



Styrelsen för Marschföreningen Ambulator kallar till föreningens ordinarie årsmöte.

Datum och tid 2025-02-16 kl. 15:30-16:00	Kallade Medlemmar, styrelse, revisorer och valberedning
Plats Klubbrummet, Råstaparkhallen, Råsta Strandväg 32 i Solna	

FÖREDRAGNINGSLISTA	NOTERING
1. Årsmötets öppnande.	
2. Fastställande av röstlängd ¹ för mötet.	Betalande medlemmar har rösträtt.
3. Val av ordförande och sekreterare för mötet.	
4. Val av protokolljusterare och rösträknare.	
5. Fråga om medlemmarna har kallats till årsmötet på rätt sätt och inom rätt tid. ²	Mötet utlystes den 15 januari 2025.
6. Fastställande av föredragningslistan.	
7. Styrelsens verksamhetsberättelse med årsredovisning/årsbokslut för det senaste verksamhets-/räkenskapsåret.	Verksamhetsberättelsen redovisas i Bilaga 1 och årsredovisning/årsbokslutet i Bilaga 2.
8. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets-/räkenskapsåret.	Se Bilaga 3.
9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.	
10. Fastställande av medlemsavgifter för kommande verksamhetsår.	Styrelsen föreslår att medlemsavgiften för år 2026 blir 200 kr/medlem/år.

¹ Stadgarna 3 Kap. 4 §: ” För att vara röstberättigad på årsmöte krävs att medlemmen under mötesåret fyller lägst 12 år, att medlemskap har beviljats minst två månader före årsmötet, och att förfallna medlemsavgifter har betalats senast två månader före årsmötet. Medlem som inte har rösträtt har yttrande- och förslagsrätt på mötet.”

² Stadgarna 3 Kap. 1 §: ”Kallelse till årsmötet och förslag till föredragningslista ska av styrelsen senast tre veckor före mötet tillhandahållas medlemmarna på sätt styrelsen bestämt. Vidare ska kallelse och förslag till föredragningslista publiceras på föreningens hemsida och anslås i klubblokal eller på annan lämplig plats. Har förslag väckts om stadgeändring, nedläggning eller sammanslagning av föreningen med annan förening eller annan fråga av väsentlig betydelse för föreningen eller dess medlemmar ska det anges i kallelsen.”



FÖREDRAGNINGSLISTA	NOTERING
11. Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av ekonomisk plan för kommande verksamhets-/räkenskapsår.	Se Bilaga 4 och Bilaga 2.
12. Behandling av i rätt tid inkomna motioner med styrelsens kommentar till dessa.	Inga motioner föreligger.
13. Propositioner.	Styrelsen föreslår att verksamhet ska genomföras i samarbete med Stockholms Kavalleri- och Jägarbefälsförening ³ i syfte att kunna marknadsföra verksamhet via militära media för att attrahera fler uniformerade deltagare.
14. Årsmötets eventuella instruktioner till valberedningen.	Årsmötet uppdrog åt valberedningen rekrytera fler kvinnor och fler yngre till funktionärer i föreningen.
15. Fastställande av total arvodessumma ur egna medel att fördelas bland föreningens funktionärer efter fullgjort uppdrag enligt beslut i styrelsen.	Styrelsen föreslår en total arvodessumma ur egna medel om 0 kronor.
<i>Notering: Årsmötet 2023 valde, som halva antalet övriga ledamöter för tiden fram till årsmötet 2025, Christer Berggren och Eva Holmberg.</i>	
16. Val av	
a. föreningens ordförande för en tid av ett år;	Till föreningens ordförande, för ett år, föreslår valberedningen omval av Björn Liszka.
b. halva antalet övriga ledamöter i styrelsen för en tid av två år;	Till hälften av de övriga ledamöterna, för tiden fram till årsmötet 2026, föreslår valberedningen omval av Christer Berggren och nyval av Andreas Olofsson efter Eva Holmberg som lämnar styrelsen p.g.a. byte av bostadsort.
c. två revisorer jämte ersättare för en tid av ett år. ⁴	Till revision, för ett år, föreslår valberedningen omval av Lars Vigerland och nyval av Katerina Hellström som revisorer samt omval av Daniel Sörlöv och omval av Michael Welander som ersättare.
d. minst tre ledamöter i valberedningen för en tid av ett år, av vilka en skall utses till ordförande;	Till valberedning, för ett år, föreslår styrelsen Rolf Åkerblom, Johan Huovinen och Jakob Widlund med den sistnämnda som ordförande.

