



Järla Orientering och Skidor Verksamhetsplan 2030

Innehåll

Ordföranden har ordet	1
Nuläget och utgångspunkter	2
Den sportsliga utvecklingen och elitverksamheten	4
Satsning på ungdomar	5
En klubb för alla: Bredd och motion	6
Arrangemang med kvalitet	7
Järla Skidor	9
Vår utåtriktade verksamhet	9
Basen: Järlagården, kartor och stabila finanser	10
Många har inspirerat längs vägen	12

Ordföranden har ordet

Vår förening går tillbaka till 1914 och vi har precis firat vårt 110:e år. Det är en tidsperiod längre än vad någon själv kan uppleva. Nog har det funnits många epoker inom föreningen och nog har verksamheten haft sina toppar och dalar. Verksamheten löper alltså på och den är omfattande, med eller utan en verksamhetsplan, så vad ska vi med en sådan till?

Vi tror att det är ett sätt att prata om vad vi vill, vad vi vill uppnå och vilka vi vill vara - för varandra, för orienteringen, för vårt närområde. Göra det tydligare för oss själva om vi gör det vi har sagt att vi ska göra och om vi når det vi strävar efter.

Verksamhetsplanen ger oss en gemensam beskrivning som vi kan gå tillbaka till när vi känner att vi behöver stöd för vad vi ska göra och för att kunna göra avstamp till nästa steg. När planen inte längre känns rättvisande och stämmer med vår vilja så uppdaterar vi den. Ambitionen är att den ger oss stöd att kommunicera vår gemensamma vilja, nu till 2030. Det kan bli kortare eller längre än så, men i varje period behövs en plan vi kan luta oss emot.

Nuläget och utgångspunkter



Föreningens framtid. Här är Järlaungdomarna samlade för en äventyrsvecka augusti 2024.

Järla har en lång historia. Det är en av Sveriges äldsta orienteringsföreningar med många framgångar både sportsligt och organisatoriskt. Vår utgångspunkt för att utveckla verksamheten bygger på föreningens grundläggande vision och värdegrund:

Verksamhetsidé

Vi finns till för orienterare i alla åldrar och nivåer som tillsammans vill tävla, träna och utvecklas. Vi vill också locka fler till orienteringssporten. Vi bedriver också skidåkning och skidorientering i den utsträckning snöförhållandena i våra trakter medger.

Vision

Vi siktar på att kontinuerligt vara en av Sveriges allra bästa orienteringsklubbar för både ungdomar, motionärer och elit. Vi vill erbjuda bästa möjliga utvecklingsmiljö för våra medlemmar.

Värdegrund

Vi står för trivsel och kamratskap där alla visar respekt för varandra. Kvalitet ska genomsyra verksamheten. Fair play ska prägla medlemmarnas relationer till orienteringssporten och omvärlden.

Förutsättningarna för att utveckla föreningen är goda:

- Sportsligt: föreningen har flera aktiva seniorlöpare även med landslagsklass; en ny grupp juniorer tar plats, och ungdomarna är fler och ställer upp i fler tävlingar än på länge med goda resultat
- Funktionellt: många aktiva; både vilja och kompetens finns
- Ekonomiskt: god ekonomi möjliggör nya satsningar på ungdom och elit
- Miljön: Järlagården med orienteringsterräng i det absoluta närområdet och med 30 min bilresa nås flera områden med varierad och utmanande terräng
- Skidspår: finns utanför klubbstugan
- Sammanhållning: Järla-andan med mycket god stämning, sammanhållning och gemenskap

För att utveckla verksamheten följer styrelsen upp ett antal måttetal. I tabell 1 visas ett urval av dessa med en målbild för 2030.

