

UPPSALA PARKOUR ÅRSMÖTE 2025

INNEHÅLL:

1. DAGORDNING
2. PROGRAM
3. STADGAR
4. VERKSAMHETSBERÄTTELSE
5. BALANSRÄKNING
6. VALBEREDNING
7. PROPOSITIONER OCH MOTIONER

1 DAGORDNING

1. Mötets öppnande
2. Godkännande av årsmötets utlysning.
3. Val av mötets ordförande
4. Val av sekreterare för förhandlingarna.
5. Val av justerare.
6. Anmälan av övriga frågor, som årsmötet kan besluta att ta upp till behandling.
7. Styrelsens verksamhetsberättelse.
8. Fastställande av balansräkning.
9. Revisoreernas berättelse.
10. Pröva frågan om styrelsens ansvarsfrihet för föregående verksamhetsår.
11. Disposition av överskott eller täckande av underskott.
12. Förslag från Styrelsen (propositioner).
13. Förslag från medlemmar (motioner).
14. Val av myndig föreningsordförande.
15. Val av vice föreningsordförande.
16. Val av sekreterare.
17. Fastställande av antal ledamöter det kommande året.
18. Val av ledamöter till föreningsstyrelsen.
19. Val av myndig kassör.
20. Val av myndig revisor.
21. Val av valberedning.
22. Fastställande av medlemsavgift för nästkommande verksamhetsår
23. Övriga frågor, som årsmötet har beslutat att ta upp till behandling.

2 PROGRAM

Uppsala Parkour vill i huvudsak, ge möjligheten att tillsammans kunna träna, lära utav varandra och utvecklas inom träningsformen parkour/freerunning. Uppsala Parkour vill också erbjuda nybörjare ett säkert sätt att lära in grunderna med hjälp av erfarna gruppleddare.

Träningsformen är ägnad åt att bygga starkare, spänstigare, smidigare kroppar och starka sinnen för att kunna röra sig obehindrad igenom sin miljö. Vare sig det är igenom skogen eller igenom stadens labrynter. Målet är att inte känna sig begränsad av vad man än ställs inför och att vara stark för att vara användbar, både för sig själv och andra.

Viktigt för föreningen är främjandet av gemenskap inom gruppen och avståndstagande från hierarki för att på så sätt behålla ursprungstanken i disciplinen och främja egentänkade och kreativitet. Alla är lika värda och alla är familj i Uppsala Parkour. Härigenom främjas utövarnas fysiska och psykiska hälsa.

De grundläggande målen måste uppnås genom:

- Att ordna välstrukturerade och säkra träningar.
- Att jobba mot införskaffande av bättre träningsredskap och bättre träningsmiljöer.
- Att utöka kontaktnätet för samarbete med olika företag/organisationer och även andra utövare och föreningar.
- Att utbilda fler gruppleddare.
- Att föra vidare hälsosamma vanor och värderingar till ungdomarna som tränar med Uppsala Parkour.

3 STADGAR

§ 1 Föreningens namn

Föreningens namn är Uppsala Parkour.

§ 2 Ändamål

Uppsala Parkour vill med sin verksamhet sprida kunskap om träningsformen till allmänheten, erbjuda sina medlemmar strukturerade och stimulerande träningar, växa och i sin tur kunna erbjuda bättre träningsmöjligheter genom fler utbildade gruppleddare, specialiserade träningslokaler och träningsredskap.

§ 3 Säte

Föreningen har sitt säte i Uppsala

§ 4 Medlemskap

Var och en som respekterar föreningens målsättning och värderingar äger rätt att bli medlem. Föreningen har rätt att utesluta medlemmar som medvetet motarbetat föreningens verksamhet eller ändamål, eller uppenbarligen skadat föreningens intressen. Styrelsen äger rätten att när som helst under året bevilja personer som särskilt har engagerat i föreningen samt personer i utsatta situationer, rabatterat eller gratis medlemskap.

§ 5 Motioner

Enskild medlem har rätt att inlämna motion till ordinarie årsmöte/extra årsmöte/styrelsemöte. Motion har ingen inlämningsdatum utan kan lämnas fram senast under mötet.

§ 6 Verksamhets- och räkenskapsår

Föreningens verksamhets- och räkenskapsår omfattar tiden fr.o.m. den 1 januari t.o.m. 31 december.

§ 7 Beslutande organ

Föreningens beslutande organ är årsmötet, extra årsmöte, och styrelsen.

§ 8 Årsmöte

Ordinarie årsmöte hålls årligen före februari månads utgång. Årsmötet kungörs senast fyra (4) veckor före sammanträdet. Årsmöteshandlingar ska finnas tillgängliga för föreningens medlemmar senast sju (7) dagar före årsmötet. Vid årsmötet äger föreningens samtliga närvarande medlemmar rösträtt på framlagda förslag. Alla medlemmar i föreningen enligt § 4 har rösträtt vid föreningens årsmöte. Vid årsmötet skall följande ärenden behandlas;

1. Mötets öppnande
2. Godkännande av årsmötets utlysning.
3. Val av mötets ordförande
4. Val av sekreterare för förhandlingarna.
5. Val av justerare.
6. Anmälan av övriga frågor, som årsmötet kan besluta att ta upp till behandling.
7. Styrelsens verksamhetsberättelse.
8. Fastställande av balansräkning.
9. Revisorernas berättelse.
10. Disposition av överskott eller täckande av underskott.
11. Förslag från Styrelsen (propositioner).
12. Förslag från medlemmar (motioner).
13. Val av föreningsordförande.
14. Val av vice föreningsordförande.
15. Val av sekreterare.
16. Fastställande av antal ledamöter det kommande året.
17. Val av ledamöter till föreningsstyrelsen.
18. Val av myndig kassör.
19. Val av myndig revisor.
20. Val av valberedning.
21. Fastställande av medlemsavgift för nästkommande verksamhetsår
22. Övriga frågor, som årsmötet har beslutat att ta upp till behandling.

