



HÖLLVIKENS BOXNINGSKLUBB

**VERKSAMHETS-
BERÄTTELSE
2019**

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Höllvikens BK – en klubb som nämns med respekt

2019 blev ett fantastiskt år för Höllvikens Boxningsklubb. För första gången blev vi bästa klubb på diplom-SM och det är något som jag känner stor stolthet över. Egentligen är jag inte överraskad över denna framgång då vi under flera år jobbat målmedvetet med diplomboxarna.

Ungdomarnas framfart i Söderköping redovisas på annan plats i verksamhetsberättelsen och det är verkligen en glädjande läsning.



Som idrottare vill man komma ut i världen och det gäller inte minst i vår sport. Det är genom att komma ut i annorlunda miljöer som man växer som idrottare. 2019 hade jag förmånen att få åka till Monkstown på Irland med fyra av våra ungdomar. Det blev en rejäl utdelning i form av tre guld och ett silver. Jag åkte med som tränare och hade hjälp i hörnan av Albin Ruland. Fyradagarsresan till Irland blev ett minne för både mig och ungdomarna. Det är genom att vara med på såna här turneringar som man härdas. När jag skriver dessa rader har Höllvikens Boxningsklubb även blivit bästa klubb 2020. Det känns fantastiskt att se hur ungdomarna har utvecklats. Nu tar många av ungdomarna steget från diplomboxare till matchboxare, det ska bli spännande att få vara med och skriva ett nytt kapitel i klubbens historia.



För egen del har året bjudit på många spännande resor. Som klubbtränare i Höllviken och som förbundskapten för det svenska ungdoms- och juniorlandslaget. Som aktiv funderade jag ibland hur det skulle kännas att vara ansvarig för ett landslag. Nu vet jag, det är skitkul och oerhört lärorikt. Det var häftigt att få göra en boxningsresa som innehöll 70 matcher och en EM-turnering, men att få coacha fram unga talanger, i klubben och landslaget, är också väldigt häftigt.



2018 valdes jag som ordförande för Höllvikens Boxningsklubb. Och jag har kommit in i en fas där klubben växer och växer. Vi har blivit 800 medlemmar och passen blir bara fler och fler. Höllvikens Boxningsklubb nämns med respekt i boxnings-Sverige.

Det fina med vår klubb är att vi tänker på saker och ting utanför boxen. Vi ska vara en klubb för alla, ung som gammal. Som tränare gäller det att se alla, man får vara coach, psykolog och extramamma. Som ledare och tränare för en idrottsklubb har man ett stort ansvar för ungdomar, det är ett ansvar som vi i Höllvikens Boxningsklubb tar på största ansvar. Jag vill tacka alla, boxare, ledare, styrelsemedlemmar, föräldrar och sponsorer som gör Höllvikens Boxningsklubb till en framgångsrik förening. Jag är säker på att 2020 kommer bli ett fantastiskt år för vår klubb.

LINA SKOGHAGEN

SPORTCHEFENS BERÄTTELSE

Ännu ett år med världens bästa jobb

Som aktiv och idrottsledare i Höllvikens Boxningsklubb har jag varit med om många fantastiska saker.

2019 fick jag på det personliga planet i min ledargärning uppleva något stort, ja direkt magiskt och det största jag varit med om som ledare.

Jag utsågs till Årets Eldsjäl och Årets Ledare på en stor gala på Berns i Stockholm inför 200 inbjudna gäster. Jag blev naturligtvis lycklig, rörd och stolt när mitt namn lästes upp som vinnare. Jag vill tacka alla de personer i min idrottsliga vardag som gjort detta möjligt, det är genom att omge sig med kloka och omtänksamma personer som man själv utvecklas som idrottsledare. Jag brukar säga att "man ska inte göra saker med en baktanke, för då gör man business". Det är en enkel och rak filosofi.

