

Lokal Motion Ballerup

Ordinær Generalforsamling torsdag d.15/03-2018

Referat:

Deltager 44 stk.

Vi startede med at holde 1 minuts stilhed for at mindes dem vi har mistet i løbet af året.

1. Valg af dirigent valgt: Kirsten Møller
2. Beretning : formandens beretning blev læst op og godkendt uden kommentarer.
3. Regnskab: Regnskabet var blevet udsendt i forvejen så alle havde mulighed for at gennemgå det. Godkendt.
4. Budget; Gunnar Cramer havde en opfordring fra Ib fra spinning vedr. forhøjelse af tilskud, dette havde Kasseren afklaret direkte med Ib. Budgettet blev godkendt.
5. Indkomne forslag: Ingen
6. Valg; På valg var; Formand Annette Frostholt – Bestyrelsesmedlem Else Paulsen og Hanne Hoffmann - Suppleant Ib Nanfred og Mogens Jensen. Revisor Gitte Jonassen, - Revisorsuppleant Allis Nilsson, alle blev genvalgt med applaus.
Festudvalg: der skulle vælges et nyt festudvalg og følgende stillede op og blev valgt: Tonny Jørgensen – Johnna Olin – Verner Hansen – Annette Frostholt – Inger Storm - Ingelise Thygesen – Ulla Fischer.
7. Eventuelt: Gunnar Cramer mente at klubben kørte godt og måske lidt monotomt og efterlyste nogle nye aktiviteter så som indendørs fodbold og måske Bordtennis, bestyrelsen vil se på det.
Fester. Der har været lidt uenighed om levende musik til vores Fester, Kasseren gjorde opmærksom på at der ikke var budget til musiker 2 gange om året , men foreslog en afstemning om egenbetaling f.eks. ved at tillæge billetprisen 50,00 kr. kun 2 stemte for.
Vi ser frem til at det nye festudvalg arbejde og måske finder på noget Nyt og spændende.

Gunnar Cramer kommer igen med bordtennis og taler om sit gode Samarbejde med skolen og måske låne lokaler der !!!!!!!

Myrna Blom påpeger at vores generalforsamling falder sammen med Pensionist klubbens, og derfor er der flere som ikke kan deltage, Myrna foreslår at vi måske afholder det, den 3 uge i Marts.

Annette Frostholt gjorde opmærksom på klubbens fester;

Sommerfest ; Torsdag d. 14 juni

Vinterfest; Torsdag d. 06 december

Bilag: Formandens beretning – Beretning fra Spinning og Badminton
Beretning fra Byture. Årsregnskab

Referent: Else Paulsen

Beretning 2017 - Lokal Motion Ballerup – BADMINTON.

Badminton afdelingen har igen i 2017 haft et godt år.

Vor kontakt med skolekontoret på Måløv Skole har fungeret, og vi har fået de tider vi kan ønske os, h.h.v. onsdag formiddag og fredag ved frokosttid (desværre kun en god time), ligesom spinningen fortsat har fået sin mandag.

Det har dog ikke været så nemt med kontakten til Ballerup Kommune, idet vi har haft problemer med at få afklaret om vi skulle søge tider gennem den centrale halfordeling, eller om vi fortsat kunne klare det med Skolen. Efter nogen palaver, kan vi dog fortsætte vort gode samarbejde med Skolen.

Nu hedder det Måløvhøj Skole, det betyder, at vi, da vi ikke kunne få tider på Måløv skole, havde de mulighed for at give os timer på Østerhøj.

Vi mangler stadig et samlingssted efter træningen, men har nu aftalt med kommunen, at vi den første onsdag i måneden, kan åbne vor "Onsdags bar" i cafeteriaet hvor vi kan mødes over en kop øl og hyggeligt samvær. Og måske synge vor slagsang.

Tilslutningen har været tilfredsstillende, vi har mistet et par medlemmer, men har fået en frisk indsprøjtning med gode kammerater og gode spillere. Vi fylder alle baner om onsdagen, og har lidt plads om fredagen. Ved sæson afslutning måtte vi flytte fra Grantoftens Hytte til fælleshuset i kolonihaven i Ballerup Vi slap ikke for den rædselsfulde sommer.

