.

Grupper och åldrar

- Skogslek; födda ca. 2018–2019

Lekfulla aktiviteter i skogen med inslag av orientering

- Gröna Björnar; födda ca. 2016–2017

Lek och lite orientering. Lära sig karttecken och karta. Nivå grön

- Vita Vargar; födda ca. 2014–2015

Enklare orienteringsövningar varvat med lek. Nivå vit. Börja springa enklare banor själv.

- Gul Grupp; födda ca. 2012-2013

Utvecklande orienteringsträning på gul nivå. Varvar att vara i Bergebo och på olika kartor kring Borlänge.

- Orange Grupp; födda ca. 2010-2011

Utvecklande orienteringsträning på orange nivå. Varvar att vara i Bergebo och på olika kartor kring Borlänge.

Nytt för kommande år är att den lila gruppen kommer slås samman med den äldre junior/seniorgruppen. Detta för att bli en lite större grupp och för att vi under det gångna året sett att det fungerat bra!

Tävling

En ambition vi har under året är att försöka få ut fler av våra tränande ungdomar på tävling. Detta för att det ofta visar sig att barn som redan i relativt ung ålder deltar i tävlingsverksamhet ofta fortsätter att springa orientering även i äldre år, men även för att deltagande vid tävlingar bidrar till en bra sammanhållning och gemenskap med vänner både inom klubben och med andra klubbmedlemmar. Det kan med andra ord bli ännu roligare att springa orientering om man även är med på någon tävling ibland.

För att nå vår ambition med att få fler att prova en tävling har vi som målsättning under året att fortsätta ordna några tävlingar tillsammans med Tuna, Kvarnsveden och Säterbygden i form av 4-klubbs. Tanken är att avdramatisera tävlingsmomentet men att ändå få en känsla av hur det kommer fungera vid en tävling. När dessa kommer genomföras är ännu inte fastlagt men troligtvis kommer det bli två tävlingar på våren och två på hösten.

Ett annat sätt att öka intresset för att tävla som vi har för avsikt att genomföra även under 2024 är "Poängjakten". Att delta på antingen en av våra egna interna tävlingar eller en "riktig" tävling ska ge poäng och vid en viss uppnådd nivå kan man vinna ett pris i form av ett fint pris. Prisutdelning kring detta genomförs i slutet av året.

Planerade resor/tävlingar/läger

Tävlingar/läger utöver de vanliga distriktstävlingarna 2024

- Ungdoms SM, augusti/september 2024 i Härnösand (DOF-aktivitet)
- USM-läger (DOF-aktivitet)
- Sikta på att vara med på en stafett under våren innan 10-mila, från HD10 och uppåt
- Minst 1 lag vid ungdomsstafetten på 10-mila i Nynäshamn
- Bagheera-stafetten i samband med 5-dagars
- Skogsröjarträff (DOF-aktivitet)

- DOF-läger (klubbaktivitet)
- Ungdomens 10-mila. Både lilla och stora stafetten, kanske i form av kombinationslag med annan klubb. (klubbaktivitet)
- Distriktsmatch (DOF-aktivitet)
- Borås resan (DOF-aktivitet)
- Familjeläger/ungdomsläger, hoppas vi att få till under året. Preliminärt i samband med Leksands tävlingar i vår (klubbaktivitet)
- Tränings/Tävlingshelg under hösten (klubbaktivitet)

15-16 år/Junior/senior

Vi erbjuder verksamhet för äldre ungdomar och vuxna som springer banor i nivåerna violett och svart och som vill komma ut på större tävlingar både individuellt och i stafetter. För oss är det viktigt att:

- Löparna ska kunna utvecklas både som individer och tillsammans som lag/grupp
- Löparna ska känna en gemenskap som gör att det är roligt att orientera
- Löparna ska ha de bästa förutsättningar för träning samt välordnade tävlingsresor till stora stafetter och mästerskapstävlingar.