	2030	2024	2019	2014	2009
Föreningens storlek					
Medlemmar	650	588			
Tävlingsnivå					
Tävlingsanmälningar	3 000	2 976	1 960	1931	
Andel anmälningar - 20 år	45%	50%	38%	44%	
Ungdomsseriestarter	250	235	119	189	
25-manna antal lag	4	4	4	4	3
Resultat					
Ungdomsserieplacering	Topp 5	3	12	(ingen data)	(ingen data)
25-manna placering lag 1	Topp 15	20	10	12	18
10-mila herr lag 1	Topp 15	36	Felst	10	21
10-mila dam lag 1	Topp 10	14	22	4	52
10-mila ungdom lag 1	Topp 10	103	153	(ingen data)	(ingen data)
Jukola herr lag 1	Topp 20	41	30	7	42
Jukola dam lag 1	Topp 10	40	22	8	50
SM-medaljer	5	4	3	2	2
Antal DM-medaljer	35	35	33	(ingen data)	(ingen data)
Antal DM-medaljer -HD20	15	7	10	(ingen data)	(ingen data)

Tabell 1 - Mätetal

Den sportsliga utvecklingen och elitverksamheten



Extra mycket glädje när träningen kan ge guld. Här på SM i mixed sprintstafett 2024.

Järla ska ha en aktiv senior- och juniorverksamhet som attraherar löpare som elitsatsar, och där de som har en lägre ambitionsnivå ska känna sig lika välkomna att delta. För att utveckla den sportsliga verksamheten har föreningen följande mål:

- Utveckla en ledande träningsmiljö som föredöme i Orienterings-Sverige
 - En god träningsbas vid Järlagården; man ska inte behöva flytta från Stockholm för att få en bra utveckling och sparring
 - Att vid flera tillfällen per år erbjuda samlingar för träningar för att förbereda för stafetter och värde tävlingar
 - Erbjuda ett bra träningsupplägg och coachning inom orienteringsteknik, konditionsträning, mental och fysisk hälsa
 - Erbjuda träning inom de olika OL-disciplinerna
 - Arbeta metodiskt med planering, genomförande, uppföljning och utvärdering för kontinuerligt öka förmågan och nå god stabilitet på svart nivå och i nattorientering
 - Det ska vara kul att träna med Järla!
- Extra stöd för elitlöpare
 - Erbjuda, efter förutsättningar, extra träningsupplägg och uppföljning till individer som satsar mot SM, Swedish League och landslag.
- Alla får vara med!
 - Järla välkomnar löpare med olika ambitionsnivåer och löpare som bor i Nacka eller på andra orter och deltar i vår tränings- och tävlingsverksamhet efter dessa förutsättningar
- Minska övergångströsklar.
 - Underlätta och stötta ungdomar att ta klivet upp till junior och därifrån till senior.
- Locka fler löpare till Järla
 - Vara en "första-vals-klubb" för orienterare som väljer att flytta till attraktiva träningsmiljöer eller söker orienteringsklubb i Stockholm
- Sportsliga resultatmål
 - Föreningen har en målsättning att långsiktigt och uthålligt vara en av de främsta svenska klubbarna vid de stora stafetterna.
 - Av de svenska klubbarna vara topp 10 vid Tiomila, Jukola, stafettligan och vid SM. Konkurrenten varierar över tid, men klubben ska ha en verksamhet som ger möjlighet för lagen att kunna prestera bra utan att vara beroende av enskilda topplöpare.
 - Varje år går lagen igenom sin målsättning för säsongen
 - Seniorlöpare, med jämn fördelning dam och herr:
 - Representation i landslagen
 - 20 löpare som deltar i SM/Swedish League
 - Juniorlöpare, med jämn fördelning mellan dam och herr:
 - 10 löpare som springer JSM

Satsning på ungdomar



Ungdomarna spurtar mot mål.

Föreningens ungdomsverksamhet bygger på SOFTs riktlinjer för orienteringsutbildning och utvecklingssteg för ungdomar. Verksamheten är uppdelad i nivåer som följer orienteringsskalan grön-vit-gul-orange och åldersklasserna.