³ Org. 802008–7659.

⁴ Stadgarna 3 kap. 5 §: ”I detta val får inte styrelsens ledamöter delta.”



FÖREDRAGNINGSLISTA	NOTERING
e. ombud till Svenska Folk-sportförbundet SFF (org. 825003–9404).	Valberedningen föreslår Tell Hermanson.
f. ombud till övriga möten där föreningen har rätt att vara representerad genom ombud.	Till ombud för övriga möten föreslår valberedningen att styrelsen utser ombud.
g. kontaktpersoner för Internationaler Volks-sportverband e. V. IVV – (org. DE273928633).	Valberedningen föreslår Tell Hermanson och Christer Berggren.
h. kontaktpersoner för Svenska Friidrottsförbundet SFIF (org. 802001–0719).	Valberedningen föreslår Tell Hermanson och Christer Berggren.
17. Eventuella fyllnadsval.	Inga kända fyllnadsval föreligger.
18. Eventuella övriga frågor som anmälts under punkt 6. ⁵	
19. Uppgift om var och hur medlemmarna kan ta del av det justerade årsmötesprotokollet.	
20. Årsmötets avslutande.	

Välkomna!

Björn Liszka

Björn Liszka

Föreningens ordförande

⁵ Beslut i fråga av större ekonomisk eller annan avgörande betydelse för föreningen eller medlemmarna får inte fattas om den inte varit med i kallelsen till mötet.



Bilaga 1: Styrelsens verksamhetsberättelse

Styrelsen för Marschförening Ambulator får härmed avge följande verksamhetsberättelse för tiden 1 januari 2024–31 december 2024:

Årsmötet

Årsmötet 2024 hölls den 27:e mars 2024 i Serveringen, Sporthallen i Solna, Ankdammsgatan 46, Solna, samt via länk.

Björn Liszka var ordförande för mötet och övriga deltagare var Andreas Bylger (länk), Christer Berggren, Ellinor Hammarsten (länk), Eva Holmberg (länk), Fredrik Asklund, Mikael Ekstedt (länk), Rolf Åkerblom, och Thomas Nilsson.

Föreningsfunktionärer

Föreningens styrelse har under året utgjorts av Björn Liszka som ordförande och de övriga ledamöterna Christer Berggren som sekreterare, Andreas Bylger som kassör och Eva Holmberg som vice ordförande.

Föreningens revision har under året utgjorts av Lars Vigerland och Peter Wallenberg som revisorer med Daniel Sörlöv och Michael Welander som ersättare.

Föreningens valberedning har under året utgjorts av Rolf Åkerblom och Johan Huovinen som ledamöter och Jakob Widlund som ordförande.

Föreningens kontaktperson för Svenska Folksportförbundet har varit Tell Hermanson.

Föreningens kontaktpersoner för IVV har varit Tell Hermanson och Christer Berggren.

Föreningens medlemskap

Föreningen är ansluten till Svenska Folksportförbundet⁶ (SFF) och via den ansluten till Internationella Folksportförbundet/Internationaler Volkssportverband e. V. IVV7.

Föreningen är ansluten till Svenska Friidrottsförbundet (SFIF) org. 802001–0719 och via den ansluten till Sveriges Riksidrottsförbund org. 802002–8166.

