



HÖLLVIKENS BOXNINGSKLUBB

**VERKSAMHETS-
BERÄTTELSE
2020**

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Ett år med nya utmaningar

2020 fick för oss i Höllvikens Boxningsklubb rena pangstarten.

Det var med stor förhoppning vi ställde upp i diplom-SM i Köping. För merparten av vårt team var det sista säsongen som diplomboxare.

Vårt mål var att ännu en gång bli bästa klubb och det var en målsättning som vi infriade. När vi vände hemåt till Höllviken hade vi fightat hem fem guld, ett silver och ett brons.

Som coach för våra fina ungdomar kände jag stor stolthet över deras prestationer.

Så stort tack Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Nick Zulawinski,, Truls Engelsson, Khaled Fahkro, Isabelle Dahlqvist, Oscar Härstedt och Nils Johansson.



På grund av coronan blev det en rumphuggen säsong. Jag hade naturligtvis hoppats att alla våra duktiga ungdomar skulle få gå sina första ungdomsmatcher under 2020. Så blev det inte.

Isabelle Dahlqvist fick dock gå två ungdomsmatcher. Den första i Golden Girl, sen vid en gala i Trollhättan. Med på galan i Trollhättan var även Axel Härstedt. Det är alltid lika inspirerande att komma ut på olika platser och tävla. Det ger värdefull rutin.

Nu är det ett stort steg mellan diplom- och ungdomsmatcher. Det smäller mer i ungdomsmatcherna. Men våra ungdomar har rutin efter många diplommatcher, något de kommer ha nytta av framöver. Konkurrencen är stor i ungdomsklasserna, så segrar kommer varvas med förluster. Flera av våra ungdomar var med på landslagsläger under 2020, så de har fått en liten försmak på vad som väntar framöver.

Naturligtvis är det inte optimalt med en sönderslagen säsong. Våra ungdomar vill ju tävla. Men jag tycker ändå att coronaeländet hanterades bra av alla. Träningsivern, även när vi kämpade på utomhus, var det i alla fall inget fel på.



Jag är även förbundskapten för ungdomar och juniorer. Höstens höjdpunkt var EM i Bulgarien. Det var tredje gången jag var i Bulgarien på ett EM, första gången var jag där som aktiv boxare. Det är alltid spännande och nyttigt att få komma ut på de stora mästerskapen och stämna av den aktuella nivån för vad som gäller internationellt. Mina erfarenheter från de internationella mästerskapen är naturligtvis något som jag har nytta av i Höllvikens Boxningsklubb. I landslaget blev det även Ladies Cup i Riga. Vad gäller Golden Girl var det första gången som Sverige ställde upp med ett lag, så det blev både coaching för klubben och landslaget för min del. Kul.



Coronan ställde till stora problem för idrotten men vi i Höllvikens Boxningsklubb försökte direkt hitta lösningar och jag som ordförande är glad på vilket sätt vi lyckats ro hela vår stora verksamhet i hamn.

2021 kommer bli ett spännande år. På tävlingssidan men även om man ser på hela vår breda verksamhet. Det känns härligt att få vara ordförande för en klubb där optimismen spirar.

Tack alla i klubben för det ni gör för Höllvikens Boxningsklubb. Stort tack också till alla sponsorer som stöttar vår verksamhet.

LINA SKOGHAGEN



SPORTCHEFENS BERÄTTELSE

Vi ställer inte in – vi ställer om

2020 var inget vanligt år. Det var året då idrotten ställdes inför svåra prövningar på grund av coronaeländet. Även vår klubb drabbades av coronapandemin. Men redan i början av pandemin valde vi att tänka positivt och göra vårt bästa för att hålla verksamheten igång. Coronan skulle inte få knocka oss.

2020 började annars fantastiskt bra med att vi för andra året i rad blev Sveriges bästa klubb på diplomsidan och eftersom stommen i detta gäng från och med 2021 tar steget upp till "riktiga boxare" fanns det fog att blicka framåt med tillförsikt. Men coronaepidemin slog sönder all tävlingsverksamhet under det förra året. Naturligtvis trist men ungdomarna fortsatte att träna på som vanligt och under det här året väntar bland annat uppdrag i ungdomslandslaget för ett par av våra ungdomar.



