

Motioner som inkommit till styrelsemöte 2024-2025

Motion 1

Jag vill lämna in en motion om att vi går ur Crossfit-organisationen.

Styrelsens yttrande gällande motioner om utträde ur CrossFit (Motion 1 och Motion 4):

Styrelsen har tagit emot två motioner som föreslår att föreningen ska lämna sitt affilierade medlemskap i CrossFit. Då båda motionerna berör samma fråga, föreslår styrelsen att de behandlas som en och samma motion i årsmötet.

Frågan om utträde ur CrossFit är av stor betydelse för föreningens framtid och behöver analyseras grundligt innan ett beslut fattas. Avgiften för CrossFit-affiliering har nu stigit till 5 500 USD per år, och motionerna lyfter att det främst är rätten att använda namnet "CrossFit" som erhålls i utbyte mot denna kostnad. Det har också framförts att föreningen skulle kunna använda dessa medel på ett mer ändamålsenligt sätt, exempelvis till utrustning, utbildningar eller en eventuell utbyggnad av lokalen.

Ett utträde skulle dock även kunna ha konsekvenser för föreningens varumärke, rekrytering och sammanhang inom den funktionella träningsvärlden. Därför anser styrelsen att det är av stor vikt att samtliga aspekter – både för- och nackdelar – utreds noggrant innan ett beslut fattas.

Styrelsens förslag

Styrelsen föreslår att årsmötet beslutar att tillsätta en oberoende arbetsgrupp med uppdrag att:

- Utredda för- och nackdelar med att lämna CrossFit
- Analysera de ekonomiska, organisatoriska och sportsliga konsekvenserna av ett utträde
- Föreslå möjliga alternativ för föreningens framtida inriktning och varumärke

Arbetsgruppen ska presentera sina slutsatser och rekommendationer till styrelsen senast [ange datum, t.ex. 31 oktober 2025], och ett extra medlemsmöte föreslås hållas [ange månad, t.ex. november 2025] för att fatta ett välgrundat beslut i frågan.

Styrelsen rekommenderar därmed att årsmötet inte tar beslut om att lämna CrossFit vid detta tillfälle, utan istället låter den föreslagna arbetsgruppen genomföra en objektiv och välgrundad utredning som kan ligga till grund för ett framtida beslut. Styrelsen föreslår också att årsmötet nominerar vilka som ska ingå i arbetsgruppen.

Motion 2

Jag vill härmed lämna in en motion om att ta bort varningssystemet.

Så som jag har fått det förklarat för mig så finns varningssystemet bara för att underlätta för ledarna att planera sina pass, om de i förväg vet hur många som kommer.

Det kan jag köpa.

Men som systemet ser ut nu så är det ju olika villkor för att avanmäla sig till ett pass mot att anmäla sig till ett pass, vilket ju i sig är märkligt.

Det måste ju rimligtvis vara svårare att planera ett pass om det anmäler sig en massa folk precis innan passet börjar, än om det avanmäler sig någon enstaka person någon timma innan passet.

Så om syftet är att göra det lättare att planera så borde det ju i så fall vara lika minst lika lång eller längre spärrtid på att anmäla sig till pass som att avanmäla sig.

Nuvarande system motiverar heller inte till att hjälpa varandra, eftersom om förhinder uppstår försent dvs mindre än 3 timmar före ett pass, så finns det ingen mening för den som fick förhinder att avanmäla sig, eftersom man får en varning ändå hur man än gör.

Vi är väl alla förhoppningsvis vuxna människor som ser till att avanmäla sig om man någon gång får förhinder, och är det någon enstaka som missköter sig så får man väl helt enkelt ta ett snack med den personen då, svårare är det ju inte.

Jag motionerar därför för att varningssystemet avskaffas i sin helhet.

Yttrande från styrelsen angående motion om att ta bort varningssystemet

Styrelsen har tagit del av motionen som föreslår att varningssystemet för avanmälan till pass ska avskaffas. Efter övervägande föreslår vi att motionen avslås med följande motivering:

1. Varningssystemet fyller en viktig funktion

Syftet med varningssystemet är att säkerställa att passens deltagarantal speglar verkligheten så tidigt som möjligt. Genom att medlemmarna i god tid avanmäler sig från pass skapas en bättre överblick över antalet tillgängliga platser. Detta gör det möjligt för andra medlemmar att ta en plats i god tid och för ledarna att planera passen effektivt.