Medlemmar i föreningen

Antalet medlemmar i föreningen under år 2024 var 39 st.

⁶ Svenska Folksportförbundet org. 825003–9404 är ett riksförbund, grundat 1979, för främjande av motion utan tidtagarur och konkurrens. Man har som målsättning att inom de fyra aktiviteterna vandring, cykling, simning och skidsport få människor att aktivt arbeta för vänskap, förståelse och bättre hälsa, både lokalt och globalt.

⁷ (VR 200 655). org. DE273928633,



Evenemang

A. Frösunda mångkampsförenings historiska evenemangskatalog

Längd	Namn	Km per dag	Tidpunkt	Plats	Status år 2024
1 dag	Snösvägen	20	Januari	Lövön	Aktiv
1 dag	Vårskruden	10/20/30/40	Mars/april	Ursvik	Vilande
1 dag	Nattsärken	10	Juni	Ursvik	Vilande
2 dagar	Bärsärkagången	20/30/40	Juni	Ursvik	Aktiv
1 dygn	24-timmars ⁸	10–125	Augusti	Södermalm	Aktiv
2 dagar	Höstsärken	30	September/oktober	Ursvik	Vilande

B. Marschföreningen Ambulators genomförda evenemang 2024

Föreningen hade sju (7) evenemang under verksamhetsåret 2024; Snösvägen, World Walking Day, 4Dagars Stockholm, Bärsärkagången, Centum & Centum Decem, Sverigevandringen, och Tio öar.

C. Nyckeldata

Snösvägen

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-01-06	33	Karamellan, Drottningholms slott, Lovön		
Marschledare	Biträdande marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Tell Hermansson	Rolf Åkerblom	Rolf Åkerblom	Björn Liszka	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
22	-	-	-	
Summa dagsstarter	Summa km per deltagare, snitt	Summa km		
22	20	440		
Övrigt				

Det första genomförandet av Snösvägen i MF Ambulators regi.

World Walking Day

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-05-08	1	Ambulatortrappan, Rålambshovsparken, Stockholm		
Marschledare	Biträdande marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Maureen Dap	Rolf Åkerblom	-	-	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
8	-	-	-	
Summa dagsstarter	Summa km per deltagare, snitt	Summa km		
8	11,25	90		
Övrigt				

Det första genomförandet av World Walking Day i MF Ambulators regi.

⁸ Numera Centum.



4Dagars Stockholm

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-05-09--12	5	Ambulortrappan, Råambshovsparken, Stockholm		
Marschledare	Bitr. marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Christer Berggren	Jörgen Hillbom	Jörgen Hillbom	-	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
20	14	14	14	
Summa dagsstarter	Summa km per deltagare, snitt		Summa km	
62	25,16		1 560	
Övrigt	-			

Bärsärkagången

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-06-15--16	36	Ursviks idrottsplats, Ursviksvägen 99, Sundbyberg		
Marschledare	Bitr. marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Micke Ekstedt	Rolf Åkerblom	Tell Hermanson	Leif Pettersson	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
46	44	-	-	
Summa dagsstarter	Summa km per dag, snitt		Summa km	
90	38		3 420	
Övrigt	-			

Centum och Centum Decem

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-08-25/26	12/3	Långholmen under Västerbron, Skutskeparv. 7, Stockholm		
Marschledare	Bitr. marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Nicklas Ulvnäs	-	Nicklas Ulvnäs	Nicklas Ulvnäs	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
22	-	-	-	
Summa dagsstarter	Summa km per dag, snitt		Summa km	
22	93,59		2 058,88	
Övrigt	Evenemanget utan packning hette tidigare 24-timmars,			



Sverigevandringen

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-09-07	1	Livreg. drag. minnessten Museiv. 2, Gärdet, Stockholm		
Marschledare	Bitr. marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Jennifer Eserblom	-	-	-	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
6	-	-	-	
Summa dagsstarter	Summa km per deltagare, snitt	Summa km		
6	10	60		
Övrigt				
Det första genomförandet av Sverigevandringen i MF Ambulators regi.				

