



NYHETSBREV november 2017

Hej alla Baekdusanmedlemmar!

Ordförande har ordet

Så mycket har hänt i Baekdusan sedan maj månad! Och nu plötsligt är det novemberlov, Halloween och bus eller godis! Samtidigt är våra instruktörer i full gång med träning för alla



oss baekdusaner och baekdusiller som bara älskar att träna ☺.

Både på vårt nyhetsflöde på vår hemsida

<https://www.baekdusantkd.se> och på vår

Facebooksida

<https://www.facebook.com/baekdusan.tkd/> - blir ni uppdaterade med det mesta, så håll kolla där.

Styrelsen har sedan AUGUSTI månad arbetat intensivt och lagt ner mycket tid och energi på "lokalfrågan". Helt oväntat fick nämligen Baekdusan, och som även berörde våra grannar, ett mail från fastighetsägaren om att byggnadsnämnden i Lomma kommun tagit beslutet (i augusti) att samtliga kampklubbars tillfälliga bygglov skulle UPPHÖRA, vilket de menade skulle ha verkställts redan i februari 2017! Detta kom som en total överraskning för oss alla, då vi hela tiden utgått från att vi har haft bygglov fram till 2019. I sak innebar detta att vi var illa ute i nuvarande lokal. Styrelsen satte omedelbart igång med att dels hitta alternativa lösningar, där tillfälliga lokaler har försökts hittas och dels har intensiva samtal pågått både med fastighetsägaren och Lomma kommun. Några av er medlemmar har varit engagerade i detta tillsammans med styrelsen och jag vill gärna passa på att tacka ER särskilt för detta – TACK!



Men så PLÖTSLIGT och till vår STORA glädje fick vi för knappt en vecka sedan beskedet från byggnadsnämnden att vårt hårda arbete gett ett POSITIVT bifall och att det tillfälliga bygglovet har FLYTTATS till februari 2019! Förutom att detta ger oss ny energi i frågan, kan vi NU börja planera långsiktigt utan kniven på strupen! Närmst kommer styrelsen tillsammans med några av våra medlemmar att arbeta på en hållbar lösning för Baekdusans framtid. Vi kommer att uppdatera er allteftersom några nyheter dyker upp. Dock vill vi gärna att ni medlemmar som har kännedom om och/eller har kontakter gällande ändamålsenliga lokaler uppmärksammar styrelsen om detta. Tack.

Alla våra pass är välbesökta och både stora och små i alla bältesgrader kämpar på och boostar varandra med så mycket positiv energi! Vi har pass för alla!

Från och med vecka 45, dvs nästa vecka, gör vi en liten ändring i det avancerade onsdagspasset (kl 19.30-20.45). **Jämna veckor** kommer vår instruktör Amir Mahmutovic att ha detta pass öppet **för alla från gult bälte och uppåt oavsett ålder! Ojämna veckor** kommer David Kliba och Thomas Allard att arbeta med **tävlingsgruppen** (i fight) på avancerad nivå. De kommer att meddela de medlemmar/spelare som erbjuds extra träningsmöjlighet på dessa onsdagspass.

Jag vill passa på att hälsa **alla nya medlemmar** hjärtligt välkomna till Baekdusan, tillsammans är vi starka! Med tiden hoppas jag att fler av er vill börja tävla för Baekdusan i poomsae eller fight eller både och!

Det kan vara värt att känna till att Baekdusan är en av få taekwondoklubbar i Sverige som **betalar samtliga startavgifter** för alla våra medlemmar, oavsett om man tävlar på nybörjarnivå, avancerad eller elitnivå! Vi har bara en liten motprestation – att man tävlar på den aktuella tävlingen ☺ Det kan vara värt att nämna, i synnerhet för er som precis har börjat tävla för oss, att om man är anmäld till en tävling och ej deltar (No Show), oavsett orsak, så blir man återbetalningsskyldig om anmälningstiden gått ut (till Baekdusan).

Hur har det gått för våra tävlande under hösten då? Jo, jag höll på att säga, som vanligt: strålande, både på och utanför mattan! Inte nog med att vi hela tiden är med och presterar på topp, oavsett om det handlar om fight eller poomsae, oavsett om det är på nybörjarnivå, avancerad eller på elitnivå! Vi vinner dessutom **bästa** fighterpriser, både i fight och poomsae. Som ni kanske har sett har vi vunnit eller kommit två eller trea i många olika tävlingar – detta är imponerande av en relativt lite klubb som vi faktiskt ändå är! **Pokalerna** blir bara fler och fler ☺ **MER OM TÄVLINGAR** kommer, som ni säkert redan känner till, löpande på vår hemsida och på vår Facebooksida.