Den traditionelle julefrokost holdt vi i det, smukt genopførte, fælleshus i Andelshusene. Også dette arrangement forløb efter de bedste juletraditioner.

Vi savner muligheden for at komme til stævner og arrangementer hos andre klubber, og tiden er måske til at søge samarbejde med andre "Hovedorganisationer"

Ja, nu er vi jo allerede godt inde i den nye sæson. Det kører bare. Vi får vor motion og plejet det gode kammeratskab, såvel på banen, som ved de mere hyggelige arrangementer.

På Badmintonafdelingens vegne - Gunnar

Formandens beretning for 2017

Der har desværre været et dødsfald i 2017

Kirsten Hansen også kaldet røde Kirsten

Vi holder 1 minuts stilhed.

Jeg kan fortælle, det går godt i klubben, vi har fået 21 nye medlemmer, 10 medlemmer har meldt sig ud, og 1 er som i allerede ved, afgang ved døden i 2017.

så vores medlemstal er pr. dags dato på 139, fordelt på gymnastik, spinning, badminton, stavgang, svømning, cykling, byture og linedance. hvilket vi selv synes er meget fint.

Det er endnu engang lykkedes mig at forhandle en aftale i hus med bestyrelsen i Grantoften vedr. leje af selskabslokaler til generalforsamling og 2 fester. Så vi igen år kan låne lokalerne 3 gange om året uden lejebetaling, dog skal vi betale depositum, men det er penge vi får tilbage.

Samt at vi kan benytte salen til gymnastik og linedance mandag, torsdag og fredag vederlagsfrit.

Vi har haft 4 medlemmer på førstehjælps kursus.

14 medlemmer har deltaget i seniortræf i Glostrup i september som var et godt og hyggeligt arrangement som vi kan anbefale at deltage i fremover.

Vi fik en henvendelse fra de andre klubber her i Grantoften, hvor vi blev spurgt om vi ville stille op med nogle linedansere og give en opvisning, til åben klub dag i 2017.

Det vil sige der er åben hus i alle klubber i Grantoften. Det var meget festligt, der kunne man besøge både whisky klub, vin klub, petanque klub, brygger klubben og der var smagsprøver.

vi stillede op med både begyndere og øvet danser, og gav en fin opvisning på vores kunnen. Det gik rigtig godt

vi blev taget godt i mod, det gjorde stor lykke folk var super glade, og vi fik stor ros.

Endnu en stor tak til Hanne Hoffmann som stod for musik og danseliste, og for et fantastisk samarbejde og stor tak til danserne for at stille op.

Byture har deres egen Beretning. men jeg vil ikke undlade at nævne dem, da jeg høre stor begejstring for disse ture. Så jeg synes i skulle give jer selv den oplevelse med.

Der er byture 2. onsdag i hver måned i vinter halvåret.

Stor tak til Karen Lang som står for disse ture og Hanne Hoffmann som hjælper Karen, for det store arbejde de begge lægger i det.

Spinning og badminton har også lavet deres egen beretning, og jeg vil gerne takke Else Paulsen og instruktørerne der for det arbejde de laver i de aktiviteter.

Disse beretninger ligger til fri afbenyttelse på bordet sammen med beretningen fra byture.

Vi har som sædvanligt holdt 2 store fester, en sommerfest og en vinterfest, begge disse fester var super gode. og endnu engang vil jeg sige i skulle unde jer selv den oplevelse det er at deltage.

Også her vil jeg give en stor tak til festudvalget, og til de frivillige der hjalp til med opsætning og oprydning og ikke mindst en stor tak til jer der deltog for uden jer ingen fest.

Husk vores hjemmeside som opdateres af Ib Gregersen.

Lokalmotionbillerup.dk

Der vil man kunne se begivenheder man kan deltage i efter lyst.

Stor tak til Ib Gregersen for det gode arbejde.

Nu er vi godt i gang med forårssæsonen, og vi i bestyrelsen vil gerne takke alle instruktører i klubben for det store arbejde i ligger i klubben.

Jeg vil gerne takke bestyrelsen og suppleanter for et godt samarbejde, og for det store arbejde de lægger i klubben.