För ungdomsverksamheten finns följande målsättningar:

- En god utvecklingsmiljö för alla barn och ungdomar upp till 16 år
 - Barn och ungdomar ska lära sig orientera i skogen, men också i andra miljöer som stad och inomhus
 - De ska utbildas metodiskt för att successivt behärska sin nivå innan de kan ta klivet till nästa; målet är att de självständigt ska kunna både träna och tävla på sin nivå
 - Prova på/nybörjarkurser ska erbjudas vid varje säsongsupptakt
- God gemenskap och trygghet i grupperna
 - De ska genom deltagande på träning och andra sociala aktiviteter ges en social samhörighet och känna glädje i idrotten. Barn och ungdomar ska ha roligt!
 - Genom att välja ut fokustävlingar och uppmuntra barn och ungdomar att delta i dessa får vi även med dem i det större sociala sammanhanget inom orienteringssporten
 - Det ska finnas många gemensamma aktiviteter mellan grupperna för en god sammanhållning inom ungdomsgruppen
- Erbjuda utveckling och samvaro vid större gemensamma tillfällen där de mest centrala är Måsenhelgen, Äventyrsveckan, Daladubbeln, Höst avslutningen
- Under vinterhalvåret ska föreningen erbjuda löpträning, teori och skidträning
- Sportslig utveckling
 - Topp 5 i Ungdomsserien
 - Tre ungdomslag i 10-mila
 - Delta i Ungdomens 10-mila med ett U14 och ett U20-lag

- Uppmuntran och stöd att delta vid USM och ungdomsläger (gul/orange/violett) som anordnas i SOFT/StOFs regi
- Det ska finnas dedikerade ungdomsledare. Dessa ledare ska generellt kunna fokusera på sitt uppdrag som ungdomsledare.
- God kommunikation och planeringshorisont ska erbjudas för att ungdomar ska kunna kombinera orientering med annan idrott och delta på de viktigaste tillfällena

En klubb för alla: Bredd och motion

Järla ska vara en förening för alla. Det ska kännas på alla möjliga sätt, från första gången man kliver innanför klubbstugans dörr och möts av ett hav av skor, stojiga barn, fukt från omklädningsrummen och löpare som fokuserar inför den sportsliga uppgiften. Alla ska känna värmen på klubbresan och alla ska kunna glädjas när laget gjort bra ifrån sig på en stafett. Och var och en ska känna föreningens stöd när bommen kommer.

Tillsammans har vi kul! Och tillsammans når vi resultat.



En härlig tradition för Järladamer är Helg utan Älg på Gotland. Här varvas tävlande med andra nöjen.

Järlas breddverksamhet ska:

- Bidra med utvecklingen av föreningens träningsmiljö så den passar samtliga vuxna från orange nivå och uppåt
 - Genomföra riktade kurser för föreningens motionsorienterare, som t ex "Orange till Violett", och "Mot Svart", och Nattkurser
 - Träningsvärdar på tisdagsträningar under tävlingssäsongen
- Sänka tröskeln för nya vuxna till sporten och föreningen
 - Genomföra en intensivkurs för vuxna nybörjare en gång per år i samarbete med SISU
 - Välkomna nya vuxna, med introduktionsprogram med till exempel utbildning i Eventor, och Livelox
- Ansvara för samordning, övergripande planering, och marknadsföring för

- Årliga klubbresor
- Stafetter av breddkaraktär 25-manna, Natti-natti, 10-milarepet
- Rekrytera och utbilda ledare för föreningens breddverksamhet och till intensivkursen

Arrangemang med kvalitet



Över 1400 deltagare vid Järladubbelns medeldistans vid Tenntorp 2024.

Orienteringen i Stockholm har utvecklats så att det finns bra arrangemang i princip varje helg under säsongen. Få ställen i världen har samma närhet till tävlingar av god kvalitet med närhet till staden. Järla har en unik position att utveckla kvaliteten och öka hållbarheten för sporten. Föreningen ska stå som förebild för orienteringssporten:

- Erbjuder tävlingar på alla nivåer:
 - Värde tävlingar (Nivå 1) med ett intervall om ca 10 år
 - Nationella tävlingar (Nivå 2), 1-2 årligen
 - Distrikts- eller närtävlingar (Nivå 3 & 4), 1-2 årligen
- Kvalitet i alla delar
 - en helhetsupplevelse från liten till stor, elit och motionär
 - bra, rättvisa och utslagsgivande tävlingar
 - arena med god service
 - jämställda sportsliga villkor och arrangemang
 - hållbara arrangemang med låg klimatpåverkan, t ex genom möjlighet att resa kollektivt eller på annat sätt samordnat
 - arrangemangen ska bidra till föreningsgemenskap
- Inspiration
 - Utveckla en bra orienteringsmiljö för hela Stockholmsregionen i samverkan med andra klubbar
 - Gå före och utveckla sporten med ny teknik och nya koncept
 - Bidra till att fler kan prova sporten
- Gott föredöme
 - Säkerställa att markkontakter sköts professionellt och långsiktigt i god samverkan med kommunens natur- och viltvårdare och andra intressenter
 - Tillse att det finns en plan för arrangemang de kommande tre till fem åren för att sprida slitage och erbjuda ny terräng och kartor av hög kvalitet