2020 var året då vi såg uteträningen blomma ut. Vi började bygga utegymmet i början av sommaren, tack vare företagssponsorer, Skåneidrotten och Vellinge kommun (politikerna och tjänstemännen där) kunde vi bygga vårt utegym med ljusslinga, däck, säckar och spån. Normalt är sommaren en tid då knattar och ungdomar tar sommarlov och ägnar sig åt andra aktiviteter än boxningsträning, men coronasommaren 2020 blev det annorlunda. Det blev en sommar då vi hade fullt tryck på träningarna med en massa träningsugna ungdomar. Allt detta kunde vi gå i land med tack vare alla våra duktiga ledare. Under året blev det också tillfälle till att fortutbilda 30-talet ledare.

På höstkanten fanns det lite orosmoln då regeringen stängde ner idrotten inomhus. Men vi gjorde det ovanliga vanligt, det vill säga vi fortsatte att träna utomhus även om det regnade småspik. Från LLL, det vill säga våra äldre motionärer, hördes inte det minsta gnäll att behöva slå på sandsäcken tidigt på morgonen när vädret var som sämst. Det är underbart att få möta dagen med att träna dessa spänstiga äldre kvinnor och män. Det är träningspass där det alltid finns plats för garv mitt i all träningsiver.



Det har varit ett hektiskt år med träning veckans alla dagar. Hektiskt, men oerhört inspirerande och från kommuninvånarna har vi fått en fantastisk respons.

Ett projekt som jag är otroligt stolt över är arbetet med Värdehuset där vi bland annat har många volontärer som ska hjälpa skolungdomar med läsläsning. Vi hann kicka igång det hela men kort därefter tvingades vi stänga ner denna verksamhet på grund av pandemin. Men under 2021 kommer Värdehuset att blomma ut. Vår målsättning är att Värdehuset ska vara en plats där alla ska kunna mötas, ung som gammal.



För egen del blev jag under 2020 klar med min ettåriga utbildning på Bosön, idrottspsykologi och ledare. Så nu kan jag kalla mig idrottsmentor. Jag höll under året ett par spännande föreläsningar, bland annat en för det svenska seglingslandslaget.

Under hösten kunde vi hälsa Höllvikens Kraftsportklubb välkomna till våra lokaler. Genom Höllvikens Kraftsportklubbs inträde hos oss har styrkelyftslokalen fått en uppfräschning.

Jag vill avslutningsvis tacka styrelse, ledare, aktiva och motionärer i klubben, plus alla som på olika sätt stöttar oss. Ni är alla supergrymma.

KEN KVIST



STYRELSE

Styrelsen har under 2020 haft följande sammansättning:

Ordinarie ledamöter

Lina Skoghagen	Ordförande
Magnus Nilsson	Vice ordförande
Pär Norén	Kassör
Jennie Härstedt	Sekreterare
Martin Sörensson	Ledamot
Joacim Ekstrand	Ledamot
Ida Kvist	Ledamot

Ersättare

Göran Persson
Per Wallon

Revisorer

Lennart Lind
Michelle Sörensson

Valberedning

Kent Hansson
Andreas Malmgren

Firmatecknare

Lina Skoghagen
Pär Norén

STYRELSENS ARBETE

Under verksamhetsåret har styrelsen haft fyra protokollförda möten samt ett konstituerande möte.

ÅRSMÖTE

På grund av restriktioner fick årsmötet skjutas upp flera gånger, men hölls slutligen den 30 september.