Tio öar

Genomförandedatum	Nr	Samlingsplats		
2024-09-28	3	Stockholms Central, Centralplan 15, Stockholm		
Marschledare	Bitr. marschledare	Kanslichef	Supportansvarig	
Ellinor Hammarsten	-	-	Andreas Olofsson	
Antal startande dag 1	Antal startande dag 2	Antal startande dag 3	Antal startande dag 4	
15	-	-	-	
Summa dagsstarter	Summa km per dag, snitt	Summa km		
15	47,33	710		
Övrigt				
-				

D. Ackumulerad evenemangsdata

År	Summa deltagare	Summa dagsstarter	Km/dag, snitt	Summa km
2023	107	150	41,3	6 200
2024	139	225	37,1	8 338



Styrelsens kommentarer

Antalet deltagare i årets evenemang nådde inte upp till styrelsens förväntningar.

Antalet medlemmar i föreningen nådde inte upp till styrelsens förväntningar.

Föreningen har investerat ett ansenligt kapital i utmärkelser samt textil- och klistermärken i den utsträckning att ytterligare anskaffning det närmaste året inte bedöms vara nödvändig.

Många informella kontakter har under året tagits mellan styrelse och övriga funktionärer för att planera, leda och följa upp verksamheten.

Styrelsen och funktionärer har gemensamt redan tidigare fastslagit att ”vi kan det här” med att arrangera evenemang och ansträngningar ska nu fortsatt inriktas gentemot att marknadsföra evenemangen i syfte att få fler deltagare.

Styrelsen tackar Ursvik IK org. 815200–8309, Heleneborgs båtklubb org. 802001–4034 och Sporthallen i Solna Aktiebolag org. 556229–2606 för lån av lokaler i samband med Bärsärkagången, Centum/Centum Decem och föreningens årsmöte.

Styrelsen vill avslutningsvis rikta ett stort tack till funktionärerna och särskilt till Tell Hermanson, Maureen Dap, Mikael Ekstedt, Nicklas Ulvnäs, Eva Holmberg, Roger Forgbert, Leif Pettersson, Jörgen Hillbom, Tell Hermanson, Rolf Åkerblom och Jennifer Eserblom – utan ert engagemang hade marscherna inte kunnat genomföras.

Med denna verksamhetsberättelse avslutas det 46:e verksamhetsåret och framför föreningens styrelse ett varmt tack till alla medlemmar och andra som under det gångna året på ett osjälviskt sätt verkat för vår stolta förenings fortsatta framgång.

Solna den 15 januari 2025

MARSCHFÖRENINGEN AMBULATOR

org. 802458–2796

Björn Liszka

Björn Liszka
Föreningens ordförande

Eva Holmberg

Eva Holmberg
Föreningens vice ordförande

Christer Berggren

Christer Berggren
Föreningens sekreterare

Andreas Bylger

Andreas Bylger
Föreningens kassör



Bilaga 2: Styrelsens förvaltningsberättelse (resultat- och balansräkning), samt budget

Resultaträkning 2024-01-01--2024-12-31:

	Utfall 2024, kr	Budget 2025, kr
FÖRENINGENS INTÄKTER		
Försäljning varor	3 570,50	4 000,00
Bärsärkagången	18 600,00	20 000,00
4Dagars Stockholm	9 200,00	10 000,00
Tio öar	1 500,00	2 000,00
Centum	12 000,00	12 000,00
Centum Decem	1 400,00	1 500,00
Snösvängen	4 000,00	4 000,00
World Walking Day	1 590,50	2 000,00
Sverigevandringen	650,00	1 000,00
Medlemsavgifter	4 100,00	4 500,00
Erhållna bidrag	1 500,00	0,00
Summa intäkter	58 111,00	61 000,00
FÖRENINGENS KOSTNADER		
Livsmedel, märken och medaljer	-28 590,87	-30 000,00
Lokalhyra	-800,00	-1 000,00
Programvaror	-2 385,00	-2 500,00
Kontorsmateriel	-1 187,50	-1 000,00
IT-tjänster	-2 841,00	-3 000,00
Bankkostnader	-2 607,50	-2 500,00
Föreningsavgifter, ej avdragsgilla	-5 990,00	-6 000,00
Summa kostnader	-44 401,87	-46 000,00
FÖRENINGENS RESULTAT		
Årets vinst / förlust	13 709,13	15 000,00



