



HÖLLVIKENS BOXNINGSKLUBB

**VERKSAMHETS-
BERÄTTELSE
2018**

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Ett fantastiskt debutantår i ordföranderollen

Mitt första år som ordförande för Höllvikens Boxningsklubb har passerat. Efter moget övervägande beslöt jag mig för att lägga handskarna på hyllan inför 2018 och jag kan blicka tillbaka på en bra boxningskarriär med bland annat deltagande på EM.

Men allt roligt har ett slut.

Nu har jag tagit ett nytt kliv inom boxningen. Jag blev hedrad när jag fick förfrågan om jag ville bli ordförande för Höllvikens Boxningsklubb. Höllviken är en klubb i tiden. Vi har i klubbens snart 35-åriga historia aldrig haft en bättre bredd på verksamheten.



Det har varit ett otroligt fint år.

I mars arrangerade vi diplom-SM hemma i Halörhallen och det blev på alla sätt och vis ett framgångsrikt mästerskap: sportsligt och arrangörsmässigt.

Trots glappet på matchboxare sedan Patricia Berghult gått över till proffs och Mustafa El-Molla har tagit en paus och jag har bytt över till tränarsidan så ser det ljusst ut inför framtiden. Vi har ett stort gäng yngre talangfulla boxare som har framtiden framför sig och det ska bli spännande att följa.

När detta skrivs har Höllviken precis blivit bästa klubb på diplom-SM.



Ken Kvist som är sportchef i klubben har sedan långt tillbaka haft ett stort intresse för ledarskap. Tillsammans med Pär Norén som tränar i klubben som motionär samt old-boys mästare spånade de på idén att utveckla klubbens ledare.

Pär tog kontakt med Franklin Covey och frågade om vi fick använda oss av deras världskända ledarskapsutbildning "De 7 goda vanorna". Efter positivt besked drogs den satsningen på klubben igång och vi blev historiska i att som första idrottsförening utbilda våra medlemmar i deras utbildning.

Utbildningen fortsätter med flera utbildningstillfällen även under 2019.



Ungdomsstyrelsen anordnade ungdomens dag vid ett tillfälle för att aktivera fler ungdomar i kommunen genom att ge de möjlighet att gratis testa på olika aktiviteter på klubben.

Under hösten blev jag tillfrågad från landslaget att bli assisterande tränare för damlandslaget ungdom/junior. En ära för mig som ska bli enormt spännande och starta upp med i början på 2019.

Glädjande besked kom även i slutet av året att vår sportchef Ken Kvist blivit nominerad till årets ledare i Eldsjälsgalan som kommer gå i mars 2019. TV4 var på klubben i december och filmade ett reportage om Ken.



Lina Skoghagen
Ordförande

SPORTCHEFENS RAPPORT

Nya rollfördelningar och fantastiska framgångar

Ar 2018 blev ännu ett spännande år för mig i Höllvikens Boxningsklubb. Jag avgick vid årsmötet som ordförande och det var jag själv som hade flaggat för ett byte på posten.

Ny ordförande blev Lina Skoghagen och jag fick istället titeln sportchef vilket innebär att jag blir ansvarig för den operativa verksamheten i klubben.

Lina var en duktig boxare som aktiv, jag skriver *var* för det troliga är att hon har lagt handskarna på hyllan. Men Lina har så mycket mer att ge som ledare.

I min egenskap som sportchef kommer jag att finnas vid Linas sida och stötta henne framöver.



SM i diplomboxning var klubbens stora arrangörsutmaning under 2018. Mästerskapet avhölls i Halörshallen i mars och blev en stor succé. Höllviken tog inte mindre än sju medaljer, varav tre av den ädlare valören. Ett facit som gjorde mig oerhört stolt. Med detta resultat blev vi den tredje bästa klubben i Sverige.

I diplomserien kom vi på första plats.

Så framtiden ser oerhört lovande ut.

Carina Wutzler invigningstalade och vi känner stor tacksamhet mot henne och de styrande i kommunen. Stort tack också till Höllvikens innebandy som ställde sig positivt till vårt arrangörsskap. Halörshallen är ju innebandyns borg i Höllviken.