I september hade vi Dangradering för andra gången det här året, men först ut i maj månad hade vi ju Tindra Andersson, Ellinor Malmgren Gabrielin och Jesper Ladegaard Pedersen. Några vackra bilder från då är värda att visa upp en gång till ☺



I september fick Baekdusan taekwondo två NYA Dangraderade i **Thomas Allard** och **Henrik Larsson** samt tre nya 2:a Dan i **Matilda Nyman**, **Anders Jönsson** och **Christian Ståhl**! STORT GRATTIS!! En lite fin bild har vi även på dom ☺



Men det är inte slut än... i december kommer Cornelia Lelinge, Gustav Lelinge, Norah Ladegaard Pedersen, Christel Olsson, Peter Lundén och jag själv (Balli Lelinge) att Dangradera! Dessutom kommer Richard Coltelius gradera till 3:e Dan! Wow vilket år vi har gjort så här långt! Men glöm inte att ...



Och snart är det dags ÄVEN för alla ER andra att GRADERA... närmare bestämt **2**

och 16 december. Ni som vill gradera er anmäler er på hemsidan:

<https://www.baekdusantkd.se/graderingansoekan> Efter anmälan kommer er ansvariga instruktör att meddela er om ni är klara för er gradering eller om ni bör vänta lite längre för att träna mer. På vår hemsida står allt om gradering <https://www.baekdusantkd.se/graderingar>



Avslutningsvis vill jag berätta att Peter Lundén fick Lomma kommuns ledarstipendium 2017! Stort grattis Peter!

Må bra alla och så ses vi i dojang!

Ordförande
Balli Lelinge

Nu några ord om...

- Hemsidan och dojang
- Nya overaller
- Graderingstider
- Tips från coacherna
- Julgransplundring!
- Tränings- och tävlingskalendarium
- Sponsra klubben
- Vill Du vara med i någon av våra Aktivitetsgrupper?!

Om hemsidan och dojang

Ta för vana att gå in på vår hemsida <http://www.baekdusantkd.se>, som vi ständigt håller uppdaterad och länkad till vår Facebook sida, <https://www.facebook.com/baekdusan.tkd/> Här finns allt ni behöver veta.

Men hjälp oss gärna med era tankar om hemsidan, uppdateringar, tips och annat.

Inte för så längesedan fräschade vi upp i dojang med nya mattor, mitsar, spadar, etc. Vi får hjälps åt att hålla det snyggt och rent och att hänga upp allt där det ska vara ☺ Glöm inte att ta på er era dobok, generellt sett ska de alltid vara på, kampträningarna är dock undantagna.

Vi har satt upp städschemat i dojang, har koll på när det är din/er tur att städa, som görs tillsammans med någon instruktör. Detta kan göras eftermiddagar: lördagar eller söndagar. Vilken dag, gör ni upp med er städkompis.

Nya overaller

Snart är de här! Våra nya fina overaller! Håll utkik efter kommande meddelande på Facebook och vår hemsida!

Graderingstider

Det börjar närma sig gradering och många av er kommer att gradera. Tiderna för gradering är som tidigare nämnts: 2 december och 16 december och ni anmäler er på hemsidan: <https://www.baekdusantkd.se/graderingansoekan> Efter anmälan kommer er ansvariga instruktör att meddela er om ni är klara för er gradering eller om ni bör vänta lite längre för att träna mer. På vår hemsida står allt om gradering <https://www.baekdusantkd.se/graderingar>

Graderingstips från INSTRUKTÖRERNA!

Här nedan har vi samlat lite tips från några av våra fantastiska instruktörer.

- Peter Lundén hälsar: "Poomsae, poomsae och poomsae!" Och Peter säger även: "Ja, nu vet ni vad ni ska träna på mer där ☺" Hoppas ni vet vad han menar!
- Peter Leventin säger: "Lyft knäet först innan du sparkar! Och tänk innan du gör dina tekniker, ni kan dom men ha inte för bråttom."
- Amir Mahmutovic hälsar: "Ha tights på er under era tkd byxor för att både få upp värmen snabbare samt att behålla värmen längre!"
- Mats Bruér säger till +30 "Jag är stolt och imponerad av offerviljan och slitet! Fortsätta jobba med en stegskampen och gå på poomsaepassen."
- Lotta Dahlqvist hälsar: "Gå igenom graderingskompendierna från gult och upp till din nya grad, är något oklart fråga din instruktör"
- David Kliba säger: "Avstånd, följ upp, position, sikta, ladda om"
- Balli Lelinge hälsar: "Håll koll på era steg; långt, kort, L ställning. Träna, träna, träna hemma på detta. Andas in, skjut iväg och va´ fokuserade med blicken."
- Jörgen Kristensen säger: "Träna på er enstegskamp och ha kraft!"
- Daniel Ekberg hälsar: "Blockera aldrig med öppen hand i kamp!"
- Abtin Khoshnood säger: "Ta i, upp med knäet, fokusera, tänk på laddning och högt kiapp!"

