

Verksamhetsplan 2017

IK NocOut.se

INNEHÅLL

1	Styrelsens plan	2
2	Sektionernas planer	3

1 STYRELSENS PLAN

Under 2017 ska IK NocOut.se fortsätta utvecklas som konditionsidrottklubb med bibehållen idrottslig bredd och fokus på "Klassiker-idrotterna" (löpning, cykel, simning och längdskidor) och triathlon. Bredden ska behållas inom verksamheten, i betydelsen brett utbud av idrotter, en jämn könsfördelning och hela spektrumet från motionär till elit. Arbetet ska under 2017, liksom tidigare år, drivas inom sektioner för respektive idrott, med nära kontakt mellan sektionsansvariga och styrelsen. Klubben kommer fortsätta att vara lyhörda gentemot medlemmarna och på olika sätt försöka snappa upp vad som önskas vad gäller utveckling av klubben. Klubben kommer exempelvis att ha en workshop med sektionsledarna för att vidareutveckla klubbens och sektionernas arbete.

STYRELSEARBETET

Styrelsen kommer att fortsätta utveckla styrelsearbetet och ska satsa på att bli ännu bättre på att fokusera strategiska frågor och ha mindre fokus på det operativa. Styrelsen kommer även att fokusera på att anpassa sig till NocOut's tillväxt med allt vad detta innebär. Eventuellt kommer hela eller delar av styrelsen gå lämpliga kurser för att utveckla ledamöterna.

WEBBLÖSNING

Under 2017 kommer NocOuts hemsida och övriga kommunikationsvägar till medlemmarna att ses över.

BEREDSKAP VID KRISITUATIONER

NocOut kommer efter fjolårets HLR-utbildning fortsätta att jobba med att utbilda framför allt ledare för att ha kunskap vid olyckor och krissituationer.

LÄGER

För 2017 är ett sommarläger planerat.

NOCOUT ELIT

NocOut kommer fortsatt fokusera en del av verksamheten på elitsatsande medlemmar tävlandes i klubbens färger. Tidigare har fokus primärt varit på triathlon men under 2017 kompletterar vi även med löpning. Vi höjer även bidraget något.

NOCOUT PRESTATION

NocOut Prestation som infördes 2015 för att stötta den lite bredare toppen i klubben inom löpning, skidåkning samt triathlon kommer att behållas även under 2017. Vi höjer även bidraget något.

ÅRETS KLUBBMÄSTARE

Under 2017 kommer NocOut att fortsätta arrangera klubbmästerskap i våra olika grenar. För att öka deltagandet och utmana medlemmarna fortsätter klubben med konceptet "Årets Klubbmästare". Liksom 2016 så kommer i tillägg till Årets klubbmästare även delcuperna Årets löpare, Årets skidåkare och Årets triathlet att koras.

SOCIALA ARRANGEMANG

Klubben ska under 2017 fortsätta lägga vikt vid sociala arrangemang för klubbens alla medlemmar. Exempelvis planeras som tidigare år medlemsfest och glöggkväll, samt social

samvaro kring loppdeltagande för såväl tävlande som supportrar. Bussresor till Göteborgsvarvet och Lidingöloppet kommer liksom tidigare år att erbjudas till medlemmarna. En marathonsresa till Köpenhamn kommer också att anordnas.

Det nya affärsnätverket NocOut Network kommer att lanseras och kommer anpassas efter medlemmarnas intresse för denna typ av verksamhet.

TRAINING DAY OCH ANDRA IDROTTER

För att bredda utbudet något för medlemmarna så planeras minst en training day med tonvikt på aktiviteter som inte ingår i NocOut's fokusidrotter. Det kommer även att erbjudas yogapass till medlemmarna och frekvensen av dessa beror på medlemmarnas intresse.

FÖRELÄSNINGAR

Klubben planerar liksom tidigare år att anordna en eller flera föreläsningar för medlemmarna under året.

ARRANGERA LOPP

Klubben kommer att fortsätta arrangera KM-arrangemangen. NocOut kommer återigen att arrangera DM 5000 meter.

2 SEKTIONERNAS PLANER

LÖPSEKTIONEN

Upplägget blir samma som 2016 men sektionen kommer fortsätta att utveckla varje del. Planen är organisk utveckling, det vill säga att det som funkar och folk vill ha utvecklar sektionen vidare.

CYKELSEKTIONEN

Upplägget för 2017 ser liknande ut som för 2016. Spinningpass planeras även i år med start tidigt på året. Så snart vädret tillåter börjar sektionen med utomhuscyklarna. Även i år kommer nybörjarpass att erbjudas. Nytt för i år är att sektionen kommer att dra igång med regelbundna intervallträningar samt att man ska satsa lite på MTB-verksamhet. Även i år har klubben startklunga på Vätternrundan.

TRIATHLONSEKTIONEN

Sektionen kommer att satsa på liknande upplägg som 2016, men även utöka fokus på simning och tempocykling. Sektionen satsar även på att ta in fler ledare.

SKIDSEKTIONEN

Planen för 2017 är att ha ett liknande upplägg som 2016. Detta innebär:

- Skid KM (redan avklarat i samband med DM i Sya 20/1, 39 deltagare från nocout !)
- Rullskidträningar
- Rullskid KM