Numera har vi träning sju dagar i veckan på Fritidsgården. LLL-gruppen (Länge Leve Livet) fick rejält fart under 2018 med pigga äldre damer och herrar som tränar två dagar i veckan med start klockan 08.00.



Jag leder träningarna och imponeras av dessa spänstiga grå pantrar. Åtskilliga är de artiklar som



skrivits i tidningarna om LLL och det känns naturligtvis kul att vi får denna uppmärksamhet. Jag kan inte nog poängtera vikten av att hålla sig i form när man kommer upp i åren.

Det är aldrig för sent att börja träna, det har många i LLL-församlingen visat.



I slutet av året blev det klart att jag hade nominerats till årets eldsjäl. Jag fick till ett "wow" och glädjen for genom hela kroppen. Jag åker till Stockholm och är med i direktsändning den 14 mars. Alltså, jag är framme vid grand finale, en av fyra som kan vinna detta fantastiska pris. Det känns överkligt och jag är oerhört stolt över att få vara kandidat till denna utmärkelse. Men bara det att jag är en av kandidater är en vinst i sig.



Under året har vi haft workshops i personligt ledarskap, något som har rönt stort intresse bland våra ledare. De 7 goda vanorna är en bok som alla borde läsa.



Engagemang, samarbete och prestigelöshet är mina ledord. Det är ord som numera genomsyrar allt vårt arbete i klubben. Därför är det med stor tillförsikt jag blickar fram mot det här året.

Slutligen ett stort tack till alla- boxare, ledare, styrelseledamöter, sponsorer som gör Höllvikens Boxningsklubb till en klubb i tiden. Detta år fyller Höllvikens Boxningsklubb 35 år och det kommer, om man så säger, inte gå obemärkt förbi.

Fight on!

Ken Kvist
Sportchef

STYRELSE

Styrelsen har under 2018 haft följande sammansättning:

Ordinarie ledamöter

Lina Skoghagen	Ordförande
Magnus Nilsson	Vice ordförande
Joakim Berghult	Kassör
Jennie Härstedt	Sekreterare
Mats Olander	Ledamot
Joacim Ekstrand	Ledamot
Martin Sörensson	Ledamot

Ersättare

Elin Malmgren
Pernilla Persson

Revisorer

Lennart Lind
Michelle Nevhage

Valberedning

Kent Hansson
Andreas Malmgren

STYRELSENS ARBETE

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

ÅRSMÖTE

Årsmötet hölls i klubbens lokaler den 11 februari 2018.

AKTIVA

Klubben har under 2018 haft följande aktiva tävlingsboxare:

Diplomboxare

Isabelle Dahlquist
Benjamin Nileborg
Jalmar Andersson
Tim Christensen
Krisztian Nileborg
Hugo Härstedt
Axel Härstedt
Nick Zulawinski
Khaled Fahkro
Truls Englesson

Matchboxare

Patricia Berghult
Viktor Råstedt



Viktor Råstedt efter kvartfinalseger i King of the Ring i Borås.



Filippa Fredgard är kanske Sveriges yngsta boxningstränare.



Ken Kvist tillsammans med Albin Rulandh som har varit engagerad i klubben från och till sedan knattetiden.



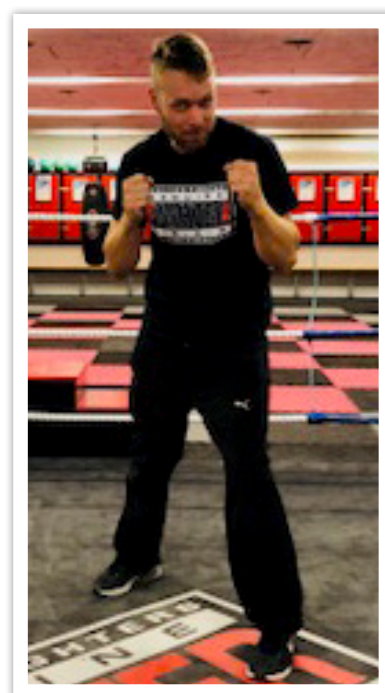
Ungdomstränarna Neah Jensen och Eleonor Moeder.