- Utveckla funktionärer inom föreningen för god kontinuitet. Vi behöver en blandning av unga och gamla, kvinnor och män; en jämställd och spänstig successionsordning för banläggare, tävlingsledare, sekretariat och andra huvudfunktionärer.
- Lönsamhet
 - Tillse att arrangemangen långsiktigt bidrar till en god föreningsekonomi



O-Ringen är världens största orienteringsäventyr och lockar över 18 000 deltagare.

O-Ringen kommer till Stockholm 2027 vilket är mer än 50 år sedan! Det är ett utmärkt tillfälle att presentera sporten för en större publik, utveckla och attrahera nya grupper för orientering och erbjuda många löpare ett högklassigt arrangemang. Järla ska i samband med detta:

- Aktivt stödja Svensk Orienteering Events AB målarbete för O-ringen i Stockholm. Här märks till exempel:
 - Locka en större internationell publik, +25%
 - Locka fler att börja med orientering i Stockholm
 - Öka antalet förstagångslöpare, +200%
 - Utveckla hållbarheten för stora orienteringsevenemang, med t ex närhet till spårbunden trafik
- Särskilt fokusera på den eller de etapper som går i vårt närområde
- Bidra med funktionärer och kompetens
- Säkerställa en rimlig ekonomisk avkastning för Järlas insats

Järla Skidor

Föreningen har under en period haft mer sportsligt fokus på orientering än längdskidåkning och skidororientering. Historiskt har det dock inte alltid sett ut så. Idag driver föreningen spåren runt Järlagården och Hellasgården med bidrag från Stockholms stad och Nacka kommun. Det är många timmar bakom skotern när tillfälle ges för spårdragning. Då gläds både våra medlemmar och andra åt att kunna träna skidor på ängarna, på elljusspåret och på grusfemman. För att få fler träningstillfällen arrangeras även träningsläger på skidor på platser som har större snösäkerhet.

Även framöver ska Järla erbjuda skidträning och aktivt bidra till att preparera spåren intill Järlagården.



Vår utåtriktade verksamhet

Järla Orientering ska synas! Och vi ska vara en god aktör och representant för sporten gentemot markägare, kommunens medborgare och andra intressenter i vår närhet.

2021 fick föreningen Nacka kommuns pris som 'Årets förening inom idrott och fritid'. Det förpliktigar och vi vill ta vara på den utmärkelsen och vårda den så att vi skulle kunna ta priset igen varje år.



Ett initiativ från Järla är Friska Nacka, en verksamhet som har vuxit och etablerats på en hög deltagarnivå med årligen över 45000 besökta stolpar och runt 1500 registrerade deltagare per år. Det ger Järla synlighet och det ger ett tydligt bidrag till folkhälsan. För 2030 säger vi: Keep up the good work!

Friska Nacka



Sicklaloppet är också ett publikt initiativ från Järla. Det är ett 10km lopp som genom åren utvecklats till en folkfest i Sickla köp kvarter med flera lopp samma dag, från liten till stor. Det ger god ekonomisk vinst till föreningen och bidrar till folkhälsan i närområdet.



Skolorientering är ofta den första kontakten med sporten. Järfa ska även framöver erbjuda en mycket god service med kartor, lämpliga banor och tillgång till Järlagården för samling och ombyte. Vi ska underlätta och ge inspiration till skolans idrottslärare för att orienteringsmomentet inom skolan ska vara glädjefyllt och utvecklande.