Julgransplundring!

Vanligtvis brukar vi ha julfest i samband med graderingsavslutningarna, men eftersom vi har haft så många danggraderingar detta året, och vi är lite spridda i år, kommer vi istället att ha JULGRANSPLUNDRING i januari! VI ÅTERKOMMER MED EXAKT DATUM, I SKRIVANDE STUND HAR VI TVÅ TIDER: 14/1 ELLER 28/1. Festgruppen återkommer på hemsidan och på Facebook samt även mailvägen när detta är bestämd – så håll utkik efter vilket datum det blir JULGRANSPLUNDRING – DET KOMMER ATT BLI EN FEST ATT MINNAS☺

Träningsstider och tävlingskalender

Allt ni behöver veta om våra träningsstider <https://www.baekdusantkd.se/traeningstider> och schema finns på vår hemsida, likaså vår tävlingskalender. <https://www.baekdusantkd.se/taevlingskalender>

Vi vill gärna uppmuntra att även om ni inte tävlar att ni kommer och hejar på oss när vi tävlar, det blir en sådan härlig känsla och gemenskap av det!

Vill Du/Ni sponsra Baekdusan?

Som alla ideella föreningar är vi beroende av sponsorer.

För er som vill stödja klubbens verksamhet erbjuder Baekdusan tre nivåer av sponsring med olika priser och olika förmåner. Guld, Silver eller Brons. Företag eller privatpersoner kan sponsra antingen med pengar och/eller professionella tjänster (brodyr, revision, föreläsning mm) riktat till klubben.

Brons nivå: Sponsorn redovisas med namn och logga på hemsidan och på skylt i lokalen, samt med logga i månadsbrevet varje månad (små loggor). Kostnaden är 2500 kr/år.

Silver nivå: enligt ovan samt med länk på hemsidan till den egna sidan, medelstor logga i månadsbrevet. Kostnaden är 5000 kr/år.

Guld nivå: enligt ovan samt presentationstext på hemsidan och i ett månadsbrev(/år), stor logga i månadsbrev. Kostnaden är minst 7500 kr/år.

Om intressen finns kan även följande erbjudas enligt särskild överenskommelse:

- Anordnat träningspass för företagets medarbetare inom taekwondo/motion, eller självförsvar (hapkido). Tema kan även handla om motivation och målarbete
- Nyhet på Facebook (inlägg, med logga)
- Logga inklippt på Facebook samlingsbil
- Logga i annonsering
- Logga vid arrangemang
- Logga på flyers
- Logga Rollups på tävling

Hör av er till styrelsen, så löser vi ett sponsoravtal!

Vi behöver fler - var med i någon av nedanstående aktivitetsgrupper

1. Sport-Admin-grupp

Arbetsuppgift:

- Informera instruktörer om funktionerna inom Sport-Admin samt påminna när det behövs fylla i närvaron.
- Lösa problem och hålla kontakt med support
- Skicka in LOK-stödsansökan till idrott-online och kommunen två ggr/år.
- Se till att WiFi:t fungerar i Dojang.

Kontaktperson: Erik Hällstorp

2. Mediegrupp

Arbetsuppgift:

- Hålla kontakt med tidningar, radio och tv vid tävlingar/satsningar m m i syfte att löpande få så stort mediegenomslag som möjligt.
- Ansvarar också för annonsering i lokaltidningar och affischering i kommunen

Kontaktperson: Eva Nyman, Peter Lundén

3. Stipendie- och bidragsgrupp

Arbetsuppgift:

- Leta efter bidrag och stipendier att söka och bevaka deadlines för dessa.
- Tipsa våra aktiva då dessa bidrag söks av enskild person.

Kontaktperson: Lotta Svensson, Eva Nyman

4. Medlemsvård och trivsel

Arbetsuppgift:

- Planera sociala aktiviteter utöver vår vanliga verksamhet, t.ex. julfest och sommaravslutning i samband med gradering, Kick-off-helg för alla, sommargrillning på stranden, Lisebergsresa m m.

