

Kultur- och fritidsförvaltningen
Lena Hellström

Kartläggning av gruppträning i Östhammar kommun 2016-11-21

1. Östhammars kommuns gruppträning

Kunder

Bokningssystem: BokaTräning (www.osthammar.bokatraining.se)
496 st kunder (Ökat med 180 ca sedan februari 2016)
66 Män 13%
430 Kvinnor 86%

Kunder födda:

Ca 40 kunder har inte lämnat fullständiga uppgifter, vilket gör att vi inte kan kartlägga när de är födda eller vart de är bosatta.

2000: 1% (6)
1990: 23% (90)
1980: 21% (81)
1970: 27% (105)
1960: 16% (61)
1950: 8% (33)
1940: 1% (5)

Den äldsta är född år 1941, den yngsta är född 2001.

Kunderna får börja träna vid 15 år fyllda. 2 registrerade kunder är födda 2001.

Kunder bosatta:

Östhammar: 63% (253)
Gimo: 15% (62)
Gräsö: 2% (11)
Öregrund: 5% (20)
Hargshamn: 2% (10)
Alunda: 2% (11)
Österbybruk: 3% (12)
Övriga Sverige, utanför kommunen: 5% (20)

Gruppträningspass

Pris/gång vuxen: 60kr

Antal och typ

Under högsäsong finns mellan 11 och 13 pass i veckan, utspridda på 5-6 dagar i veckan.

Under sommar och jul säsong finns mellan 6-8 pass i veckan, utspridda på 4-5 dagar i veckan.

Pass HT 2016

Bodybalance (Les mills) 2 ggr/veckan
Bodypump (Les mills) 3 ggr/veckan
CXWORX (Les mills) 1ggr/veckan
Sh'bam (Les mills) 2ggr/veckan
Box 1ggr/veckan
PLYO 1ggr/veckan
Cykling 1-2ggr/veckan

Beläggning pass:

Oktober 2015

Pass med under 30% beläggning: 34% (13 pass)

Pass med mellan 31-50% beläggning: 26% (10 pass)

Pass med mellan 51-80% beläggning: 40% (15 pass) Bäst beläggning var 73%

Pass med mellan 81-100% beläggning: 0%

Oktober 2016

Pass med under 30% beläggning: 34% (16 pass)

Pass med mellan 31-50% beläggning: 40% (19 pass)

Pass med mellan 51-80% beläggning: 23% (11 pass) Bäst beläggning var 73%

Pass med mellan 81-100% beläggning: 2% (1 pass)

Lokal

Skytte lokalen/Pumplokalen under Frösåkersskolan, Östhammar: 6-7 pass/veckan.

Tidigaste passet startar: 07:00

Senaste passet startar: 19:15

Kulturskolans danslokal, Östhammar: 2 pass/veckan

Tidigaste passet startar: 17:30

Senaste passet startar: 19:15

Gruppträningsrummet Gimo sim & sporthall, Gimo: 3pass/veckan

Tidigaste passet startar: 18:45

Senaste passet startar: 20:00

Kostnad och intäkter 2016 (prognos)

Kostnader: -490 000 kr

varav Lön: - 210 000 kr

Skivstänger: - 80 000 kr

Övriga kostnader: - 200 000 kr

Intäkter: 100 000 kr

Prognos 2016: -390 000 kr

Arbetstid

En samordnande roll med just nu 10% arbetstid för uppdraget, samt tio instruktörer med 1-2 pass per vecka.

2. Friskis och svettis

Kunder

Kunder får börja träna med Friskis & svettis gruppträning från 13 år. I åldrarna 13-16 år får medverka endast ske i målsmans sällskap.

Ingen övrig information om kunder finns.

Kunderna bokar plats på passen skivstång och cirkelfys. Det sker via sms.

Gruppträningspass

Pris/gång för vuxen: 60 kr

Antal och typ /Pass HT 2016 /Lokal

Träningspassen finns i fyra orter i Östhammars kommun, och i totalt 8 salar.