AKTIVA

Klubben har under 2020 haft följande aktiva tävlingsboxare:

Diplomboxare

Isabelle Dahlquist
Hugo Härstedt
Nils Johansson
Oscar Härstedt
Axel Härstedt
Truls Englesson
Nick Zulawinski
Khaled Fakhro

Matchboxare

Isabelle Dahlquist
Axel Härstedt

Proffsboxare

Patricia Berghult

LEDARE

Klubben har under 2020 haft följande ledare:

Ken Kvist
Albin Ruland
Lina Skoghagen
Mustafa El Molla
Jan Riikonen
Oscar Emard
Elin Malmgren
Emil Härstedt
Fabian Portehaut
Tanya Karlsson
Pär Norén
Björn Jacobsson
Jonas Cawalli Björkman
Pernilla Persson
Petra Jönsson Sjölin
Tanya Karlsson
Sebastian Källman
Enzo Björck
Filipha Hägg
Karoline Sigsjö
Eleonor Modeér
Neah Jensen
Mercedez Martel
Carl Nordeborg
Göran Persson
Tina Jacobsson
Nathalie Lindell
Stella Jaran
Filippa Segeldahl

Verksamheterna har inkluderat Miniknatte, Knatte, Diplom, Tonår, Motion, Ensamkommande, Cross-box, LLL (pensionärsträning) och Matchboxning.



Tävlingsverksamheten

DIPLOM-SM KK-ALL-ROUND/LIDKÖPING

60 kg (GULD)

Åttondel	Axel Härstedt vs Ruben Gustavsson, Värnamo BK	3-0
Kvart	Axel Härstedt vs Ben Anderberg, Hammarby IF	3-0
Semi	Axel Härstedt vs Ali Ahmed, BK Rapid	3-0
Final	Axel Härstedt vs Elliot Ekhamre, Eskilstuna BK	3-0

63 kg (GULD)

Kvart	Nick Zulawinski vs Tim Calmeti, Hammarby IF	3-0
Semi	Nick Zulawinski vs Omer Erovcic, IK Ymer	3-0
Final	Nick Zulawinski vs Adam Mohsen, Antares BK	3-0

46 kg (GULD)

Semi	Hugo Härstedt vs Harum Osman, Angered BC	3-0
Final	Hugo Härstedt vs Edin Fetah, BK Ringen	3-0

75 kg (GULD)

Semi	Khaled Fahkro vs Louis Boguaslowski, Angered BC	3-0
Final	Khaled Fahkro vs Leon Nilsson, BK Revansch	3-0

48 kg (GULD)

Final	Isabelle Dahlquist vs Martina Palm, IF Linnea	3-0
-------	---	-----

52 kg (SILVER)

Semi	Truls Englesson vs Adam Alsadi, Tranås	3-0
Final	Truls Englesson vs Adam Tegström, Umeå	1-2

36 kg (SILVER)

Semi	Oscar Härstedt vs Raman Grishanor, Örebro	3-0
Final	Oscar Härstedt vs Micke Musaer, Haninge	1-2

40 kg (BRONS)

Semi	Nils Johansson vs Mohammed Simmon, Angered BC	0-3
------	---	-----

HELSINGE, DANMARK, 1 FEBRUARI 2020

Nick Zulawinski vs Victor Kruse, Hornslet BK	0-5
Hugo Härstedt vs Issa Khattab, SIK Fight	0-5
Khaled Fahkro vs Oliver w Lykke, Hornslet BK	5-0
Truls Englesson vs Steven Windemuth, Gilleleje	2-3

GOLDEN GIRL, BORÅS, 31 JANUARI 2020

46 kg	Isabelle Dahlquist vs Jenny Simonsen, Trondheim KK	0-3
-------	--	-----

TROLLHÄTTAN, GALA, 26 SEPTEMBER 2020

50 kg	Isabelle Dahlquist vs Vilda Myström, Skoftebyns AIS	0-3
66 kg	Axel Härstedt vs Zinoviy Dragan, Majorna BK	0-3

DIPLOM-SM



Isabelle Dahlquist blev utsedd till bästa damboxare av Svenska boxningsförbundet.



Nästa hela truppen: Ken Kvist, Lina Skoghagen, Truls Englesson, Nick Zulawinski, Axel Härstedt, Khaled Fahkro, Isabelle Dahlquist, Oscar Härstedt och Hugo Härstedt. Saknas på bild gör Nils Johansson.