Kontaktperson: Corina Gabrielin Lundén, Malin Navia Andersson, Jocke Forsner, Terje Nilstun

5. Övernattningsläger

Arbetsuppgifter:

- Ordna läger för våra barn-medlemmar.

Kontaktperson: Anders Löfberg, Henrik Tylstam

6. Graderingsgrupp

Arbetsuppgift:

- Ansvarar för att planera och genomföra graderingarna.
- Ansvarar också för att uppdatera förslag på ny graderingspolicy inför styrelsebeslut.

Kontaktperson: Abtin Khoshnood, Mats Bruér, Matilda Nyman, Daniel Ekberg, Lotta Dahlqvist

7. Strategi- och tävlingsgruppen

Arbetsuppgift:

- Strategigruppen bygger nätverk, de bjuder in andra klubbar, tävlande till klubben, och föreslår även våra tävlingsaktiva att tävlingsträna i andra klubbar.
- Strategigruppen organiserar och föreslår styrelsen läger/camp, t ex Bara/BDS camp.
- Strategigruppen är i nära dialog med styrelsen.

Kontaktperson: David Kliba, Peter Lundén, Amir Mahmutovic, Balli Lelinge, Lotta Dahqvist

8. Sponsorgrupp

Arbetsuppgift:

- Leder arbetet med att leta sponsorer inom klubbens medlemmar och utanför till företagare.
- Erbjuder företagare paketlösningar kring t ex "träna en timme, lyssna på motivationsföreläsning en timme".

Kontaktperson: Maria Adolfsson, Frank Graveus, Mattias Möller

9. Lokalgrupp

Arbetsuppgift:

- Leder arbetet kring att hitta och föreslå ny lokal för styrelsen.
- Drar i nätverk och håller kontakt med ansvariga på Kommunen och andra möjliga fastighetsägare.
- Är aktiva och strategiska – där målet att hitta en ny lokal är ett högt prioriterat måste.

Kontaktperson: Frank Graveus, Lotta Svensson

10. Instruktörsgrupp

Arbetsuppgift:

- Ta hand om instruktörernas trivsel och sammanhållning, hålla ögon och öron öppna kring coachutbildning och domarutbildning och uppmuntra våra medlemmar och instruktörer att gå dessa.
- Ordnar kick-offdagar för instruktörerna.

Kontaktperson: Andreas Jönsson, Thomas Allard, Peter Leventin, Mats Bruér,

11. Utbildningsgruppen

Arbetsuppgifter:

- Undersöka och i den mån det är ekonomiskt gångbart även bjuda in externa föreläsare kring teman som motivation, skadehantering, forskning om idrott, kön, etnicitet etc. stresshantering, för samtliga medlemmar utbildningar/föreläsningar

Kontaktperson: Balli Lelinge och Lotta Dahlqvist

12. Schemaläggning

Arbetsuppgifter:

- Se till att i god tid ha ett schema klart inför terminsstart i augusti/januari och hantera eventuella ändringar under terminen ska kommuniceras med instruktörerna och medlemmarna.

Kontaktperson: Balli Lelinge, Eva Nyman

13. Hemsidan - dokumentationsgruppen

Arbetsuppgifter:

- Hålla hemsidan fräsch, uppdaterade och dokumentera med bild och film.

Kontaktperson: Henrik L-P, Peter Eek, Henrik Tylstam

14. Shopen och inköp

Arbetsuppgifter:

- Hålla shopen uppdaterad på hemsidan och köpa in material, kläder etc.

Kontaktperson: Peter Leventin, Martin Ekenberg

15. Ungdomsgruppen

Arbetsuppgifter:

- Två gånger per termin träffas ungdomsgruppen.
- Syftet med denna grupp är att skapa ett BDS kamratnätverk, hitta på aktiviteter, men även att ha en röst inför styrelsen där de ger förslag på förbättringar som kan göras både i dojang träningsupplägg.

Kontaktperson: Ingen just nu, så det är bara till att anmäla sig☺

Och att komma ihåg....

Baekdusan taekwondo klubb värnar om att både ha kul tillsammans och att satsa på att vara bland de bästa klubbarna i Sverige, så småningom även internationellt! Vi vill arbeta målmedvetet med vår breda blandning av utövare; som tränar för att det bara är kul eller som bara vill tävla lite ibland samt till dem som satsar på en landslagsplats... Vi vill arbeta med denna valmöjlighet för vi tror att det bidrar till den

egna utvecklingen bäst! Våra duktiga instruktörer är vägledare i utövarnas utmaningar och valmöjlighet.

Nästa nyhetsbrev kommer i februari 2018!

Styrelsen

**Glad
Allhelgonahelg!!**