LEDARE

Klubben har under 2018 haft följande ledare:

Andreas Malmgren
Elin Malmgren
Emil Härstedt
Pernilla Persson
Fabian Portehaut
Lina Skoghagen
Björn Jacobsson
Jonas Cawalli Björkman
Carl Nordeborg
Carl Brouwer
Nathalie Tedfors Lindell
Mats Olander
Jan Riikonen
Joakim Berghult
Pär Norèn
Alexandra Berggren
Isabelle Dahlquist
Stella Jaran
Andrea Sivebaek
Filippa Fredgard
Karoline Sigsjö
Ken Kvist
Mustafa El Molla
Neah Jensen
Eleonor Moeder

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



Andreas Malmgren håller igång motionsboxningen.

Tävlingsverksamheten

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

JANUARI

FIGHTER-Serien, Sölvesborg

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

ATOM-Serien, Halmstad

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

FEBRUARI

FIGHTER-Serien, Höllviken

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

MARS

Svenska Diplom-Mästerskapen, Höllviken

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

Hvidovre Box Cup, Internationell Turnering

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

APRIL

FIGHTER-Serien, Trelleborg

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

Sydsvenska Mästerskapen, Malmö

Diplom: Khaled Fakhro, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Nick Zulawinski, Krisztian Nileborg.
Ungdom: Viktor Härstedt.

Distriktskamp, Skåne vs Själland

Nick Zulawinski, Axel Härstedt.

SEPTEMBER

Öresunds-Cupen, Internationell turnering

Diplom: Truls Englesson, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Nick Zulawinski, Krisztian Nileborg, Benjamin Nileborg, Isabelle Dahlquist.
Ungdom: Viktor Härstedt.

OKTOBER

ATOM-serien, Halmstad

Truls Englesson, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Nick Zulawinski, Krisztian Nileborg, Benjamin Nileborg.

FIGHTER-Serien, Kristianstad

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

Hilleröd Box Cup, Internationell turnering

Diplom: Truls Englesson, Hugo Härstedt, Axel Härstedt. Ungdom: Viktor Härstedt.

Distriktskamp Skåne vs Själland i Höllviken

Ungdom: Viktor Härstedt.

NOVEMBER

FIGHTER-serien, Trelleborg

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

KING OF THE RING, Internationell tävling, Borås

Truls Englesson, Khaled Fakhro, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Nick Zulawinski, Krisztian Nileborg, Benjamin Nileborg.
Ungdom: Viktor Härstedt.

DECEMBER

Svenska Ungdomsmästerskapen Stockholm

Ungdom: Viktor Härstedt.

ATOM-serien, Halmstad

Khaled Fakhro, Hugo Härstedt, Axel Härstedt, Nick Zulawinski, Krisztian Nileborg, Benjamin Nileborg.

FIGHTER-Serien, Höllviken

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

Boxnings-Gala, Odense, Danmark

Axel Härstedt, Nick Zulawinski.

Bilder från tävlingsverksamheten



Diplom-SM hemma i Höllviken. Albin Rulandh (tv) och Lina Skoghagen (th) hyllar vår guldmedaljör och svenske mästare Hjalmar Andersson.



Bästa klubb på internationella Öresundscupen i september.



På norra Europas största tävling King of the Ring i Borås.



Höllviken blev bästa klubb i diplomserien.



Gänget som åkte till Hillerød i Danmark för att boxa distriktskamp mot SABU.

DIPLOM-SM 2018

Anordnas av Höllvikens och FOX i samarbete med Svenska- och Södsvenska Boxningsförbundet
10-11 mars 2018

TÄVLINGSPLATS
Halörhallen i Höllviken
Esplanaden 7, 23632 Höllviken

INVIKING
Lördag 10 mars mellan 8:00-10:00
Invikning sker i Esplanaden 2 i lag drags av Inviaktionen år på Falsterbo kungärd Ljungöggen 1, 23638 Höllviken

LEDARNÖTE
Lördag 10 mars 11:00
Falsterbo kungärd
Obligatoriskt för alla som ska sekondera

TÄVLINGSTIDER
Lördag 10 mars 14:00
Söndag 11 mars 10:00

FÖR FRÅGOR KONTAKTA
Jenny Johansson
Mobil: 073-054 68 48
E-mail: info@hollviken.se
Ken Svist
Mobil: 073-330 18 32
E-mail: ken.kovacs@foxsmf.com