Jag har världens bästa jobb som sportchef och tränare i Höllvikens Boxningsklubb. För så upplever jag det hela. Jag får ju jobba med ungdomar och äldre i boxningslokalen och träffa fantastiska människor som är villiga att hjälpa oss i rollen som sponsorer.

En nybliven sponsor heter Jonas Karlsson som driver bilföretaget Hägenäs AB i Hörby. Han har imponerats av klubbens breddverksamhet och sociala engagemang. Sen tidigare har vi ICA-Toppens Jens Bertilzon som på ett fantastiskt sätt hjälper klubben. På tal om stor-sponsor så måste jag verkligen lyfta fram idrottskiropraktikern Per Lidelfelt som har stöttat oss med boxningshandskar till alla motionärer, tonåringar och knattar. Jag vill tackade alla de sponsorer och supportrar som på ett fantastisk sätt hjälper Höllvikens Boxningsklubb att bli världens bästa klubb. Jag vill också rikta mitt tack till Vellinge Kommun som på olika sätt stöttar oss och även till Elektro-Team AB som stöttar i både stort och smått och bland annat instiftat ett stipendium på 2000 kr per termin till en ungdomsledare eller -boxare som gjort det där lilla extra.

Höllvikens Boxningsklubb har utvecklats på ett fantastiskt sätt. I skrivande stund är vi över 800 medlemmar och det är nästan så att man får nypa sig i armen. Om någon för tio år sen hade sagt att Höllvikens Boxningsklubb skulle ha tre pass i veckan för grånande seniorer hade denna person inte blivit tagen på allvar. Men LLL (Länge Leve Livet) har blivit en supersuccé. Män och kvinnor från 60 år och uppåt träffas två gånger i veckan för att boxningsmotionera och ibland även en gång i veckan för att träna tyngdlyftning. Sommaren 2019 flyttade vi ut träningen på stranden vilket fick stor uppmärksamhet. Vem blir inte inspirerad av äldre män och kvinnor som skuggboxas längs stranden?

Vid den stora Eldsjälsgalan i Stockholm nämnde jag Isabelle Dahlqvists resa under mitt tal. Hur hon trots tuffa förutsättningar lyckades ta guld på diplom-SM. Isabelle blev opererad i höften och satt ett tag i rullstol. Hon förlorade sina nio första matcher. Men Isabelle är en fighter. Hon gav inte upp och det gav också resultat. Jag tittade ut i Berns salong under mitt tal om Isabelle och såg att många hade tårar i ögonen.

Under året hade vi ett bejublat Öppet Hus, alla fick komma och se vår breda verksamhet och vi fick en enorm respons. Höllvikens Boxningsklubb har genom året också haft flera internutbildningar, något som rönt stort intresse.

Det är med stor tillförsikt jag blickar fram mot ännu ett år som sportchef för Höllvikens Boxningsklubb. Strävan att bli ännu bättre finns hos oss alla i denna klubb.

KEN KVIST



STYRELSE

Styrelsen har under 2019 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

Tina Malmberg
Natalie Lindell
Per Wallon

Revisorer

Lennart Lind
Michelle Sörensson

Valberedning

Kent Hansson
Andreas Malmgren

STYRELSENS ARBETE

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

ÅRSMÖTE

Årsmötet hölls i klubbens lokaler den 18 mars 2019.

AKTIVA

Klubben har under 2019 haft följande aktiva tävlingsboxare:

Diplomboxare

Isabelle Dahlquist
 Hugo Härstedt
 Nils Johansson
 Benjamin Nileborg
 Krisztian Nileborg
 Hugo Härstedt
 Axel Härstedt
 Truls Englesson
 Nick Zulawinski
 Khaled Fakhro

Matchboxare

Ali Al-Sibahee

Proffsboxare

Patricia Berghult

LEDARE

Klubben har under 2019 haft följande ledare:

Ken Kvist
 Albin Ruland
 Lina Skoghagen
 Mustafa El Molla
 Joakim Berghult
 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
 Filiphä Hägg
 Karoline Sigsjö
 Eleonor Modeér
 Neah Jensen
 Nasir Naseri
 Elias Naseri
 Mercedes Martel
 Carl Nordeborg
 Göran Persson
 Nathalie Lindell
 Stella Jaran
 Filippa Segeldahl

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

Tävlingsverksamheten

Diplom-, ungdoms-, junior-, senior- och proffsboxare från Höllvikens Boxningsklubb har deltagit på följande tävlingar under året:

JANUARI

FIGHTER-Serien, Sölvesborg

Khaled Fakhro, Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

FEBRUARI

FIGHTER-Serien, Helsingborg

Khaled Fakhro, Benjamin Nileborg, Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

Svenska Diplom-mästerskapen, Söderköping

Khaled Fakhro, Benjamin Nileborg, , Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

MARS

FIGHTER-Serien, Kristianstad

Benjamin Nileborg, Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski

Hvidovre/DK, Internationell turnering

Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

APRIL

FIGHTER-Serien, Höllviken

Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski, Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt.

JUNI

Monkstown, Irland, Internationell turnering

Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

SEPTEMBER

Sydsvenska Mästerskapen, Malmö, Internationell turnering

Khaled Fakhro, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski, Ali-Al Sibahee.

Haslev Box Cup internationell turnering

Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

OKTOBER

Gilleleje, Danmark, proffs-gala

Hugo Härstedt.

Hilleröd Box cup, internationell turnering

Khaled Fakhro, Benjamin Nileborg, Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Isabelle Dahlquist, Truls Englesson, Nick Zulawinski.

FIGHTER-serien Helsingborg

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

NOVEMBER

Höje-Tåstrup, Danmark, Internationell Gala

Khaled Fakhro

King Of The Ring, Borås, Internationell turnering

Khaled Fakhro, Benjamin Nileborg, Krisztian Nileborg, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Truls Englesson, Nick Zulawinski, Ali-Al Sibahee.

FIGHTER-Serien, Höllviken

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

Bilder från tävlingsverksamheten



Hugo Härstedt fick erbjudande att boxa förmatch på en proffsgala i Danmark. I en mycket jämn och välboxad match förlorade han knappt men klart. Vi tog alla grym lärdom av denna häftiga tävling i världsklass. Här tillsammans med Ken Kvist och Lina Skoghagen.



Stolta, glada och tacksamma. Alla Höllvikens boxare gick till final i Monkstown på Irland: Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Truls Englesson, Nick Zulawinski. Fantastiskt ledarskap med Lina Skoghagen och Albin Ruland samt underbart medresande stöttande föräldrar till alla boxarna.



Sydsvenska Mästerskapen gav fyra guld och tre silver för våra sju boxare.



Isabell Dahlquist stod för dagens största prestation på Hilleröd Box Cup och utsågs till bästa boxare.



Hugo Härstedt tog guld i den stora internationella turneringen King of the Ring i Borås. Guld även till Truls Englesson, Axel Härstedt och Nick Zulawinski.

DIPLOM-SM



Höllvikens BK tog hem Fighterserien igen efter en lång och framgångsrik diplomsäsong.



Höllviken blev bästa klubb på diplom-SM.



Domare

Mats Olander fortsätter att representera klubben som en av landets mest anlitade och respekterade domare. Under året räknade han in 408 matcher som ring- och poängdomare, plus ett stort antal diplommatcher. Här är några av evenen han deltog i:



Mars	Hvidovre Box Cup Diplom Nordiska Mästerskapen	Danmark Kristianstad Finland
April	Diplom	Höllviken
Juni	Halmstad European Games, inkl EM för herr-seniorer	Minsk, Vitryssland
September	Gala Sydsvenska Mästerskapen Gripen Box Cup	Ystad Malmö Söderköping
Oktober	Hilleröd Box Cup Diplom	Danmark Norrköping
November	Danska Mästerskapen King of the Ring Diplom	Jyllinge, Danmark Borås Höllviken
December	SM	Köping

UNGDOMSSTYRELSEN

Utveckling och gemenskap

Ungdomsstyrelsen har som syfte och mål att sträva efter att involvera och engagera fler unga ledare och framtida huvudstyrelsemedlemmar i föreningens verksamhet. De unga ledarna utgör trots allt föreningens framtid och är därmed en viktig grundsten i föreningens verksamhet.