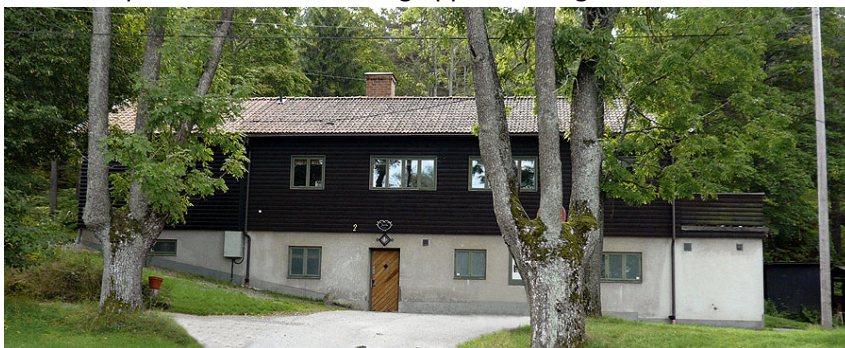


Basen: Järlagården, kartor och stabila finanser

Järlas sportsliga verksamhet skulle inte kunna utvecklas utan en god ekonomi, förvaltning av Järlagården och bra kvalitet på våra kartor.

Järlagården i mitt hjärta

Vår klubbstuga har på senare år fått ett rejält lyft, senast 2024 med ett helt nytt förråd. Det finns en underhållsplan och en kontinuerlig uppfräschning av lokalerna.



Järlagården

För 2030 har fastighetssidan följande mål:

- Balans i fastighetsplanen; föreningen ska inte bygga upp en renoveringsskuld

- Utnyttja bidrag, sponsring och ideella krafter i samband med renoveringar
- Ytterligare anpassa lokalerna för samvaro och ungdomsverksamhet

Stabil ekonomi

Grunden till en bra verksamhet är en god ekonomi. I Järla har vi de senaste åren arbetat med att ha intäkter från flera olika typer av aktiviteter/arrangemang. Vi strävar efter att ha en ekonomisk buffert för att kunna hantera variationer i intäkterna. Som bas har vi ett stort antal ideella timmar. Konceptet är att vi vill arbeta tillsammans och genomföra saker ihop. Det bidrar till både intäkter och en god anda i föreningen. Exempel på detta är Sicklalloppet, granförsäljning, Friska Nacka, och våra orienteringsarrangemang.

Till detta kommer också att vi aktivt söker bidrag, både från offentliga och privata sponsorer. Det hjälper oss att finansiera särskilda behov och initiativ. Våra sponsorer kan också bidra med priser till exempelvis våra arrangemang.

Som ideell förening har vi inte något resultatmål utan allt överskott ska gå till att utveckla verksamheten.

Fler orienteringskartor med hög kvalitet i närområdet



De orienteringskartor Järla äger rättigheterna till sköts av kartkommittéer oftast i samarbete och gemensamt ägande med våra grannklubbar - Nackareservatet och Erstavik, Sicklaön och Ormingeskogen, Velamsund och områden på Värmdö, samt Åva Norra. Kartorna uppdateras kontinuerligt och anpassas för till nya kartnormer, senast ISOM2017. Ytrevideringar sker löpande i samband med att nationella tävlingar arrangeras på kartorna. Nyritning av kartor är också prioriterat för ökad topologi-kvalitet och anpassningar till förbättrade geocentrisk data från lantmäteriverket. För 2030 vill föreningen:

- Tillse att kartorna som föreningarna äger håller hög kvalitet, generellt godkända för nivå 2.
- Nyrita Åva Norra-kartan i enlighet med kartnorm ISOM2017 med ambition att genomföra nivå1-tävling på denna 2028.
- Bidra till att flera områden i Stockholms söderort utvecklas och att vi utvärderar och utvecklar samarbete med flera kartägare i Stockholms söderort

Många har inspirerat längs vägen

Att arbeta som ledare i Järla kan liknas vid att delta i en stor stafett. Sedan 1914 har orienterare tränat och tävlat i vår svarta klubbtröja. Och som en budkavle har ansvaret för föreningen gått från generation till generation. Varje tid med sina möjligheter och sina utmaningar.

Nu fortsätter Järlas resa mot 2030. Med de målsättningar som finns redovisade här vill vi att resan ska vara både sportsligt utvecklande och fylld av gemenskap och glädje och att många väljer att vara med längs vägen.

Styrelsen för Järla Orientering och Skidor juni 2025