TÄVLINGSKLASSER
För att få deltaga gäller nedanstående:

Män
A – pojkar 17 år
B – pojkar 15-16 år
C – pojkar 13-14 år
Deltagar

BOENDE
Fälsterbo kungärd
Ljungöggen 1
Dubbelrum 77
Trekammarum
Boka på: foxsmf.se
Telefon: 040-

Lofsvillars väg
10272 Kånna
<http://foxsmf.se>

ANMÄLAN
Anmälan boxar
Söndagsförmidd
hitte via Fox

Anmälningsavgift
Betalas in till
BIC: 5723 866
Dubbel QR

LOKALA BOXARE FRÅN HÖLLVIKEN

	HUGO HÄRSTEDT , 12 ÅR 27 matcher, 22 vinster, 12 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.		ANIL HÄRSTEDT , 12 ÅR 27 matcher, 22 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.
	NIKOLA ANTONOV , 12 ÅR 27 matcher, 22 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.		ANIL HÄRSTEDT , 12 ÅR 27 matcher, 22 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.
	TRIKI ÖRSKÖLD , 12 ÅR 17 matcher, 16 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.		ANIL HÄRSTEDT , 12 ÅR 27 matcher, 22 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.
	LOKALE ÖRSKÖLD , 12 ÅR 17 matcher, 16 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.		ANIL HÄRSTEDT , 12 ÅR 27 matcher, 22 vinster, 10 poäng, 10 tekniska vinster och 10 tekniska poäng.

Inbjudan och programblad i samband med diplom-SM i Halörhallen.

Domare

Klubben har under 2018 haft en aktiv domare: Mats Olander som deltagit i följande arrangemang:

Januari	Diplom	Sölvesborg
	Diplom	Halmstad
Februari	Golden Girl	Borås
	Diplom	Höllviken
Mars	Själlandsmästerskapen	Danmark
	Diplom-SM	Höllviken
	U22-EM	Rumänien
April	Sydsvenska Mästerskapen	Malmö
	Halmstad Box Open	Halmstad
Juni	Haringey Box Cup	London, England
September	Öresundscupen	Malmö
	Gripen Box Cup	Söderköping
Oktober	Diplom	Halmstad
	Ungdoms-EM	Ryssland
	Diplom	Kristianstad
	Distriktskamp Skåne vs Själland	Höllviken
November	Diplom	Trelleborg
	Danska mästerskapen	Holstebro, Danmark
December	Diplom	Höllviken
	Svenska Mästerskapen	Stockholm



Mats Olander.

UNGDOMSSTYRELSEN

Fokus på långvarig utveckling

Under året 2018 har Ungdomsstyrelsen tagit sig tid att fokusera på långvarig utveckling av Höllvikens Boxningsklubb. Tillsammans arrangerade och genomförde Ungdomsstyrelsen två projekt under årets gång.

Det första projektet var ett direkt samarbete med ungdomsorganisationen Hassela där Ungdomsstyrelsen tillsammans med flertal andra tränare och blivande ledare i klubben fick ta del av en tvådagarsutbildning vilken hölls av tre representanter från Hassela. Utbildningen arrangerades i syfte att utveckla förståelse för arbete med ungdomar samt utveckla djupare ledarkunskaper. Projektet fick mycket positiv feedback från medverkande och samtliga var ense om att utbildningen var mycket givande och rolig att genomföra.

Det andra projektet var ett samarbete mellan Skåneidrotten, Vellinge och Höllvikens Sportakademi, Idrottsrådet, Vellinge kommun, Yoga i Höllviken och Formtoppen. Projektet startade som ett integrationsprojekt, men utvecklades till ett projekt med syfte att framhäva intresse för idrott hos tidigare inaktiva ungdomar. Projektet kallades

Ungdomens dag och utgjordes av en heldag av vittskilda gratis aktiviteter för ungdomar i Vellinge kommun. Ungdomens dag fick inte så stort intresse som Ungdomsstyrelsen hade hoppats på, men det stoppade inte medverkande från att genomföra dagen med positiv inställning och gott humör.