Vi vill ge unga ledare möjligheter att växa, både som ledare och som individer, samt tillgodose de verktyg som behövs för att fortsätta arbeta inom föreningslivet. Ett indirekt mål är därigenom att skapa en gemenskap vilken handlar för att skapa nyttiga samhällsmedborgare genom delaktighet, skapande och ett motto som betonar "Idrott för alla – oavsett hur du väljer att engagera dig inom idrotten".

Under året som gått har Ungdomsstyrelsen fortsatt arbeta mot målen genom att öppna upp ett engagemang gentemot klubbens verksamhet.

Den 7:e september utfördes ett stort event för att fira klubbens 35:e verksamma år. Dagen anordnades i samarbete mellan klubbens huvudstyrelse och ungdomsstyrelse. Eventet utgjordes av stort Öppet hus där alla boxningsklubbens medlemmar och bekanta fick medverka. Öppet hus erbjöd gratis möjligheter att medverka på flera olika träningspass, däribland cross-box, föräldrar- och barnträning, LLL-träning (Länge Leve Livet), träning för tonårstjejer, knatteträning och matchboxarträning med sparring. Framemot eftermiddagen grillades det korv och bröd och på kvällen firade klubbens ledare och tränare med en välförtjänt middag och avslutning på Millennium. Eventet har i efterhand fått mycket positiv feedback från de som medverkade och ungdomsstyrelsen anser att eventet fyllde ett mycket viktigt syfte; att skapa en starkare gemenskap inom föreningen samt att erbjuda en rolig avslutning på sommarträningen och en god uppstart av höstterminen för samtliga av klubbens medlemmar.

Den 9:e till 10:e november anordnades ytterligare ett projekt av representanter från både huvudstyrelsen och ungdomsstyrelsen vilket utgjordes av en helgutbildning öppen för klubbens unga tränare samt ungdomsstyrelsens medlemmar. Projektet

utfördes på Falsterbo kursgård och i samarbete med Skåneidrotten SISU-utbildarna. Utbildningen bestod av två delar, en del med fokus föreningskunskap och en del med fokus projektplanering. Under helgen fick vi även ta del av en fantastisk inspirationsföreläsning av Caxton Njuki vilken var öppen för samtliga av klubbens medlemmar. De medverkande ledarna och tränarna kände sig mycket nöjda med de nya kunskaperna utbildningen givit dem. Vi i ungdomsstyrelsen anser att projektet hade en god koppling till våra grundläggande mål för verksamheten.



Utöver de större projekten har ungdomsstyrelsen medlemmar tillsammans med andra tränare på klubben assisterat som huvudtränare på extrapass i form av sommarträningar för ungdomar.



Fullt med folk när Ungdomsstyrelsen ordnade Öppet hus 7 september.

FUTURE FIGHTING BOXING CAMP

FFBC sätter punkt efter tio fantastiska år

Sista Future Fighter Boxing Camp genomfördes under fyra dagar i Höllviken, 30 maj – 3 juni och firade dessutom 10 år. Många nya men även mer rutinerade boxare/tränare/ledare var på plats för att träna, lyssna på inspiratörer, bada, busa och ha det väldigt roligt!

I sedvanlig ordning hölls morgonträningarna på Kämpingestranden och boxarna delades in i olika grupper för att underlätta träningarna då deltagantalet var ca 100. Tre träningspass per dag där alla boxare har fått vara på klubben och Falsterbo Kursgård (utomhus) med rullande schema på träningarna och passens innehåll.