§ 9 Extra årsmöte

Extra årsmöte ska hållas då majoriteten 2/3 av föreningsstyrelsen anser att detta är nödvändigt eller då minst 1/3 av föreningens aktiva medlemmar gör skriftlig framställan om det. På det extra årsmötet kan samma saker som på det ordinarie årsmötet beslutas. Extra årsmöte ska kungöras minst två (2) veckor före mötet.

§ 10 Styrelsen

Styrelsens poster utgörs av ordförande, vice ordförande, kassör, sekreterare och minst två extra ledamöter.

§ 11 Revisor

Revisorns uppgift är att granska om styrelsens arbete går i linje med föreningens syfte, stadgar och årsmötesbeslut samt att verifiera att den av styrelsen angivna balansräkningen är korrekt.

§ 12 Firmatecknare

Firmatecknare är föreningens kassör samt de personer styrelsen beviljat. Varje firmatecknare tecknar firman var för sig.

§ 13 Stadgeändring

Dessa stadgar kan bara ändras på ordinarie eller extra årsmöte. För att vara giltig måste ändringen antas med två tredjedelar av antalet röster. Då stadgeändring ska ske måste förslaget delges medlemmarna senast sju (7) dagar före årsmötet, I annat fall måste ändringen antas enhälligt. Ändring av föreningens stadgar om Ändamål (§2), stadgeändringar (§13) och upplösning (§14) kräver beslut på ordinarie årsmöte.

§ 14 Upplösning

Upplösning av förening kan inte ske utan ett årsmötesbeslut där 2/3 majoritet krävs. Vid upplösning tillfaller föreningens egendom distriktet. Om föreningen beslutat att verksamheten ska vila, eller om verksamheten av annat skäl upphör, överlåtes förvaltningen av föreningens tillgångar omgående styrelsemedlemmarna

4 VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Under verksamhetsåret 2024/2025 hade vi tio aktiva medlemmar, höll fem styrelsemöten (fyra på plats, en via video), testade några av de nya spotsen i stan (i Rosendal och på Fyrisskolan), höll träningar på lördags förmiddagar under sommarlovet (vilket var uppskattat), och besökte Katana regelbundet under vintern (också uppskattat).

Kulturnatten blev tyvärr inte av för oss under året, då alla inblandade var antingen sjuka eller skadade. Vi fick även tilldelat en väldigt dålig plats, och förde därför in i kalendern att kontakta arrangörerna tidigt nästa år för att få en plats som passar bättre för parkour.

Vi bytte dag regelbundet för träningarna, för att bättre passa medlemmarna, då scheman i skolor och jobb ändrades över året. Under vintern bokades en utomhusträning och ett besök på Katana in per månad. Det fungerade bra och vi har i vinter i genomsnitt varit fler per träning än under hösten.

Under året hade vi inga skador under träningar bland medlemmarna. Detta beror delvis på att vi idag är färre än vi var för 5 år sen. Men vi uppmanar också våra medlemmar mer än tidigare att träna mer hållbart, så att de är medvetna om sin egen kapacitet, både över lång tid och vid träningstillfället.

5 BALANSRÄKNING

- Vid ingång av år 2024 hade föreningen ett kapital på: 56 452,74 SEK.
- Vid utgång av år 2024 hade föreningen ett kapital på: 51 296,69 SEK.
- I skrivande stund (9/1 - 25) innehar föreningen ett kapital på: 53 246,69 SEK

RESULTATRÄKNING

Inkomster

- Medlemsavgift 2700 SEK
- Inträde Katana Parkour Swish* 255 SEK

Total Inkomst 2955 SEK

Utgifter

- Hallhyra (Uppsala Kommun) - 4372 SEK
- Fika - 438,55 SEK
- Loopia domänavgifter - 683 SEK
- Internetbank - 1678,5 SEK
- Inträde Katana Parkour + kalk - 839 SEK
- Förbundsavgift Aktiv Ungdom - 100 SEK

Total Utgift 8111,05 SEK

Årsresultat 2024

(Total inkomst - total utgift)

2955 - 8111,05 = - 5156,05 SEK

Balansräkning

(Utgående belopp - ingående belopp)

51 296,69 - 56 452,74 = - 5 156,05 SEK

*När UPK tränar på Katana Parkour betalar UPK 100 kr av inträdet per medlem

6 VALBEREDNING

Följande är valberedningens förslag om nomineringar till den nya styrelsen:

- Ordförande - Sannah Mika (sittande)
- Vice ordförande - Vide Strandell (ledamot)
- Kassör - Erik Liljefors (sittande)
- Sekreterare - Anahita Moarefi (Sittande)
- Ledamot - vakant
- Ledamot - vakant

7 PROPOSITIONER OCH MOTIONER

PROPOSITIONER FRÅN STYRELSEN

Styrelsen har inga propositioner till årsmötet.

FÖRANMÄLDA MOTIONER FRÅN MEDLEMMAR

Styrelsen har inte tagit emot några motioner till årsmötet.