Överlag, ett lyckat år för Ungdomsstyrelsen. Samtliga medlemmar i Ungdomsstyrelsen är engagerade och har en god inställning till att fortsätta arrangera projekt i syfte att utveckla Höllvikens Boxningsklubb samt i syfte att ta vara på klubbens medlemmar och tränare/ledare.

Styrelseposterna under 2018 fördelas såhär:

Ordförande: Elin Malmgren
 Sekreterare: Nathalie Lindell
 Ledamöter: Carl Brouwer
 Lina Skoghagen
 Hedvig Nilsson
 Michelle Nevhage

LEDARSKAPSUTBILDNING

De 7 goda vanorna mot bättre ledarskap

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.

Växer vi som människor så är vi övertygade att vi också blir bättre tävlingsboxare, motionärer, knattar, etc.

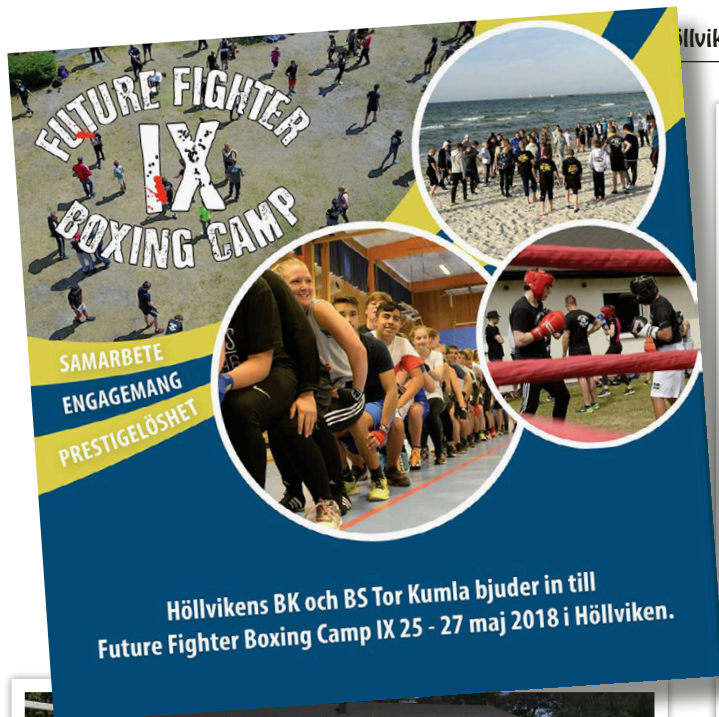
Vår drivkraft handlar om att få människor att växa, och vi har genom årens lopp jobbat aktivt med detta bland annat genom att bygga en kultur av engagemang, prestigelöshet och samarbete.

Vårt arbete fortsätter och nu tar vi det personliga ledarskapet ytterligare ett steg framåt genom att erbjuda medlemmar i klubben utbildning i något som heter De 7 goda vanorna.

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 beteendet är en funktion av våra beslut och inte av våra omständigheter.
- Vana 1 till 3, dvs. att vara "proaktiv" (aktiv i förebyggande syfte) att "börja med slutet i sikte" och att "göra det viktigaste först" handlar om att leda sig själv, att ha kontroll över sitt liv och sina egna val, att bli oberoende.
- Vanorna 4, 5 och 6 handlar om att samarbeta effektivt tillsammans med andra, dvs. att tänka "vinna-vinna", att "först försöka förstå, sedan bli förstådd" samt att "skapa synergi" (samverkan). När du lever utifrån dessa vanor, så blir du ömsesidigt beroende. Du vinner det vi kallar för de gemensamma segrarna.
- Den sista vanan, vana 7, handlar om att förbättra sig själv i 4 dimensioner av sin karaktär, Kropp, Hjärta, Själv och Hjärna. En vana som gör övriga vanor möjliga.





Future Fighting Boxing Camp

Future Fighter Boxing Camp (FFBC) startade 2010. Lägren har fram till 2016 fått stöttning från Svenska Boxningsförbundet i form av Idrottslyftet så att deltagandet blir subventionerat för boxarna och ledare. Lägren har haft olika fokusområden under åren men det som är unikt är att alla tränar tillsammans – från nybörjare till elit. Detta skapar en bra stämning när de allra yngsta får möjligheten att träna och bo tillsammans med landslagsatleter och idoler.

