



Väsby Atletklubb Verksamhetsberättelse 2025

Johanna Bergström Ordförande, Tuomas Pyhäjärvi Vice ordförande, Eddie Jonsson Kassör, David Nordin Sekreterare, Jonathan Arvidsson Ledamot, Emma Engdahl Ledamot, Sofia Nährström Suppleant, Johnny Boman-Andersson Suppleant

Inledning

Väsby Atletklubb grundades 1964. Väsby Atletklubb har tävlande lag inom de riksidsrottsanslutna förbunden Svenskastyrkelyftförbundet och Svenska tyngdlyftningsförbundet.

Föreningen har som ändamål att bedriva idrottslig verksamhet i enlighet med ”Idrottsrörelsens verksamhetsidé, vision och värdegrund” (1 kap RF:s stadgar), med särskild inriktning att ha en aktiv tävlingsverksamhet för såväl ungdomar, seniorer och veteraner, oavsett kön.

Föreningen ska:

- ❖ Bedriva idrotterna Styrkelyft och Tyngdlyftning
- ❖ Tillhandahålla lokal och utrustning för träning i klubbens sporter och styrketräning i övrigt för samtliga medlemmar, såväl aktiva som motionärer.
- ❖ Samverka med kommunen och lokala idrottsföreningar
- ❖ Motverka all form av diskriminering samt aktivt verka för en dopingfri idrott.

Målsättning för Väsby Atletklubb under 2025 har varit att fortsätta att utveckla tävlingsverksamheten under året. Vi har haft som ambition att behålla antalet medlemmar samt få in fler kvinnor i tävlingsverksamheten.

Vi har främjat för “gemensamma träningar” inom både styrkelyft och tyngdlyftning.

Vi har under året satsat på att få fler liceniserade lyftare som är kvinnor för att stärka upp damlaget i styrkelyft men också fler lyftare till tyngdlyftningen, detta har gjorts genom att arrangera kvinnolyftet i två omgångar. Detta har gett ett utfall med ca 4 nya medlemmar och intäkter på 15000 i anmälningsavgifter och medlemsintäkter.

Via styrkelyftsförbundet fick klubben 2023 ett skolkit att låna ut till skolor för att öka kunskapen om styrketräning, detta har varit utlånat till en skola. I skolkitet ingår tre pumpstänger, tre slamballs, sex stycken klovås samt tre par vikter (1,5 2,5 samt 5 kg).

Medlemmar

Under 2025 har Väsby Atletklubb haft 131 medlemmar, vilket är något fler än föregående år som hade 124 medlemmar vid årslutet.

Totalt 31 medlemmar, varav 92 män, 31 kvinnor och 11 medlemmar som är under 20 år.

Totalt har vi fått in 167 170 kr i medlemsavgifter.

Styrelsen

Styrelsen ansvarar för att driva föreningen enligt föreningens stadgar och mål. Styrelsen är också juridiskt och ekonomiskt ansvarig. Styrelsen har under året sammanträtt 9 gånger i officiella styrelsemöten under 2025.

Roller och ansvarsområden vid slutet av 2025

Ordförande: Johanna Bergström

Vice ordförande: Tuomas Pyhäjärvi

Sekreterare: David Nordin

Kassör: Eddie Jonsson

Ledamot: Jonathan Arvidsson

Ledamot: Emma Engdahl

Suppleant: Sofia Nährström

Suppleant: Johnny Boman-Andersson

Styrkelyftsansvarig: Eddie Jonsson och Sofia Nährström

Tyngdlyftningsansvarig: Tuomas Pyhäjärvi

Ledare: Ulf Andersson, Johanna Bergström, Jonathan Arvidsson, Eddie Jonsson, Tuomas Pyhäjärvi, Johnny Boman-Andersson, Emma Engdahl, Sofia Nährström

Utbildningar

Tuomas Pyhäjärvi & Johnny Boman-Andersson gick Steg 1 tränarutbildning i tyngdlyftning arrangerad av tyngdlyftningsförbundet den 1-2 mars 2025.