DOMARE

På grund av pandemin blev det sparsamt med uppdrag även för Höllvikens representant i den vita skjortan: Mats Olander.

På bilden tillsammans med Nils Johansson (rött linne) och Oscar Härstedt (blått linne).



Februari

Golden Girl

Borås

Mars

Norska mästerskapen

Trondheim, Norge

September

Landskamp

Vejle, Danmark

Oktober

Punch out

Göteborg

VÄRDERUMMET

Första rummet klart i ett framtida Värdehus

Höllvikens Boxningsklubb har under många år haft ambitionen att öppna ett Värdehus för att skapa en trygg plats för alla ungdomar på orten.

Värdehuset riktar sig till barn och unga och ska vara en trygg plats för möten mellan generationer och en plats att få hjälp med skolarbeten och läxor.

I Höllviken saknas det trygga platser där barn och ungdomar kan umgås och mötas, även om det finns en fritidsgård riktar sig denna enbart till elever på högstadiet. Höllvikens boxningsklubb är belägen i anslutning till en skola, där elevernas förutsättningar skiljer sig åt.

Vidare visar rapporter att de svenska skolresultaten sjunker. Ytterligare studier rapporterar att många av de barn och ungdomar som slutar idrotta gör detta i tidig tonår, bland annat på grund av yttre influenser och en bristande balans mellan fritid, vänner och skola.

Värderummet riktar sig till alla barn och ungdomar, oavsett medlemskap i föreningen och ålder. I Värderummet skall individerna kunna umgås mellan generationer och olika åldrar.

Detta kommer generera i ett positivt utbyte mellan barn och vuxen, samtidigt som de skapar en meningsfull fritid och trygghet hos de yngre. Vidare kommer rummet vara en plats dit klubbens boxare kan komma, både före och efter träning för att göra sitt skolarbete eller umgås med och träffa nya kompisar.

Under 2020 kunde klubben med stöd av bland andra Rotary öppna den första delen av Värdehuset.



UTBILDNINGAR

Mer än 10 procent av medlemmarna utbildade i personligt ledarskap

Vår populära utbildning i personligt ledarskap "De 7 goda vanorna" fortsatte under 2020. Vi har såhär långt diplomerat mer än 10 procent av våra medlemmar med stor framgång och ser framtida möjligheter att fortsätta arbetet med att utveckla våra medlemmars förmåga att leda sig själva och andra.

Vi tycker att detta arbete är viktigt för att vi tror att det hjälper våra medlemmar att nå de resultat som de vill nå i och utanför boxningsringen. Vi ser även detta arbete som en del av vår kultur som bygger på engagemang, samarbete och prestigelöshet.

Det finns väldigt bra tränarutbildningar inom boxningen som bland annat Svenska Boxningsförbundet erbjuder och som vi på klubben använder, men vad vi har saknat under årens lopp är utbildningar i det personliga ledarskapet: att lära medlemmar att ta ansvar och initiativ. Att skapa förtroende och att bygga upp sin integritet och sitt syfte.



FAKTA: DE 7 GODA VANORNA

- De 7 goda vanorna består av 7 tidlösa principer som har det personliga ledarskapet i fokus.
- Oavsett om du vill skapa stora eller små förändringar så får du här tillgång till synsätt som kommer att hjälpa dig att uppnå de resultat som du önskar i livet.
- Utmaningen börjar hos oss själva, vi har själva ansvaret för våra liv då beteende är en funktion av våra beslut och inte av våra omständigheter.

Utbildningar för framtiden



Våra allra yngsta framtida ledare fick en dag med Anders Svensson från RF SISU.

Färdig på Bosön



Ken Kvist gick klart den prestigefyllda ettåriga utbildningen i idrottspsykologi "Från talang till elit" vid Bosöns Idrotts-folkhögskola.



Ken Kvist tillsammans med Mathias och Ann Blomdahl.

NYTT SAMARBETE

Kraftsportsklubben flyttar in...