Under åren har vi varit mellan 80 och 100 personer per läger. Miljön som finns i Höllviken med morgonträning på Kämpingestränden är oslagbar och därför många återkommer år efter år. Det är en hel del träning under dagarna men även föreläsningar av olika slag för att inspirera boxare och tränare/ledare. Ledorden prestigelöshet, engagemang och samarbete genomsyrar hela helgen.



En hel busslast med supportrar åkte upp till Örebro för att stötta Patricia. Jocke Berghult stod som vanligt i ringhörnan.



PROFFSKOLLEN

Ett världsmästarbälte är inte nog

50-talet fans från Höllviken följde Patricia Berghults väg till RBO-titeln i Örebro

Patricia gjorde över 100 matcher för Höllvikens som amatörboxare. Patricia vann otroligt mycket under sin amatörtid, hon fick också vara med på EM och VM både som ungdom, junior och senior.

Sen 2015 är hon proffsboxare för Kamran Kabinejad i Örebro. Hon är uppe i elva raka segermatcher.

Patricia hade stora mål när hon skrev sitt proffskontrakt. Hon skulle bli världsmästare.

Så blev det också.

I november 2018 vann hon sitt första mästarbälte i Örebro då hon besegrade argentinskan Yamila Belen Abellaneda. Hon tog bältet för den nya organisationen Royal Boxing Organisation. På plats i Örebro var ett 50-tal boxningsfantaster från Höllviken och de jublade i takt med Patricias prestationer i ringen.

Patricia var givetvis jublande glad när hon efteråt poserade med sitt mästarbälte.

– Det är mitt första men inte det sista

mästarbältet, säger Patricia, som givetvis hoppas på många VM-matcher framöver.

Efter sin VM-triumf var Patricia med på Toppen-gallerian i Höllviken och sålde boken Höllvikens Boxningsklubb – en framgångssaga. Då fick hon skriva autografer och visa upp sitt mästarbälte. Folk kom fram och gratulerade henne till VM-segern.

För en kille och tjej som vill nå toppen i en så pass krävande sport som boxning finns det inga genvägar.

Det är bara stenhård träning som gäller, runt tio pass i veckan.

Men Patricia ser det inte som en uppoffring. Hon lever sin dröm.

Den stora drömmen för henne vore att gå in i samma ring som Cecilia Braekhus, norskan som har fem världsmästarbälten. Den norska superstjärnan är obesegrad efter 35 proffsmatcher.

24-åriga Patricia Berghult har satt Höllviken på boxningskartan. Hon har också inspirerat många av våra tjejer i klubben.



En stolt Patricia Berghult med mästarbältet.



Mike i ringen efter en diplommatch.



Mike och Henrik Waldemarson blev vänner genom träningen och hundarna.

TILL MINNE AV MIKE THOMPSON (1943-2018)

Ett äkta fighterhjärta har slutligen stannat

Älskade ledaren, coachen, sparringpartnern och kompisen Mike Thompson har lämnat oss

En man med ett äkta fighterhjärta lämnade oss under 2018.

Mike Thompson hittades död i sitt hem den 19 juli 2018, samma dag han skulle ha fyllt 75 år.

Mike Thompson var välbekant för många människor i Höllviken. För oss i Höllvikens Boxningsklubb lämnade han avtryck. Mike levde för boxningen. Han älskade att slå på plattor och han älskade att ta hand om knatteträningen.

Jag träffade Mike på klubben och på Formtoppen. Han hälsade alltid på mig med orden: "vi är gamla, men vi ger oss fan inte". Sen gav han upp ett hjärtligt skratt.

Mike körde tuffa pass även efter 70 år fyllde. Ibland blev det även dubbla pass.

En som kom Mike Thompson nära var Henrik Waldemarson, f.d. stjärnboxare i Höllviken.

Henrik och Mike trivdes tillsammans.

- Mike var envis. Han gav aldrig upp. Han var positiv, en fighter. In i det sista ville han utvecklas vilket jag tycker är en helt otrolig egenskap i hans ålder. Han strävade efter att utvecklas och bli starkare och snabbare, säger Henrik om sin vän Mike Thompson.

Diplomboxning är för det mesta för unga pojkar och flickor.

Men Mikael gick en diplommatch när han var 67 år.

