

Verksamhetsberättelse Föreningen Flex 2018

Styrelsen ser positivt på året som varit. Föreningen har under verksamhetsåret haft ca 130 medlemmar. Antalet varierar lite då det finns dansare som slutar under året och nya tillkommer tex under hösten. Föreningen har en positiv medlemstillväxt detta år.

Ett extra årsmöte hölls den 8 oktober 2018 med anledning av nedanstående punkter:

- Thomas Brandt valde att avgå som ordförande under augusti månad. Cecilia Wollard valdes till ordförande för resten av perioden.
- Styrelsen fick i uppdrag vid årsmötet den 2018-03-11 att kalla till extra årsmöte gällande ändringen av §4 i stadgarna på så sätt att handlingarna till årsmötena ska "finnas tillgängliga" istället för att "skickas till" medlemmarna. Medlemmarna godkände ändringen och den nya formuleringen i föreningens stadgar lyder:
§ 4 Årsmöte
Styrelsen bestämmer om tid och plats för årsmöte som ska hållas före mars månads slut. Medlemmar kallas till årsmöte minst tre veckor före mötets datum. Verksamhetsberättelse, revisionsberättelse, styrelsens och valberedningens förslag samt inkomna motioner, med styrelsens yttrande skall i förekommande fall, senast en vecka före årsmötet finnas tillgängliga på Showdansföreningens Flex hemsida eller andra sociala medier till medlemmarna.

Nationella tävlingar

Föreningens medlemmar på högre nivå i disco har deltagit i ca 10 Regionstävlingar. SM i disco hölls i Västerås och där de flesta av våra medlemmar på samtliga nivåer deltog.

Många deltog även på Mega Dance Week i Göteborg.

Föreningens medlemmar har deltagit i totalt 3 olika typer av regionstävlingar; Brons, Challenger och Master.

Föreningens medlemmar har under verksamhetsåret även deltagit i flera hip hop och konstnärliga tävlingar.

Internationella tävlingar

Föreningen hade tävlande i solo, duo och grupp på VM i juni samt tävlande på plats vid EM i disco.

Föreningen hade många dansare på NM (Nordic Open) i Katrineholm.

Föreningen har detta år även haft representanter vid såväl EM i konstnärlig dans i juni samt VM i december.

En reflektion är att föreningen har dansare på absolut högsta nivå i de flesta discipliner och har dansare på landslagsnivå, något som också finns med i föreningens högt ställda mål. Likaså fyller vi ständigt på med nya dansare och står för en stor bredd.

Några av de internationella framgångarna under 2018 var:

Jennifer och Stephanie Wallén europamästare i modern duo.

Jennifer Wallén vice europamästare i modern solo.

Little Queens, Sparkle och Star Rockets deltog i VM och EM i disco.
Elvira Braun 1:a på NM.

Show

Föreningens medlemmar deltog med stor entusiasm vid Dansskolans årliga show och en stor arbetsinsats av såväl dansare som föräldrar bidrog till en show av hög kvalitet.

Försäljningar

Föreningen anordnade försäljning av New Body under våren 2018.

Övrigt stöd till dansarna

Föreningens mål är att stödja medlemmarna/dansarna i deras utveckling som tävlingsdansare och har under 2018 anordnat:

- Friträningar
Föreningens medlemmar har två tillfällen i veckan, torsdag (17:00-19:00) och lördag (11:00-13:00) då man kan träna själv på Lovisedalsskolan eller tillsammans med andra med stöd av någon av föreningens ansvariga ledare.
- Inspirations Workshop
Den 23 oktober anordnades en workshop tillsammans med Heini i Commercial jazz. Ca 55 medlemmar deltog från alla nivåer.
- Extra fys- och konditionsträningar:
Föreningen anordnade v. 32-34 samt v. 2-3 extra fys- och konditionsträningar för medlemmarna, där även syskon och föräldrar deltog. Träningen anordnades för att bygga Flex Family-känsla och framför allt för att minska risken för skador hos barnen. Dessa genomfördes i samråd med skolan.
Alla tillfällen var välbesökta och som mest deltog 35 personer på ett och samma tillfälle med barn från alla nivåer.
- Stöd vid träningar och tävlingar genom våra lagledare, hjälpföräldrar och ledare. Där Maria Dahlin efterträdde Annica Brandt som ansvarig.
- PDTer och förberedande träning inför VM och EM i disco av uttagna landslagsdansare.
- PDTer och förberedande träning inför EM och VM i konstnärlig dans av uttagna dansare.
- Sponsring av coacher på samtliga internationella tävlingar 2018 samt nationella tävlingar under våren.
- Stipendier till dansare som uppnått de högsta klasserna.
- Bra samarbete tillsammans med skolan för hjälpa våra dansare på rätt sätt.