I år var även Svenska Boxningsförbundet där med sina Ungdom- & Juniorboxare (dam/herr) och dess landslagscoacher Mikael Broman & Lina Skoghagen samt besök av tyska damboxare och deras tränare proffsboxaren Maria Lindberg. Detta gav även alla boxare möjligheten att träna och umgås med eliten oavsett vilken nivå man är på.

Möjligheten till Tränarutbildning Steg I under helgen gavs i samarbete med Svenska Boxningsförbundet och kursledare Meseret Bede. Ett härligt gäng nya tränare klarade av utbildningen galant och fick även öva praktiska delen på lägre boxare.

Föreläsare under helgen var Lisa Kaptein Kvist, Caxton Njuki och Torkild Sköld.

Ledorden prestigelöshet, engagemang och samarbete genomsyrade hela helgen - precis som de gjort under dessa tio år.

Future Fighter Boxing Camp Crew tackar för allt!

Ida Kvist, Ken Kvist, Mikael Broman, Majid Jelili, Evelina Andersson, Roar Tangenes & Ivan Simic



UTBILDNINGAR

Fortsatt utbildning i De 7 goda vanorna

Även under 2019 fortsatte vi med vår populära workshop i personligt ledarskap med bas i metoden "De 7 goda vanorna". Vi har såhär långt diplomerat 10 procent av våra medlemmar med stor framgång och ser framtida möjligheter att fortsätta detta arbete även under 2020 för möjligheten 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, att skapa förtroende, integritet, engagemang och 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.



Ordförande Lina Skoghagen blev färdig Steg 4-tränare.



Ken Kvist utbildade sig på Bosön inom idrottspsykologi – från talang till elit.



UTMÄRKELSER

Omtumlande när Ken blev Årets Eldsjäl

Den 14 mars 2019 är ett datum som Höllvikens Boxningsklubbs sportchef Ken Kvist inte glömmer i första taget. Det var då han inför en hänförd publik på Berns i Stockholm blev utsedd till Årets Ledare och Årets Eldsjäl.

– Omtumlande, överkligt och alldeles underbart, det var väl så jag kände det under den här kvällen, säger Ken Kvist.

Höllvikens sportchef och tränare åkte glad i hågen till 08-staden med förhoppningar om att få vara med om sitt livs äventyr. Så blev det också.

– Jag hade natten före Eldsjälsgalan haft en dröm. Jag drömde om att jag svingade mig fram genom Berns salonger med en bilnyckel i ena näven. Det var nycklar till vinnaren av den Volkswagen T-roc som gick till Eldsjälsvinnaren, säger Ken Kvist.

– Det är svårt att beskriva den här magiska aftonen. På scenen stod vi fyra som redan hade vunnit var sin kategori, jag som Årets Ledare. Vi var jätteglada över att vi hade vunnit var sitt prestigepris och var nu jättenöjda att ha blivit nominerade till Årets Eldsjäl. Jag hoppades förstås på vinst, men bara en kan vinna och jag försökte bara njuta av stunden där uppe på scenen.

Vad kände du i ögonblicket då du utropades som vinnare av Eldsjälspiset?

– Det var många känslor på en och samma gång.

Lyckorus och en omtumlande känsla for genom huvudet. Jag kände en enorm tacksamhet över alla de som röstat på mig. Årets Eldsjäl är ofattbart stort, det förstår jag efter att ha sett alla skrivelser och grattishälsningar. Men kanske är Årets Ledare ännu större. Svensk idrott behöver fler duktiga och engagerade ledare.

Ken Kvist fick smattrande applåder på Berns. Ingen tvekan om att han gick hem hos publiken.

Ken fick, förutom en tung pokal, även lite prischeckar.

Först 25.000 kronor som han satte in i klubbens värdefond, sen 50.000 som gick till ett projekt på klubben.