Mike Thompson var med i en TV4-film där han berättade om sitt tidigare så tuffa leverne. Mike varnade för droger och hyllade Höllvikens Boxningsklubb som gav honom chansen att växa som människa.

Mike Thompson är borta men minnet över den sanne fightervännen Iron-Mike lever kvar.

KENT HANSSON

Övriga händelser



Länge Leva Livet-gänget – en fantastisk grupp engagerade och energisprudlande gubbar och tanter som tränar hos oss två gånger i veckan.



Malmö FF:s Rasmus Bengtsson körde lite försäsongsträning på klubben.



Familjeboxningen är fortfarande en stor succé på klubben. Här är det familjen Petersson som försöker sätta stapelrekord: pappa Mattias, sönerna Joel och Philip, dottern Lova och mamma Therese.

Ljunghusens handbollstjejer födda 2007.

5 september bildades Idrottsrådet i Vellinge Kommun. Vi var ett par personer från föreningslivet som började prata ihop oss och till slut blev det av. Tack Idrottsrådet för all hjälp och tack till Martin von Gertten och Carina Wutzler för ett engagerande samarbete.



Övriga händelser



Ett gäng tennistjejer från Euro-Elite med Dave Bandelin och Sofia Arvidsson.



Barnen från Lida

Klubben fick under 2018 en förfrågan av Lions Club Reng Höllviken om vi kunde ställa upp och träna drygt 30 barn och ungdomar (6-14 år) från Vitryssland - inte i tuff fighting, utan träning med betoning på glädje och att träning är roligt.

Vi hade hört talas om lägret innan, startat av ett par eldsjälar för åtta år sedan, som ordnat sommarläger för barn med tuffa livsöden, barn utan mamma och pappa, barn som bor på aningen sjukhem, barnhem eller i fosterfamilj. Det här handlar om barn som varken sett havet, än mindre fått chansen att äta sig mätta alltid. En del av dem, som många andra i deras hemland, lider än idag av sviter efter Tjernobyli-olyckan, fast dom inte ens var födda när det hände.

När vi fick träffa dem, träna dem, blev vi helt betagna av deras unga, nyfikna men stidiga blickar mixat med en erfarenhet som man bara hittar hos erfarna "hårdhudade" fighters.

Träningspasset blev magiskt, språket blev förmedlat via tolk, men kontakten mellan oss med gester, blickar, leenden och skratt gjorde att de förstod ledorden

- lyssna / tänk / gör
- kämpa / ge aldrig upp
- respekt / disciplin / ha kul

Efter passet blev Ken inbjuden till att delta på deras avslutning med dans, shower och lekar.

Initiativtagarna och grundarna till detta fantastiska projekt heter Ingela Persson och Bertil Sövgren.

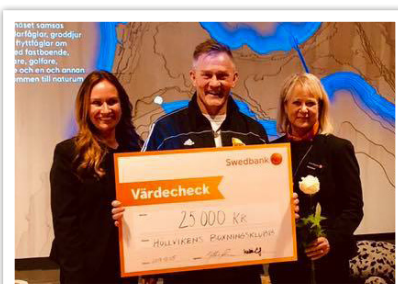
Vill du veta mer så gå gärna in på FB-sidan Barnen från Lida.



Kicki och Affe från LLL-gänget sponsrade klubben med ännu en hjärtstartare.



Polisen fortsätter förlägga ett flertal träningspass hos klubben.



Sparbankstiftelsen gav klubben ett stipendium på 25 000 kronor.



Superföreläsaren Torkild Skiöld är sedan många år en stor fan och hjälpare åt klubben.



Sandepansskolans elevråd startade i samarbete med Ken Kvist ett projekt som ska leda till ökad trivsel och studiero i skolan.

Övriga händelser



Granviks förskola har varit på besök och fått testa på boxning.



Lina Skoghagen blev färdig med sin Tränarutbildning steg 3.



Sportakademien Vellinge & Höllviken är en föreningsgemensam satsning för att få fler ungdomar och vuxna att hitta en aktivitet.



Hassela Skåne besökte klubben under två dagar för ledarskapsutbildning av vår Ungdomsstyrelse.



Ken Kvist håller ledarskapsutbildning för GF Nässets ungdomsledare.