2. Ingen faktisk avstängning utan möjlighet att träna vidare

Det har inte funnits en praxis att straffa eller permanent stänga av medlemmar som får för många varningar. Istället har de kunnat kontakta administratören i systemet (Zoezi) för att lösa situationen och fortsätta träna. Därmed finns redan en flexibilitet som gör att eventuella missförstånd eller oförutsedda omständigheter kan hanteras smidigt.

3. Systemet uppmuntrar ansvarstagande

Även om det kan uppstå situationer där en medlem får förhinder med kort varsel, är grundprincipen att alla tar ansvar för sina bokningar och gör sitt bästa för att informera om förändringar i tid. Ett helt avskaffat varningssystem skulle kunna leda till fler sena avbokningar eller uteblivna avanmälningar, vilket skapar osäkerhet kring deltagarantalet och minskar möjligheten för andra medlemmar att delta i passen.

4. Avanmälan och anmälan sker utifrån olika behov

Motionären påpekar att det är olika tidsgränser för anmälan och avanmälan. Detta är dock en medveten utformning av systemet. Anmälningfönstret ger flexibilitet för dem som vill delta i ett pass, medan avanmälan med tidsfrist säkerställer att platser frigörs i rimlig tid för andra att hinna anmäla sig. Att ha lika långa tidsgränser för båda skulle kunna skapa mer osäkerhet snarare än förbättrad planering.

Med hänsyn till dessa faktorer anser styrelsen att varningssystemet bör behållas och föreslår därför att motionen avslås.

Motion 3

Angående: Att stärka vår identitet och fördjupa oss i CrossFit

Bakgrund

CrossFit Mälardalen är med största sannolikhet den enda ideella CrossFit-boxen i världen – något vi ska vara stolta över.

Samtidigt finns det en risk att vi förlorar fokus på vad det innebär att vara en CrossFit-box. Under åren har det diskuterats vilken inriktning föreningen ska ha, och även om vi enligt stadgarna är en CrossFit-box har frågan om programmering och träningsupplägg lett till en bredare diskussion om föreningens grundläggande syfte.

Många medlemmar är inte medvetna om skillnaden mellan CrossFit Games och CrossFit.com, trots att de är relaterade. Därtill saknar många en djupare förståelse för vad CrossFit innebär som helhet och vilka möjligheter det erbjuder. Detta leder till att vissa ifrågasätter vår identitet utan att fullt ut förstå vad det skulle innebära att lämna CrossFit-communityn.

CrossFit.com har förändrats mycket sedan vi startade föreningen, men vi har inte aktivt följt dess utveckling. Vid en nylig genomgång av tillgängliga resurser blev vi positivt överraskade av mängden information, kurser och stödmaterial som erbjuds. Medlemmar, ledargruppen och styrelsen bör därför fatta välgrundade beslut om föreningens framtid baserat på en bättre

förståelse för vad vi har – och vad vi riskerar att förlora.

Vår identitet som CrossFit-box

Enligt våra stadgar ska CFMD bedriva CrossFit, och det är inte förenligt med vår grund att förändra detta. Om vissa medlemmar vill träna på ett annat sätt finns det andra alternativ, men att förändra föreningens syfte är inte rätt väg framåt.

CrossFit är limmet som håller verksamheten samman. Det har präglat vår förening i många år och skapat en stark gemenskap. Vi har identifierat att vi idag endast nyttjar en bråkdel av de resurser som CrossFit erbjuder.

Exempelvis betalar vi årligen 18 000 kronor för extern programmering (Kriger), trots att CrossFit erbjuder en programmering som ingår i vår affiliateavgift. Denna avgift ger oss dessutom tillgång till marknadsföringsmaterial och ett varumärke med ett starkt inneboende värde, vilket är en stor konkurrensfördel.

Vår närmaste konkurrent, Muskel Fokus, har minskat sin andel funktionella träningspass, vilket gör att vi har en möjlighet att stärka vår position. Samtidigt ser vi att andra boxar, såsom Walleye och Fristaden, har en tydligare CrossFit-inriktning och därmed blir mer attraktiva för både coacher och medlemmar. Om vi förlorar vår identitet riskerar vi att tappa både nuvarande och potentiella medlemmar och coacher.