Balansräkning 2024-01-01--2024-12-31:

	Ingående balans, kr 2024-01-01	Förändring	Utgående balans, kr 2024-12-31
FÖRENINGENS TILLGÅNGAR			
Kassa och bank	16 040,43	13 709,13	29 749,56
Medaljer samt textil- och klistermärken	0,00	0,00	0,00
Inventarier för support	0,00	0,00	0,00
Aktie i Sporthallen i Solna AB ⁹	0,00	0,00	0,00
Summa tillgångar	16 040,43	13 709,13	29 749,56
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
Eget kapital	45 676,73	0,00	45 676,73
Balanserad förlust	-29 636,30	0,00	-29 636,30
Årets resultat		13 709,13	13 709,13
Summa eget kapital och skulder	16 040,43	13 709,13	29 749,56

Tullinge 10 januari 2025

Andreas Bylger

Andreas Bylger
Föreningens kassör

⁹ Sporthallen i Solna AB org. 556229–2606.



Bilaga 3: Revisionsberättelsen

Undertecknad har i egenskap av externrevisor i enlighet med god revisionsred granskat årsrapporter och underlag avseende den ekonomiska förvaltningen för perioden 2024-01-01 t.o.m. 2024-12-31 för Marschföreningen Ambulator (802458–2796). Det är ledningen för organisationen som ansvarar för att bedriva verksamheten i enlighet med ändamålet för verksamheten. Jag har granskat de underlag jag har funnit rimliga att granska.

Vid granskningen har framkommit att inte någonting tyder på att Marschföreningen Ambulators redovisningsrutiner eller ekonomiska förvaltning strider mot god redovisningsred, ej heller finns några anmärkningar i övrigt att göra.

Jag rekommenderar därför att styrelsen för Marschföreningen Ambulator beviljas ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2024.

Stockholm den 14 februari 2025

Lars Vigerland, (Ekonomie doktor)

Externrevisor



Bilaga 4: Verksamhetsplan samt ekonomisk plan för kommande verksamhets-/räkenskapsår.

Styrelsen planerar att genomföra följande under verksamhetsåret 2025:

Namn	Ansvarig	Distans, km	Tidpunkt	Antal deltagare	
				Utfall 2024	Budget 2025
Snösvägen	Tell Hermanson	18	2025-01-06	22	30
Ready!	Tell Hermanson	10–50	Våren 2025	-	20
World Walking Day	Jennifer Eserblom	10/20	2025-05-08	8	15
4Dagars Stockholm	Christer Berggren	10/20/30/40/50	2025-05-09-12	20	25
Bärsärkagången	Mikael Ekstedt	20/30/40	2025-06-15-16	46	60
Centum & Centum Decem		11,11-99,99	2025-08-24/25	22	30
Sverigevandringen	Jennifer Eserblom	10/20	2025-09-07	6	15
Tio öar	Ellinor Hammarsten	50	2025-09-28	15	25

Föreningens styrelse planerar att

- låta föreningens grundkostnader från och med år 2025 finansieras helt med medlemsavgifter från lojala medlemmar,
- låta marschevenemangen från år 2025 bekostas helt med deltagaravgifter, samt att
- snarast införa ett digitalt medlemshanterings- och deltagaranmälningssystem, med integrerad betalning via Swish.