

## **Stockholms Judo4Balance förening**

### **Protokoll från årsstämma 2026**

**Tid:** tisdagen den 17 februari 2026 kl. 17.00–19.00

**Plats:** Lilla Nygatan 13, 111 28 Stockholm

#### **§1. Fastställande av röstlängd**

Röstlängden fastställdes och samtliga deltagare presenterade sig.

Närvarande:

Karin Strömqvist Bååthe (ordförande)

Eva Nilsson (medlem)

Ewa Braf (suppleant)

Carin Lundinger (medlem)

Gunilla Storch (medlem)

Greta Högberg (ledamot)

Lena Jonsson (ledamot)

Birgitta Jonsson (medlem)

Marianne Mosesson (medlem)

Jan Karlsson (medlem)

Julia Hamilton (ledamot)

Eva Hytönen (ledamot)

Christina von Gerber (medlem)

Per Egstam (medlem)

Anna Erdefelt-Klimkowska (medlem)

Totalt närvarade 15 personer.

Helen Frisk (medlem) var endast med på minglet innan och ej på själva mötet.

#### **§2. Val av ordförande och sekreterare för mötet**

Till mötesordförande valdes Karin Strömqvist Bååthe.

Till sekreterare valdes Greta Högberg.

#### **§3. Val av justerare och rösträknare**

Till justerare valdes Eva Nilsson och Carin Lindunger. Till rösträknare valdes Karin Strömqvist Bååthe och Ewa Braf.

#### **§4. Fråga om mötets behöriga utlysande**

Årsmötet förklarades behörigen utlyst.

#### **§5. Fastställande av föredragningslista**

Föredragningslistan fastställdes.

#### **§6. Verksamhetsberättelse och årsredovisning 2025**

Verksamhetsberättelsen för 2025 föredrogs av Eva Hytönen och lades till handlingarna.

#### **Styrelse 2025**

Ordförande och kassör: Karin Strömqvist Bååthe  
Vice ordförande: Julia Hamilton  
Ledamöter: Eva Hytönen, Michail Tonkonogi, Greta Högberg  
Suppleanter: Ewa Braf, Åsa Stenborg  
Revisor: Helen Antblad  
Revisorssuppleant: ?  
Valberedning: Anna Erdefelt-Klimkowska, Jan Karlsson

Under året har styrelsen genomfört fem ordinarie styrelsemöten. Föreningen har haft ett media- och kommunikationsråd samt seniorråd.

### **Medlemsutveckling**

Föreningen har vuxit från cirka 70 aktiva medlemmar 2024 till över 100 vid slutet av 2025. Medelåldern är 68 år (ca 30 % män och 70 % kvinnor).

### **Verksamhet och träning**

Föreningen erbjuder judoinspirerad fallträning, balans- och styrketräning samt Judo4Seniors. Under vårterminen genomfördes 48 träningstillfällen.

Den 21 maj uppnådde deltagare i Judo4Seniors halvgult och gult bälte.

Sommarträning genomfördes i Vasaparken samt sommarläger i Sigtuna, där även material spelades in för Svenska Judoförbundets utbildningar.

Under höstterminen genomfördes 77 träningstillfällen och tre nya grupper startades. En ny seniorgrupp etablerades i Skogås.

Samarbete inleddes med Stockholms Skridskoseglarklubb under konceptet "Judo4Balance On Ice".

Fallkompetensträning (10 tillfällen) genomfördes för AFA Försäkring under både vår och höst.

### **Fallborgarmärket**

Fallborgarmärket har varit ett centralt utvecklingsområde under året. Märkessystemet omfattar nivåerna Vitt, Gult, Grönt samt Svart och syftar till att synliggöra och stärka fallkompetens i vardagen. Märket har sålts till olika judoklubbar i landet samt det vita fallborgarmärket har sålts vid prova på tillfällen.

Lanseringen uppmärksammades av P4 Stockholm. Prova-på-verksamhet genomfördes bland annat vid seniorträff, Södermalm samt för Stockholms Skridskoseglarklubb.

### **Samverkan och synlighet**

Föreningen medverkade i tv-programmet *Ålderskris med Keyyo och Johan Rheborg*.

Under Nationella Fallveckan deltog föreningen i aktiviteter kring fallprevention.

Föreningen deltog även vid arbetsmiljömässan "Gilla Jobbet" där det fanns möjlighet att prova på fall och ta det vita fallborgarmärket.

Ordförande medverkade i TV4 Nyhetsmorgon där fallteknik demonstrerades.

Året avslutades med en studieresa till Japan (4–16 december 2025) i syfte att fördjupa kunskap om judons rötter och filosofi samt nätverka och sprida kunskap om föreningens arbete.

## **§7. Ekonomi**

Julia Hamilton redogjorde för ekonomin.

Föreningen redovisar ett överskott om cirka 19 000 kronor. Ekonomin är stabil och balansräkningen förenklad. Medlemsantalet har ökat. Bidrag har sökts och tränarutbildningar genomförts. Största kostnadsposten under året avsåg Japanresan, där föreningen bekostade resa för tränare mot att de i stället inte tagit ut tränararvoden under hösten.

Revisionsberättelsen föredrogs och fastställdes.

Årsmötet beslutade att bevilja styrelsen ansvarsfrihet för det gångna verksamhetsåret.

Budget för kommande år presenterades och fastställdes.

## **§8. Medlemsavgift**

Medlemsavgiften för 2026 (samt vårterminen 2027) fastställdes till 300 kronor per år, samt träningsavgift enligt tidigare nivå.

## **§9. Verksamhetsplan 2026**

Årsmötet fastställde verksamhetsplanen och uppdrog åt styrelsen att arbeta vidare med:

- Seniorträning på Stadion (nybörjare och fortsättning)
- Judo4Seniors (halvgult och vidareutveckling)
- Prova-på-verksamhet
- Sommarträning i Vasaparken
- Planering av sommarläger i Idre Fjäll
- Undersöka expansion till nya orter
- Undersöka samverkan med försäkringsbolag och företag

## **§10. Motioner och styrelsens förslag**

Inga motioner hade inkommit.

Årsmötet gav styrelsen i uppdrag att utreda den fortsatta hanteringen av Fallborgarmärket och vid behov presentera detta vid ordinarie eller extra stämma.

## **§11. Val**

Till ordförande för ett år valdes Karin Strömquist Bååthe.

Övriga val enligt valberedningens förslag:

Vice ordförande: Julia Hamilton (omval 2 år)

Ledamot: Eva Hytönen (omval 1 år)

Ledamot: Michael Tonkonogi (omval 2 år)

Ledamot: Greta Högberg (1 år)

Suppleant: Åsa Stenborg (1 år)

Revisor: Helen Antblad

Till valberedningen valdes Jan Karlsson och Anna Erdefelt-Klimkowska.

Mötet delegerade till styrelsen att utse ombud där föreningen har rätt att representeras.

### **§12. Övriga frågor**

Presentation av hemsidan och diskussion kring utskick och samtycke.  
Genomgång av Japanresan med bildpresentation.

### **Mötets avslutande**

Ordförande tackade deltagarna och avslutade mötet.

### **Vid protokollet:**

A handwritten signature in black ink on a light blue rectangular background. The signature reads "Greta Högberg" in a cursive script.

Greta Högberg

### **Justerats av:**

Eva Nilsson

Carin Lindunger