Lokal

Det sker löpande städning av lokalen, samt påfyllning av hygienartiklar, det är alla medlemmars ansvar att hålla ordning på klubben.

Utrustning och inköp

Följande utrustning har införskaffats:

tre nya styrkelyftsstänger och sålt 3 stycken

dyna och klädsel till bänkar

grepphantag och roddhantag

hexbar

Antidoping

Styrelsens uppgift är att informera samtliga medlemmar om antidopingpolicyn samt att säkerställa att den efterlevs. Alla som tävlar måste gå utbildningen "Ren vinnare" för att få tävla för VAK. En del i antidopingarbetet består av att "Vaccinera klubben" vart tredje år.

Vaccinerat klubben under 2025

Tävlingsverksamhet

Styrkelyft

Klubben hade 20 licensierade lyftare under 2025. Klubben anordnade tre av fyra serietävlingar och samarbetade med Roslagens lyftarförening.

Väsby AK hade två lag registrerade i serien, damlaget i div 1 och herrarna i elitserien, Klubben har haft deltagare på SM styrkelyft inom flera ålderskategorier samt tagit medaljer.

SM:

Linn Malmsten tog guld på V-SM och brons på bänk-SM

Sabina Schiller tog brons på V-SM

Svealands och distriktsmästerskap

Väsby AK har haft flertalet deltagare på svealandsmästerskap och distriktsmästerskap.

DM

Guld, Christer Saarela, Johnny Boman-Andersson, Emelie Leach

Silver, Emil Gustafsson

Brons, Sabina Schiller

Vi arrangerade U/J/V DM

Tyngdlyftning

Tävlingsåret 2025

Under 2025 arrangerade Väsby AK ingen egen TL-tävling.

Totalt 10 personer hade TL licens jämfört med 5 licenser 2024 där ökning framför allt kommer ifrån Kvinnolyftet som arrangerades under våren och hösten 2025.

Under 2025 tävlade 5 damer och 5 herrar (10 st)

Serie 1 på Crossfit Kinetics Liljeholmen deltog 4 st lyftare - (Per Forslund , Tuomas Pyhäjärvi , Björn Nilsson samt Emma Engdahl).

Serie 2 i Vallentuna deltog 6 st lyftare - (Johan Larsson , Tuomas Pyhäjärvi , Elin Boström , Matilda Lindberg , Emma Engdahl, Maria Ringheim).

Serie 3 i Sundbyberg deltog 4 st lyftare - (Per Forslund , Björn Nilsson , Emma Engdahl , Elin Boström).

Serie 4 i Sundbyberg deltog 4 lyftare (Emma Engdahl , Elin Boström , Charlotte Carnsjö , Matilda Lindberg).

De som har gjort 2 serieomgångar eller fler under 2025 är:

Emma Engdahl

Tuomas Pyhäjärvi

Björn Nilsson

Per Forslund

Matilda Lindberg

Elin Boström

Mästerskap

Veteran SM - i Vinslöv

Guld till Per Forslund

Silver till Emin Ismaelov

Emma Engdahl & Charlotte Carnsjö (SM Debut) deltog tappert.

Distriktsmästerskapen - i Sundbyberg

Guld till Maria Olebark

Silver till Charlotte Carnsjö

Brons till Emma Engdahl

Brons till Matilda Lindberg

och Elin Boström kom på en hedrande femte plats.

Övriga tävlingar

Arnepokalen - i Sandviken

Elin Boström & Emma Engdahl deltog i Arnepokalen

Allsvenska Serien

Två lag var anmälda till Allsvenska Serien -

Veteraner herrar

Serie 1 = 789 Poäng

Serie 2 = 320 poäng

Serie 3 = 639 poäng

Serie 4 = 199 poäng

Totalt : 1947 poäng och en 17 plats i serien. (1889 poäng , 19 plats / 2024.)

Damlag division 2

Serie 1 = 74 Poäng

Serie 2 = 442 poäng

Serie 3 = 192 poäng

Serie 4 = 466 poäng

Totalt : 1174 poäng och en 10 plats i serien. (Inget lag 2024)