Höllvikens boxningsklubb bjuder på en späckad meny, året runt. Det finns nog ingen klubb i landet som har ett så brett program som Höllvikens Boxningsklubb.

Nu har en ny klubb och en ny sport sett dagens ljus i våra lokaler. Det är den nystartade klubben Höllvikens Kraftsportklubb.

Lyftarna håller till i klubbens gym.

– Den nya klubben har samma värderingar som Höllvikens boxningsklubb, det här kommer fungera fint. Lyftarklubben satsar precis som vi på ungdomen, säger Boxningsklubbens sportchef Ken Kvist.

– Tack vare våra sponsorer har vi fått ihop en del ny utrustning

som vi kan bygga vidare på. Utan Ken och boxningsklubben hade vi aldrig klarat av att genomföra detta och inte heller utan våra huvudsponsorer Formtoppen och Ica-Toppen, dessa fantastiska personer och organisationer som verkligen ställer upp och hjälper till, underbart att ha dessa personer i sin närhet, säger Mathias Blomdahl som är ordförande för den nya klubben. Mathias är även precis som hustrun Ann (bilden) och dottern Tindra aktiva styrkelyftare.

Styrkelyftssektionen på Formtoppen är därmed ett avslutat kapitel från årsskiftet. Höllvikens Atletclub bildades i mitten på 90-talet och hade sina lokaler på Fritidsgården. I 20 år var Höll-

vikens Atletclub en sektion på Formtoppen. Kent Hansson som var med och startade Höllvikens Boxningsklubb 1984 är den som gjort flest styrkelyftstävlingar för Höllvikens Atletclub, 73 stycken.

– Inga hard feelings alls när vi nu lämnar Formtoppen, tvärtom. Formtoppen kommer vara med och stötta oss, säger Mathias Blomdahl.

Ken Kvist:

–Det är kul med ett värdehus som sjuder av aktiviteter. Fortfarande kommer våra fighters ha tillgång till gymmet och det kommer funka hur bra som helst. Vi hälsar den nya klubben hjärtligt välkommen till oss och ser framemot ett gryyyt samarbete i framtiden.

VÅRA LOKALER

...och klubben flyttade ut och upp

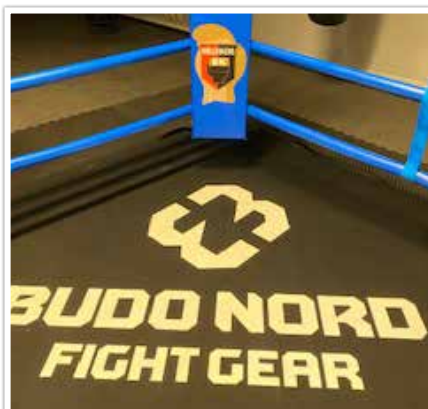
Det händer alltid saker med våra lokaler. De två största förändringarna under året var att vi fick tillgång till Fritidsgårdens aula alla helger och måndagar, samt att vi kunde bygga ett superhäftigt utomhusgym. Utegymmet var det mest utmärkande med tanke på att vi på grund av pandemin var begränsade i vår inomhusverksamhet.



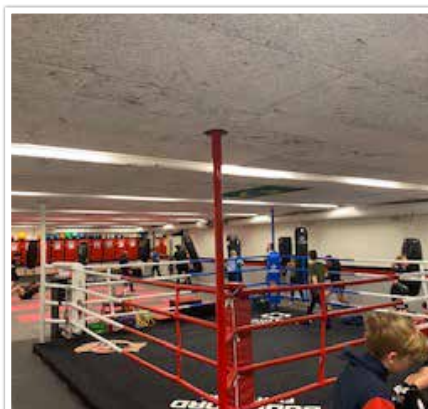
Stor succé för utegymmet med belysning.



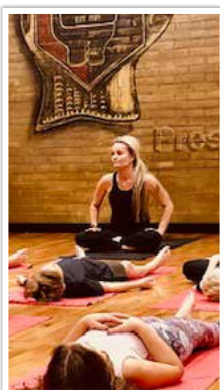
I alla väder kämpade vi på utomhus när pandemin slog till.