Träning

Klubben erbjuder goda förutsättningar för träning, som i förlängningen ger motiverade löpare och möjlighet till bra resultat. Vi är angelägna om att bibehålla ett brett deltagande upp i åren och arbetar aktivt för samarbete både inom DOF (Dalarnas Orienteringsförbund) och med andra orienteringsklubbar i närområdet. Särskilt för gruppen 15-16 år så arrangeras redan idag flera träningsläger och tävlingsresor genom DOF, men detta borde kunna utökas.

Gruppen 15-16 år/junior/senior har ett nära samarbete kring träningar med motion/breddgruppen, så det blir ofta gemensamma klubbträningar med många löpare. Eftersom flera löpare går på OL-gymnasium eller andra idrottsgymnasium, så anpassas verksamheten också efter det.

Grundprogrammet består på tisdagar av träning från klubbstugan och på torsdagar är det gemensam teknikträning på olika platser kring Borlänge. Träningen bedrivs tillsammans med övriga Borlängeklubbar. Det är teknikträningar från gul ungdomsnivå till svart elit-nivå. Vi kommer även att delta på de träningar som anordnas av DSA (Dala Sports Academy), som ger chans till högkvalitativa träningar i Falun/Borlänge trakten.

Tävling

För 2024 finns en tävlings- och lägerplanering för 15-16/junior/senior-verksamheten med gemensamma klubbresor till större tävlingar. Det gäller både mästerskapstävlingar och Swedish league (SL) för juniorer och seniorer. För gruppen 15-16 år är USM i Härnösand en höjdpunkt.

Under 2024 planerar vi också för deltagande på de stora stafetterna med både dam- och herrlag. Det gäller bland annat 10-mila i Nynäshamn och Jukola/Venlakavlen utanför Vasa i Finland, men också övriga stafetter i den nystartade stafettligan. För äldre ungdomar är 10-milas ungdomsstafett, Bagheera-stafetten och ungdomens 10-mila i Västergötland aktuella. Vi

samarbetar med andra distrikt och klubbar när möjlighet finns, likaså med ungdomskommittén.

Målsättning 2024

Vårt mål är att återigen etablera oss som en klubb med elitverksamhet för juniorer och seniorer vilket innebär att vi inte bara ska delta vid de stora stafetterna utan även arbeta för bra resultat. Vi vill vara med och fightas om framskjutna individuella placeringar på SM och Swedish League. Vidare vill vi vara en bra klubb för de löpare som inte satsar fullt ut som elit för vi tror att det är roligare ju fler vi är som springer i klubben.

Hur ska vi nå vårt mål?

- Föreningen har en uttalad vilja att erbjuda goda förutsättningar för medlemmar som bedriver orientering på elitnivå eller har potentialen och ambitionen att nå dit.
- Vi erbjuder gemensamma resor till tävlingar, attraktiva träningstillfällen, engagerade ledare och aktiviteter som främjar gemenskap och glädje. Vi söker aktivt samarbete inom DOF eller med andra OL-klubbar
- Vi ska vara en attraktiv förening, för både elit och bredd, som hörs, syns och har roligt där alla känner att Domnarvet är en klubb man vill representera.

Motion/bredd

Tisdagsträningarna/klubbträningarna från Bergebo kl.18 är öppen för alla och anpassas så man skall kunna delta oberoende av träningsbakgrund eller ambitionsnivå.

Även teknikträningarna på torsdagarna ihop med grannklubbarna är till för alla och finns svårigheter från gul (Lätt nivå) till svart nivå (Svår).

Under året planerar vi fortsätta med flera uppskattade aktiviteter som vänder sig till alla åldrar och det är klubbträning, 25-manna, KM och våravslutning.

Det kommer bli ett klubbträning i Leksand i slutet av april med sprint, inomhusorientering och medeldistans vid Tegera Arena och boende på mysiga Leksand strand.