Coachning

Att vara coach i CrossFit Mälardalen innebär att vi är där för medlemmarnas utveckling. För att säkerställa hög kvalitet i vår coachning bör vi:

☑ Bygga vår coachning kring CrossFits 9 grundläggande rörelser och dess principer.

☑ Säkerställa att varje medlem får individuell feedback genom att:

o Nämnas vid namn.

o Få minst en konkret cue (instruktion) per pass.

☑ Arbeta mer aktivt med kvalitetsutveckling genom:

o Månatliga coachningsfokusområden.

- o Regelbunden vidareutbildning av coacher.
- o Att lyfta en artikel från CrossFit Journal vid varje ledarmöte.

Dessa åtgärder kommer att stärka coachernas kompetens och skapa en mer enhetlig coachningsnivå i föreningen.

Marknadsföring

Intern marknadsföring

Nöjda medlemmar är vår bästa marknadsföring. När medlemmar känner att de får ett mervärde – mer än bara träningen – stärks deras lojalitet och engagemang. Vi har historiskt byggt upp en identitet präglad av nybygggaranda och en stark gemenskap. Vi behöver fortsätta stärka denna känsla genom att utnyttja de resurser som CrossFit erbjuder.

Extern marknadsföring

CrossFit ger oss en stark varumärkesnärvaro som vi kan använda bättre. Vi föreslår följande åtgärder för att stärka vår marknadsföring:

1. CrossFit Open – Arrangera Open på boxen och aktivt dela leaderboards och CrossFit Games-uppdateringar via sociala medier.
2. CrossFit-relaterat innehåll – Publicera CrossFit-relaterat material regelbundet.
3. Tävlingar och event – Anordna klubbmästerskap och andra tävlingar årligen.
4. Workshops – Genomföra minst en workshop per år om exempelvis Open eller CrossFits träningsprinciper.
5. CrossFit-festen – Skapa ett årligt event för att fira vår community och stärka gemenskapen.

Yrkande

Vi yrkar på att årsmötet beslutar att:

1. CrossFit Mälardalen ska fortsätta att bedriva CrossFit som träningsform och fördjupa sig i den.
 2. Föreningen i högre grad ska utnyttja de resurser och fördelar som affiliateavgiften ger, såsom programmering, coachningsmaterial och marknadsföringsstöd.
 3. Coachningen i föreningen ska kvalitetssäkras genom att vi följer CrossFits coachningsprinciper och genomför regelbunden vidareutbildning av coacher.
 4. Den interna och externa marknadsföringen stärks genom att vi regelbundet lyfter fram CrossFit-relaterat innehåll och engagerar oss mer i den globala CrossFit-communityn.
- Vi är övertygade om att dessa åtgärder kommer att stärka vår box, vår gemenskap och vår unika position i träningsvärlden.

Förslagsställare: CrossFit-utvecklingsgruppen

Datum: 25.03.01

Yttrande från styrelsen:

Styrelsen bedömer att denna motion är en del av den pågående frågan om föreningens affiliering till CrossFit och därmed bör ingå i den utredning som föreslås i vårt yttrande på motionerna om utträde. **Vi föreslår därför att motionens innehåll överlämnas till den kommitté som ska analysera frågan och att inga beslut fattas vid årsmötet i denna fråga innan utredningen är klar.**

Vidare anser styrelsen att flera av de punkter som tas upp i motionen rör föreningens löpande verksamhet och bör hanteras av styrelsen, ledargruppen och medlemsgruppen CrossFit-utveckling inom ramen för deras ordinarie arbete. Årsmötet behöver därför inte fatta något separat beslut i frågan.

Motion 4

Vill också lägga in en motion om att vi ska gå ur Crossfit ink.

Med motivering att vi får bara namnet CrossFit för pengarna vi lägger på detta.

Då avgiften för detta har gått upp till 5500 dollar och vi får bara ett namn för detta.

Då tycker jag att föreningen kan använda alla dessa pengar till andra saker istället tex utrustning, utbildning, bygga ut lokalen som är för liten med mera

Nu när föreningen har funnits så länge så tror jag att det inte längre spelar någon roll om vi heter CrossFit lägre.

Vi kan säkert bara ändra till CF Mälardalen. Kan inte tänka mig att dem har skyddat CF eller gå tillbaka till keep fit

Styrelsens yttrande:

Se yttrande av Motion 1