– Projektet Värdehuset är redan påbörjat. Jag går in i detta med stor optimism. På Värdehuset ska vi bygga en samlingsplats som får människor att växa. Samarbeta med skola och näringsliv ska vi utveckla på ett fantastiskt sätt, säger Ken Kvist.

– Jag känner stor glädje och stolthet över dessa två priser som jag erhöll. Jag fick stor uppmärksamhet, men regnar det på prästen så skvätter det på klockaren som man brukar säga. Det vill säga att Höllvikens Boxningsklubb och dess medlemmar hamnar också i fokus. Nu ska vi tillsammans göra klubben ännu starkare.



Knappt hemkommen från segern på Malta åkte Patricia och Jocke till klubben för att kolla på diplomtävlingar och visa upp sina dubbla världsmästarbälten.

PROFFSKOLLEN



Ett mästarbälte blev två

Patricia Berghult fortsätter att rada upp segrar i boxningsringen. I november 2019 blev hon världsmästare för två organisationer och det mottogs förstås med jubel hos medlemmarna i Höllvikens Boxningsklubb.

– Proffssatsningen har gått som jag hoppats på. Jag vinner och utvecklas hela tiden, säger Patricia.

Patricia fick sin boxningsuppfostran i Höllviken. Hon gick 92 diplommatcher och 77 riktiga fighter. Hon vann sex SM-guld, diplom, ungdom/junior och senior. Hon vann flera tunga internationella titlar.

I november mötte Patricia Hannah Rankin på Malta, där skotskan har sin bas. Redan efter tio sekunder fick Patricia in en bra träff som tvingade Rankin att syna ringgolvet. Skotskan kom dock upp och fighten gick tiden ut

(tio ronder). Rankin hade hoppas få jubla inför hemmapubliken men det var Patricia som kunde sträcka händerna i luften. Patricia grät också öppet i ringen när hon intervjuades.

– Jag kände lycka och lättnad, sa Patricia.

På Malta vann hon IBO:s mästarbälte och WBC:s interimbälte, sen tidigare har hon bältet för Royal Boxing Organisation. För att poängvinna på bortaplan mot en tuff motståndare krävs att man plockar fram hela sitt boxningskunnande och det var just det som Patricia gjorde mot Hannah Rankin. Berghult hade styrkan, farten, explosiviteten och kylan i sin boxning. Det var en fröjd att se hennes framfart i ringen.

Direkt efter hemkomsten från Malta åkte Patricia och hennes pappa och tränare, Jocke Berghult, till Höllvikens Boxningsklubb för

att se på diplomboxningar. Då fick Höllvikens framtidsboxare tillfälle att kolla in Patricias mästarbälte.

– Ja, jag hoppas att jag kan vara ett föredöme och en inspirationskälla för dessa ungdomar, säger Patricia.

Hon har naturligtvis ett stort stöd av sin pappa och tränare, Jocke Berghult och promotorn Kamran Kabinejad i Örebro.

– Det krävs mycket jobb bakom såna här framgångar, men Patricia är en målmedveten boxare, säger Jocke Berghult, som har varit tränare och styrelseledamot i Höllvikens Boxningsklubb. Numera är det satsningen på Patricia som gäller.

KENT HANSSON

Samarbeten



Granviks förskola kom på besök för att lära sig boxning, respekt, disciplin och koncentration.



Elevrådet på Sandeplanskolan tog med hjälp av klubben ett initiativ till ett projekt för ökad trivsel och studiero i skolan.



Magnus Dirnberger och Lisa Wieslander höll en inspirerande föreläsning och workshop i styrketräning och funktionell fitness.



Monica Hallworth startade Näringslivsuppropet – en träffpunkt där föreningar, näringsliv, kommun och arbetsförmedling kan nätverka och växa.



Tennistalangen Fredrika Runström kör styrketräning hos klubben.



Trelleborgs FF:s pojklag kom och tränade hos klubben.