Kartor/Arrangemang

Tävling:

- Planen är att arrangera Fäbodloppet 18–19 maj 2024 vid Tomnäs.
- 2025 års tävlingar skall förberedas i form av tävlingsansökan och tillsättande av huvudfunktionärer. Ansökan om tävling 2025 görs senast sista mars 2024.

Kartor:

- Fortsatt revidering av Bergebokartan
- Uppdatering eller nyritning av skogskarta för tävlingar 2025, område ej fastställt
- Uppdatering eller nyritning av ytterligare en sprintkarta
- Arbetet inom Borlänge kartsamverkan, eventuell gemensam träningskarta även 2024.

MTB-orientering

Under 2023 är målsättningen för MTB-orientering i Domnarvets GoIF att bibehålla den volym på ett 10-tal personer som har varit aktiva under 2023 och gärna öka intresset något genom att erbjuda någon träning för ungdomsgrupperna.

Det kan också bli aktuellt att arrangera någon klubbresa till SM-tävling. Tävlingsprogrammet för 2024 är dock inte klart ännu.

Ingen planerad träningsverksamhet riktad mot MTBO är planerad, utan utövare hänvisas till träningar inom Orientering/Skidor. Ev. kan någon träning arrangeras i samband med ungdomsträning. Lokala träningstävlingar brukar hållas inom Dalarna.

Skidorientering

Under 2024 är målsättningen för skidorientering att bibehålla den volym på ca 15 personer som varit aktiva under 2023 och att få minst 7 ungdomar/juniorer/seniorer att delta på SM i Vansbro.

Planen är också att göra det möjligt att delta på såväl SM-tävlingar på längre avstånd (bl a Sundsvall) som svenska cupen för de som önskar. Planen är att arrangera klubbresor till 2-3 helger med övernattnig.

Ingen planerad träningsverksamhet riktad mot skidorientering är planerad utan utövare hänvisas till träningar inom Orientering/Skidor. Om skidföret blir bra, så kan någon spontan tävling ev. anordnas i anslutning till befintliga spår. Detta beror helt på snötillgången.

SKIDOR

Verksamheten inom längdskidåkningen är uppdelad i tre verksamhetsgrupper; ungdomar, juniorer och motion.

Organisation

Skidsektionen består av nedanstående funktioner. Några är vakanta då vi vill utöka sektionen med fler medlemmar:

Administratör/sammankallande

Ekonomisamordnare

Arrangemang

Klädsamordnare

Ungdomssamordnare

Juniorsamordnare

Motionssamordnare

Under 2024 vill vi få fler medlemmar att ställa upp vid olika typer av arrangemang och aktiviteter.

Vi kommer att ställa kravet på vårdnadshavare till aktiva barn att man ställer upp minst 3 gånger under den aktiva säsongen på klubbens aktiviteter och arrangemang, samt Svenska skidspelen.

Målsättning skidsektionen

Vi vill ge våra barn och ungdomar ett livslångt intresse för skidor både på motions- och elitnivå. Målet är att skapa en verksamhet med bredd som inbjuder många barn och ungdomar, men även vuxna att upptäcka glädjen i längdskidåkning och ger bra förutsättningar för individuell utveckling utifrån egna förutsättningar och ambitioner.

Verksamheten ska följa den nya strategin 2026 som antogs på förbundsstämman i oktober 2020 samt Dalarnas skidförbunds riktlinjer.

Ungdom

Vi vill erbjuda en verksamhet där:

- Vi har kul och alla ska kunna vara med.
- Träningen är lekfull och varierad där både tjejer och killar ska kunna utmanas och utvecklas efter egna behov och utvecklingsnivåer.
- Lära oss att vara en bra kompis och rent spel.

Träning

Målsättningen är att alla ledare ska ha utbildning motsvarande den nivå man är ledare för, till exempel är man ledare för ungdom ska man ha minst nivå: Skidlära eller Skidträna.

Inför verksamhetsåret 2023/24 kommer ledargruppen utarbeta tydligare riktlinjer för träningsinriktning i de olika åldersgrupperna för att underlätta för ledare att planera och lägga upp träningstillfällena samt se till att träningen är anpassad för rätt ålder och nivå.

