



VERKSAMHETSPLAN 2020

Förening Sjöstaden Funktionell Förening

Vision och mål

Föreningen bedriver ideell verksamhet i form av funktionell lek och träning och med särskild målsättning att medverka till ökad fysisk aktivitet i första hand bland barn och ungdomar men föreningen vänder sig till människor i alla åldrar, oavsett bakgrund. Föreningen arbetar aktivt för att motverka all form av diskriminering.

Aktiviteter 2020

- Barn och ungdomsverksamhet med funktionell lek och träning fortsätter hos CrossFit Sjöstaden. Grupperna kommer att ha följande indelning. Barn 6-7 år, Barn 8-9 år, Barn 10-12 år och ungdomar 13-16 år. Träningen startar 23 februari med uppehåll över sommaren.
- En fortsättning på simgruppen planeras till sommaren.
- Löpgruppen
- Ett Öppet Hus tillsammans med Crossfit Sjöstaden den 18 april. Projektgruppen har redan börjat sitt arbete.