Källaren fick både ny boxningsring samt nytt ljudsystem och tonårsrummet blev uppräschat.



Ovanvåningen gav plats till tävlingsmatcher, yoga, crossbox, läger och föreläsningar.



Gymmet fick en uppräschning och togs över av nybildade Höllvikens Kraftsportklubb.

Länge Leve Livet (LLL)

Det fantastiskt framgångsrika konceptet Länge Leve Livet, där 60-plussare får träna på sina egna villkor, fortsätter. Göran Perssons nya liv uppmärksammades i VellingePosten och i mars blev det jubel i kyrkan när gänget gjorde entré till tonerna av "Eye of the Tiger" under en mässa med temat "Knockout for ondskan".



Länge leve livet!

En par morgnar i veckan är ett gäng pensionärer uppe med tuggan och beger sig till Hällvikens Boxningsklubb för att träna. Passet har det såklara namnet LLL, som står för Länge Leve Livet. Välkomna eftermiddagen. När Kent, som var med och startade Hällvikens Boxningsklubb 1984, är idag sponsrad och tränare.

– Jag har hållit på med boxning sedan jag var 20 år och tycker fortfarande att det är lika roligt. Det är bara att gå ut och träna och njuta av det. Det är ett stort pass för LLL. Det är ett stort pass för LLL. Det är ett stort pass för LLL.

Man utövar är viktigt och står det klart.

Man utövar är viktigt och står det klart.

HALLOWEENPARTY!

Öppet: Tors 16-18 • Fredag 12-17
Sista Högskolan i månaden 12-15

Egen tillverkning av sockerkonfekt med osttårter råvaror helt utan gelatin och AZO-färgämnen!

Ålder: Alla över 18 år
Plats: Hällvikens Boxningsklubb
Kontaktperson: Kent

Man utövar är viktigt och står det klart.

Man utövar är viktigt och står det klart.

Den här kvalitetsväska kan bli din för endast 349 kr!

Väskan frammanför du är bekväm, lätt att bära och har många fickor. Den är tillverkad i hög kvalitet och är LLL-sponsrad. Priset inkluderar skatt och frakt.

– Länge Leve Livet

Pris: 349 kr (inkl. skatt och frakt)

Kontakt: Kent

Vi är ett företag som arbetar med:

Över 75 år i branschen!

ELEKTRO-INSTALLATIONER AB

Det är vi som står för spänningen

Gör höstfint i trädgården!

Vi hjälper dig med både material och transporter

Allt din trädgård behöver:

- Stenmjöl
- Horpad jord
- Kulturler
- Mokadam

Övriga händelser



Peter Fredriksen på Peters Spelhåla har stöttat klubben under många år. Under 2020 bidrog han till att klubben fick in drygt 23 000 kronor från Svenska Spel.



Klubben ordnade en kostföreläsning med Lisa Kaptein Kvist.



HLR-utbildning för ledarna i klubben med stöd från Läkarhuset Ellenbogen och Dr Per Maxander.



FÖRELÄSNINGAR

Klubben får ofta förfrågningar om att föreläsa från olika aktörer. 2020 var ett begränsande år, men Ken Kvist hann föreläsa för både Skanör Falsterbo IF samt det svenska seglingslandslaget.



Sponsorer

Ett stort tack till alla fantasiska företag och organisationer som stöttat oss ekonomiskt under året.



**TEAM
SPORTIA**
butiker.teamsportia.se/hollviken



ElektroTeam AB
EL - TELE - DATA - LARM - INSTALLATION



Scania
REVISORER

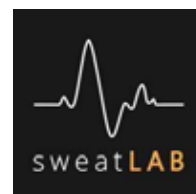



Samberg Bygg AB



Sparbanksstiftelsen
Skåne

haggenas-auto
Bilen Sportbilen Transportbilen



EROOM
FÖRVALTNINGSBOLAG

VELLINGE
BILBOLAG





**PRESTIGELÖSHET
SAMARBETE
ENGAGEMANG**