Riktlinjerna ska följa Svenska skidförbunds råd och riktlinjer. Ambitionen är även att påbörja ett ökat samarbete mellan tränarna i de olika grupperna för till exempel teknikträning. För de äldre grupperna

fortsätter arbetet med att skapa träningar där olika upplägg/intensitet kan väljas av de aktiva för att på bästa sätt möta allas ambitioner och nivåer.

Träning genomförs tisdagar och torsdagar, tisdagar klassiskt och torsdagar skate. Grupperna från och med födda 2012 tränar två gånger i veckan.

Försäsongsträningen kommer bedrivas som rullskidträning för 13 år och uppåt med start i juni. Den gemensamma barmarksträningen startar i början av oktober. Träningen kommer i största möjligaste mån planeras så att den inte konkurrerar med klubbens andra verksamheter. Men vi måste även kunna tillgodose de äldre ungdomar som inte håller på med klubbens övriga aktiviteter träning som kan ske på samma tider. Det ska tydligt framgå att är man aktiv inom orienteringen så är det dom träningarna som ska prioriteras under skidornas försäsong.

Inför försäsongsträning kommer ett uppstartsmöte med alla ledare genomföras.

Grunder

- Skidlek födda 2017–2018
- Skidlek födda 2015-2016
- Harar födda 2012-2014
- Isbjörnarna födda 2010-2011
- Ungdomar födda 2005–2009
- Ungdom/Junior Motion födda 2005–2008

Läger för ungdom

Under säsongen erbjuds/arrangeras flera tillfällen för träningsläger

- Allgret i Dalarnas skidförbunds regi
- Snöläger i Dalarnas skidförbunds regi
- Klubbens familjeläger i Grönklitt. Ungdomar mellan 11–16 år bor tillsammans i lägerstuga och övriga bor tillsammans med sina familjer i övriga stugor.

Tävling

Vi har som mål att ha totalt ca 20 deltagare på Folksam- och Ski Team-ungdomscup. Vi fortsätter med Poängjakten då den sporrar många barn och ungdomar att ta sig ut på tävlingar. Vi kommer även att arrangera KM (klubbmästerskap).

Långsiktig plan

En långsiktig plan är att vi har som mål att arrangera USM 2026 i Bergebo. Då har vi som mål att minst 10 åkare ska representera klubben.

Juniorer

Erbjuder en verksamhet som:

- Stöttar de aktiva som har som avsikt att göra en seriös satsning under junioråldern samt verka för ett långsiktigt aktivt idrottsliv.
- Ordna förutsättningar för träning och utveckling
- Sistaårs ungdomar bjuds in i verksamheten för att förbereda inför junioråldern
- Organiserar runt viktiga tävlingar vad gäller resa, mat, boende och service samt vallning
- Förbereder den aktiva inför övergång till senior
- För de som går på skidgymnasium sker träning och utbildning för den aktives utveckling genom

skolans försorg under skolterminerna. De som är hemmavarande tränar framför allt i DGoIF 's gemensamma träningar samt enskilt.

Läger

- Sommarläger med Falun/Borlänge.
- Barmarksläger i Grönklitt. Här bjuds sistaårs ungdomar in för att förbereda inför junioråldern.

Tävlingar

Vi avser vara representerade med deltagare och ledare vid på Junior-SM och Sverigecupen för Juniorer under 2024

Motion

Klubben har nu en certifierad skidcoach så målet är att hålla nybörjarkurser både för privata grupper och medlemmar under vintersäsongen.

Det finns även en grupp som mer är riktad till de äldre ungdomar/juniorer som vill åka skidor på motionsnivå. Vi vill skapa i ett livslångt intresse för att använda längdskidor som motion.