Alunda:

Månd kl 19 Jympa medel

Tisd kl 20 Cirkelfys

Onsd kl 19:30 SkivstångIntervall

Torsd kl 19 Jympa bas

Lörd kl 10 Core

Sönd kl 18 SkivstångIntervall

Gimo:

Månd kl 19 Jympa bas

Tisd kl 19 Yoga (Hammarskolan)

Onsd kl 19 Jympa medel

Torsd kl 17.45 Soft (Hammarskolan)

Torsd kl 19 SkivstångIntervall (Hammarskolan)

Sönd Kl 18 SkivstångIntervall(Hammarskolan)

Östhammar:

Månd kl 18:30 Jympa bas (Frösan)

Tisd kl 10 soft (skyttelokalen)

Tisd kl 19 SkivstångIntervall (skyttelokalen)

Onsd kl 17 Soft (Kristinelund)

Onsd kl 18:15 Yoga (Kristinelund)

Torsd kl 19:30 Core (Kristinelund)

Lörd kl 10 SkivstångIntervall (skyttelokalen)

Öregrund:

Månd kl 19 SkivstångIntervall

Tisd kl 19 Jympa medel

Onsd kl 19 Yoga (Sven Perssonhallen)

Torsdag kl 18:00 Jympa bas

Torsdag kl 19 SkivstångIntervall

3. Träna Nära

Kunder

Ingen information om kunder hittades.
Bokning sker via sms eller mail.

Gruppträningspass

Pris /gång vuxen: Inget 1gångs pris finns.

Antal och typ /Pass HT 2016 /Lokal

Träningspassen i fem bygdegårdar, Ekeby, Tuna, Tibble, Stavby, Vendel.

Tisdag kl 18:30 Tabata (Ekeby bygdegård)

Tisdag kl 20:00 Tabata (Tuna bygdegård)

Tisdag kl 20:00 Pilates (Tuna bygdegård)

Onsdag kl 17:30 Afrodans (Tibble bygdegård)

Onsdag kl 19:00 Yoga för män (Stavby bygdegård)

Onsdag kl 20:15 Fortsättningsyoga (Stavby bygdegård)

Torsdag kl 19:00 Yoga (Ekeby bygdegård)

Fredag kl 09:15 Yoga för seniorer (Tibble bygdegård)

Söndag kl 17:00 Afrodans (Vendel bygdegård)

Söndag kl 19:00 Yoga (Tibble bygdegård)

4. SPF Seniorerna havsörnen

Erbjuder yoga och lättare gruppträning riktad till seniorer.

<http://www.spf.se/content.asp?nodeid=20013>

Kunder

Gruppträningspass

Pris/gång vuxen: Okänt

Antal och typ/Pass HT 2016/Lokal

Gymnastik

Fredag kl 10:15 i Sven Perssonhallen, Öregrund

100kr/termin 15 januari-6 maj.

Bokningsmetod okänd.

Yoga

Tisdag kl 10:30 i Rådhusalen, Öregrund

Bokningsmetod och kostnad okänd.

5. SPF Seniorerna Rospiggen

[Ingen gruppträning.](#)

6. Österby gymnastikklubb

Kunder

Åldersgräns 15 år.

Kunder bokar spinning passen i förväg via sms till instruktören.

Gruppträningspass

Pass finns i Österbybruk i totalt 2 hallar: Gamla hallen och Sporthallen. På sporthallen finns också spinningssalen och simhallen.

Pris/gång vuxen: 60kr

Antal och typ/Pass HT 2016/Lokal

Måndag kl 18 Stretching (Gamla hallen, Österbybruk)

Måndag kl 19 Spinning (Spinningssalen, Österbybruk)

Tisdag kl 19 Medelgympa (Sporthallen, Österbybruk)

Onsdag kl 19 Spinning (Spinningssalen, Österbybruk)

Torsdag kl 20 Funktionell styrka med core (Sporthallen, Österbybruk)

Lördag kl 09 Vattengympa (Simhallen, Österbybruk)

Söndag kl 18:30 Skivstång puls (Sporthallen Österbybruk)

7. Furuhöjds kyrkan Alunda

1 pass lättgympa/vecka.

8. Tornvillan träningsstudio

Ingen gruppträning

9. Richard Gardbell

Ingen information hittades.

10. <http://yoga.annagoransson.com/>

Gruppträningspass

Måndag 18:30 Yin/Restorative

Torsdag 18: 30 Hatha

Lördag 10:00 Hatha 1-2 (Tallparkspaviljongen Öregrun)

<http://yoga.annagoransson.com/priser/>