



Tävlingsframgångar

I **Manlig AG** är Anders Petersson Scheef HFG:s främste gymnast genom tiderna. Han blev svensk mästare fyra gånger, 1998, 1999, 2000 och 2002. Han var i mångkampsfinal i EM två gånger och gjorde goda resultat på flera VM, senast 2003.



I **Truppgymnastik** blev HFG:s herrar europamästare i Finland 1996 och svenska mästare 1984 och 1999. I samma disciplin erövrade HFG:s damer silvermedalj på EM i Frankrike 2002 och på SM under åren 2002, 2003 och 2004. Strävan är nu att åter hamna bland de främsta i Truppgymnastik.

Träningscampen i Frösakull

Under Frigymnasternas hela existens har föreningen haft tillgång till sin underbara träningscamp i Frösakull, alldeles i kanten av sanddynerna och Kattegatts salta böljor. Campen betyder mycket för sammanhållningen i föreningen och många gästande gymnastikföreningar använder campen för sina träningsläger.

Frigymnasterna i siffror

- 750 medlemmar
- 400 gymnaster
- 50 tränare
- 25 organisationsledare
- 6 anställda
- Omsättning ca 2,7 miljoner (2010)
- Eget kapital ca 0,8 miljoner



Halmstad Frigymnaster

Gymnastikens Hus, Söndrumshallen
Kristinebergsvägen 5, 302 41 Halmstad
Tel. 035-342 07
Telefax 035-342 08

Telefon- & besökstid

Måndag – torsdag: 10.00-12.00
fredag: 10.00-15.00

E-post: kansli@halmstadfrigymnaster.se

Träningscamp i Frösakull (juni-augusti) Enebärsstigen 4

Hemsida: www.halmstadfrigymnaster.se

Bild: Andreas Svensson/West Photo | Layout: Pella & Pixel | augusti 2011



Halmstad Frigymnaster -

Barnidrott och elitidrott i skön förening



Halmstad Frigymnaster

Barnidrott och elitidrott i skön förening

Halmstad Frigymnaster (HFG) är en av Sveriges ledande föreningar för såväl barn- som elitgymnastik. Vi vet att vårt sätt att arbeta fungerar. Flera av våra gymnaster har varit med hela vägen från barnverksamhet till mästerskapsmedaljer på hög nationell och internationell nivå. Efter avslutad aktiv karriär har flera gymnaster fortsatt som ledare. Gymnastik är en allsidig sport som bl.a. ger styrka, rörlighet, balans och kroppsuppfattning. I Halmstad Frigymnaster har vi inriktat oss på Manlig AG och trupp-gymnastik (för både tjejer och killar). Intag till våra tävlingsgrupper sker vartannat år för barn mellan 6-8 år.



Manlig artistisk gymnastik (AG)

Inom Manlig AG tävlar man i sex olika grenar; fristående, bygelhäst, ringar, hopp, barr och räck. På tävling bedöms gymnastens program efter svårigheter och utförande. Manlig AG är en OS-gren och målet för HFG:s manliga AG-gymnaster är förstås att kvalificera sig till OS. Att vara med i en satsande AG-grupp innebär många timmar i Gymnastikens Hus. För att bli duktig krävs både talang och vilja. Och att man älskar att träna.



Trupp-gymnastik

Trupp-gymnastik är en relativt ung sport och de första officiella tävlingarna genomfördes 1980. Varje trupp består av 6-12 gymnaster och man tävlar i

fristående, tumbling och trampett. På tävling bedöms efter svårighet, komposition och utförande. I HFG bedriver vi truppträning för både tjejer och killar i alla åldrar. De minsta trupps veckan medan de större tränar uppemot 12 timmar i veckan fördelat på fyra pass. HFG:s bästa trupper siktar på SM-medaljer och att komma med i landslaget till EM, som är trupp-gymnastikens största tävling.

Gymnastikens Hus

Halmstad Frigymnaster har sitt kansli och huvuddelen av verksamheten förlagd till Gymnastikens Hus i Söndrumshallen. Katarina Larsson, som är klubb-direktör och verksamhetsansvarig, finns på kansliet.

Ideell förening

Halmstad Frigymnaster är en ideell förening som är till för sina medlemmar. Det är medlemmarna själva som styr föreningen genom att på årsmötet välja styrelse och övriga funktionärer samt att besluta om verksamhetsinriktning och ekonomi.

Minitrupper

Halmstad Frigymnasters minitrupper tar emot barn i åldrarna 4-6 år. Minitruppen är en fristående verksamhet i HFG och syftar till att under en timme i veckan ge barnen social gemenskap, motorisk träning och rörelsegädje på ett lekfullt sätt. Deltagande i minitruppen leder inte med automatik till fortsättning i någon av HFG:s fasta grupper och intagning sker genom ett kösystem.



Oldboys

Gruppen Oldboys består av herrar som tränar en gång i veckan. Förutom gymnastiken är den sociala gemenskapen en viktig del.

Medicinsk kompetens

HFG har egen klubb-läkare och sjukgymnast som genom sin medicinska kompetens bidrar till att skador förebyggs och till en bra rehabilitering vid eventuella skador.

Halmstad Frigymnaster ska vara en framgångsrik och eftertraktad elitförening!

Visionen anger färdriktningen för HFG:s verksamhet. Med att vara eftertraktad menar vi att HFG ska vara ett attraktivt alternativ för gymnaster, ledare, domare, medlemmar och sponsorer. Det ställs höga krav på föreningen och deras ledare att sträva mot elit och samtidigt ta nödvändig hänsyn till medverkande barns och ungdomars utveckling. Barnens bästa ska alltid komma i första hand i HFG. Alla grupper i HFG har sina egna mål och all träning strävar mot att nå uppställda mål.

Policy

Halmstad Frigymnaster har tydliga policys inom viktiga områden som allas rätt att vara med, integration, sexuella trakasserier, alkohol, tobak, droger och doping.

Alla hjälps åt

I vår förening bidrar alla med någon form av arbetsinsats. Där i ligger hela vår föreningsidé. HFG förväntar sig att alla med barn i verksamheten engagerar sig. Vid våra tävlingar och uppvisningar finns arbetsuppgifter som alla klarar av och att vara funktionär är ett bra sätt för föräldrar att engagera sig i HFG. Detta är också ett bra och roligt sätt att lära känna andra föräldrar. Förmågan att arrangera stora tävlingar har blivit ett signum för Halmstad Frigymnaster. Vi har framgångsrikt arrangerat SM åren 1993, 2010 och 2011 samt flera landskamper i AG och årliga rikstävlingar i Trupp och AG. HFG har ett värdefullt stöd av Halmstads kommun och från sponsorer.

Historik

HFG bildades den 22 januari 1940 av en liten skara unga män, som gillade att stå på händer, slå volter och bygga tablåer. De ville ha en fri gymnastik och inte vara låsta till den mer formbundna Linggymnastiken. Därav namnet Halmstad Frigymnaster. I fyrtio år var HFG i huvudsak en manlig förening. År 1980 startades den första flickgruppen. 1985 invigdes Gymnastikens Hus med grophall och permanent uppställda redskap. 2002 passerades ytterligare en milstolpe i HFG:s historia, då en separat trupphall kunde invigas, vägg i vägg med den ursprungliga hallen. Genom en tillbyggnad 2010 erhöles nya utrymmen för entré, omklädningsrum, kansli och arkiv.