Övriga händelser



Den 9 maj deltog vi i Näringslivs- och idrottsgalan där Vellinge kommun uppmärksammade och firade det lokala närings- och föreningslivet.



Föräldra/barn-träningen är lika populär som alltid.



Skånes Bästa ungdomsledare Michelle Sörensson (fd Nevhage) är tillbaka i verksamheten igen. Hon har dessutom gift sig med en av klubbens styrelseledamöter Martin Sörensson.



Gruppen med tonårstjejer växer - en träningsform som blandar boxning, styrketräning och socialt umgänge.

FÖRELÄSNINGAR

Klubben får förfrågningar om att föreläsa från många olika aktörer. Här är några av dem vi varit hos under 2019:

- Skåneidrotten: "Den moderna föreningen engagerar"
- Vellinge kommuns rektorer och förstelärare
- Kungliga Segelsällskapet
- Rotary Malmö: "Att växa"
- Skanör/Falsterbo IF
- Svenska Boxningsförbundet - Steg 1 utbildning



Övriga händelser



Medlemmen Jacob Jacobsson (JJ), vann för andra året i rad X 35-klassen i seglings-VM, och kan nu titulera sig dubbel världsmästare. Jacob är en av många elitidrottare som valt boxningsträning som ett komplement för att förbättra den fysiska styrkan, uthållighet, smidighet och kondition.



Idrottsrådet är ett samarbete mellan föreningarna i Vellinge och kommunen, mfl. I år arrangerades Idrottsrundan där föreningarna får chansen att visa upp sin sport och låta alla testa.



Yoga med extra allt. I maj drogs ett projekt igång där eleverna i åk 4-9 på Sandeplanskolan kunde komma och köra Yoga på morgonen tillsammans med föräldrar, lärare och pensionärer från LLL-gruppen. Efter passet serverade LLL frukost till alla med stöd från ICA Toppen. "Bra exempel på vad samverkan mellan föreningsliv, skola och näringsliv kan åstadkomma", skrev kommunalrådet Carina Wutzler på Facebook efteråt.



Paolo Roberto kom på besök och höll en föreläsning.



Barnen från Lida

En grupp barn från vitryska Lida har varit på besök hos oss både 2018 och 2019.

Barnen kommer från extremt tuff bakgrund där oftast föräldrarna avlidit pga drogmissbruk och myndigheter först ryckt in när föräldrarna försvunnit, så man kan bara föreställa sig vad dom varit med om innan detta.

Flera av dessa barn har blivit tvungna att ta hand om sig själv från tidig ålder och aldrig fått vara barn men när dom kommer ner på kollot i Höllviken kan barnen vara bara barn åtminstone för tre veckor och bara njuta.

Lions har samlat in pengar under flera år för att stötta detta men också försökt hjälpa till för att förgylla tiden för barnen när dom varit där och många har hjälpt med läsk, godis, chips, mat, leksaker och även med små saker. Det har varit fantastiskt att se vilken glädje dessa barn visat för dessa saker som för oss och våra barn kanske hade ses som banala men för dessa barn som aldrig ägt något själv.

Övriga händelser

LÄNGE LEVE LIVET

LLL-gruppen har blivit en enorm succé som uppmärksammas på flera olika håll under året. Det som började som personlig träning för ett par gubbar har utvecklats till en grupp med ett 50-tal pensionärer som tränar och skrattar tillsammans. Som i alla våra pass så arbetar vi med boxningsträning men vi har lagt lite extra kärlek för övningar såsom balans, koordination, smidighet. På dessa pass öppnas dörrarna lite innan själva träningen sätter igång för snack och babbel och efteråt är kaffekokaren laddad - för en afterbox-kaffe är lika viktigt som passet i sig.
- Vi har ett enda krav. Ingen får gnälla! under LLL-passen.



Gratis julträning för alla!



Här bygger vi starka barn.

Sponsorer

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