Tävlingar

Vi uppmuntrar alla aktiva att delta efter sin respektive förmåga. Vid tävling strävar vi efter att hålla ihop i och runt om tävlingarna för att skapa en god gemenskap och erfarenhetsutbyte mellan aktiva såväl hos föräldrar.

Egna Arrangemang

- 13 januari 2024, Bergebo Ski Weekend
- 14 januari 2024, Bergebo Ski Weekend - Ungdomsmaraton
- 4-klubbstävlingar: Arrangeras av klubbarna i Borlänge, Domnarvets GoIF, Kvarnsvedens GoIF, Stora Tuna och Sellnäs.
- 13 mars 2024 - Atomic Bergebo Minisprint, onsdag
- 15 – 17 mars 2024, Svenska Skidspelen.

Marknad

Vi fortsätter det påbörjade arbetet med en kommunikationsstrategi och tillhörande aktivitetslista. Strategin kommer att presenteras för sektionerna senast i mars.

Marknadssektionen kommer att ha arbetsmöten i motionscentralen varje torsdag under vintersäsongen för att komma framåt i arbetet.

Övrigt gällande marknad och kommunikation för 2024

- Tillsammans med gruppen för motionscentralen vill vi se över information och skyltning inomhus så att allt blir enhetligt och lätt att ta till sig för alla besökare.
- Tillsammans med gruppen för motionscentralen leder vi arbetet med utökade öppettider och tar vara på möjligheterna som det ger till att ytterligare marknadsföra motionscentralens förträfflighet.
- Vi vill jobba tydligare med sponsringspaket och information eventuella sponsorer.
- När mötesrummet är iordningsställt kommer vi att marknadsföra uthyrning av hela motionscentralen
- Som en del i arbetet med kommunikationsstrategin kommer vi att behöva öka vår egen kunskap kring systemet sportadmin för att kunna värdera funktioner och arbetssätt som går att koppla dit.

ARENA

Under 2024 kommer framför allt dessa punkter hanteras

- Insatser runt konstsnöanläggningen.
- Vi önskar även att lägga på ett fyllager åtminstone från bron ner till dammen för att undvika genomslag av stora stenar i konstsnöspåren.
- Rapportera om spårstatus löpande för att få fler besökare
- Underhålla vår anläggning i alla avseenden
- Arbetet med förberedelse för att inkludera ytterligare idrotter på arena Bergebo kommer fortlöpa för att göra detta till en multi-arena
- Under 2024 ska planeringen av tävlingsspåren för USM 2026 påbörjas och utvärderas i det mån det är möjligt.
- Accessen från parkering till stadion ska förbättras så man kan ta sig säkert upp till skidspåren.

MOTIONSCENTRALEN

Vi har upprepade gånger konstaterat att "Bergebo är hjärtat i föreningen" och av avgörande betydelse för dess utveckling samt för dess förmåga att samla och engagera unga och gamla.

Med "Bergebo" har vi naturligtvis avsett vår "arena" – d v s stadion, skogen, omgivningarna – men också, och inte minst, själva motionscentralen.

Vi har att möta de nya förutsättningar/möjligheter som vintertid erbjuds med en ny konstsnöanläggning, utveckla anläggningen som föreningens mötesplats och beakta Borlänge kommuns ambitioner att erbjuda kommunens innevånare en bas för friskvård och motion.

Inför 2024 vill vi som förening

- Skapa former för en balans mellan ideellt och "avlönat" arbete – där tyngdpunkten ligger på det ideella.
- Forma tider och tillgänglighet som svarar mot föreningens behov och mot årstidernas växlingar. Även om anläggningens (inre och yttre/omgivande) förutsättningar bör vara attraktiva även vår-sommar-höst, är sannolikt vinter (med goda förutsättningar för skidåkning) den säsong då anläggningen har bäst attraktionskraft. Våra öppettider och vår bemanning bör avspegla detta.
- Vi bör skapa ett vinterområde för pulkaåkning i närhet till byggnaden så man kan locka barnfamiljer till säker pulkaåkning och närhet till fika och värme.