Og sidst men ikke mindst til jer medlemmer i skal også have en stor tak, uden jer ingen klub.

Vi holder igen i år sommerferie i 10 uger, dog er der ønske om at der rykkes lidt på sommerferien. Dette vil blive slået op på hjemmesiden.

Så vil jeg lige gøre opmærksom på at Vi skal have valgt et nyt fest udvalg i år og jeg håber i er friske og vil melde jer.

vi vil rigtig gerne hvis der er en 5 -6 stykker det vil være med til at stå for disse dejlige fester.

I den forbindelse kan jeg fortælle vi holder sommerfest d. 14 juni

Og vinterfest d. 6 december

Til slut vil jeg bare sige. Ved generalforsamlingen i marts, 2016 blev jeg af jer valgt til formand for lokal motion Ballerup. Nu der sørme gået 2 år og jeg er på valg igen. 2017 har været et meget turbulent år for mig på det personlige plan, og jeg takker bestyrelsen for forståelse og tålmodighed i den forbindelse, men 2018 det kan kun blive bedre så jeg håber på jeres støtte.

Beretning fra Spinning 2017/2018 til generalforsamling

15.marts.2018

Spinning foregår i Gl. Måløv Hal hvor der er 15 cykler. De deles af MIF og Lokal Motion. Vi har fået tildelt tid fra Måløv skole. Gunnar er kontakt person til skolen. Træningen foregår i perioden fra 1. september til 30. april. Vi kører mandage og mødes foran Hallen kl. 09.00 og lukkes ind til omklædning i spejlsalen. Træningen starter fra klokken kl. 09.15 til kl. 10.15.

Deltagerne er en trofast skare af modne mænd og kvinder, De fleste har kørt sammen i flere år, og vi har et fint fremmøde hver gang. Vi har i årets løb fået flere nye medlemmer, og holdet er nu fuldt besat.

Træningen består af opvarmning og derefter blandet kørsel såvel stående som siddende efter trænerens anvisninger. Træningen ledsages af populær musik.

Midt i timen holdes en kort pause, hvor vi underholder hinanden med historier.

Formålet med træningen er skiftevis at få pulsen op og ned og få deltagerne til at yde deres yderste så konditionen forbedres, og man får lejlighed til at svede igennem. Træningen tilpasses den enkeltes formåen og deltagerne sætter selv belastning/bremse på cyklen. Deltagerne skal selv medbringe vand flaske. Træningen afsluttes med afspænding og udstrækning i ca. 10 minutter, hvorefter deltagerne selv af tørrer cyklerne. For mændene er der mulighed for bad.

Efter sæson afslutning i maj 2017, havde vi fælles sommertur til Liseleje. Endvidere har vi afholdt fælles nytårs kur (frokost) i Januar 2018.

Herudover har vi afholdt et par morgenmads møder efter træningen. Det er vort formål ud over træningen at skabe et godt socialt og hyggeligt miljø for alle med fælles ramme inden for inden dørs cykling og motion.

Tilbud om aktiviteter fra Lokal Motion annonceres eller oplyses af træneren .

Med sportslig hilsen Ib Ejnar

Spinning træner

Beretning byture 2017

Januar 2017:

Turen gik til Bakkehuset på Rahbeks Alle, Frederiksberg C. Som vanligt startede vi på Ballerup Station,

Hvor vi tog toget kl. 10.

Vejret var ikke helt med os, der var lidt småregn og slud i luften, men humøret var højt hos alle.

Vi gik langs banen fra Valby station og ned til Rahbeks Alle hvor vi havde bestilt en guidet rundvisning i Bakkehuset.

Rundvisningen var helt fantastisk, og kan godt gentages. Det blev fortalt at man var i gang med at udvide til noget udstilling på 1. sal. Et besøg der igen kan komme på tale.

Deltage i alt: 14 personer.

Februar 2017:

Turen gik til Københavns Domkirke i Nørregade. Igen med tog fra Ballerup Station, hvor vi alle var i godt humør, så snakken gik allerede mens vi ventede på toget.

Vi fik en fantastisk omvisning i Domkirken, det kan kun anbefales at man deltager i vores byture.

Vi spiste efterfølgende samlet i Dalle Valle i Fiolstræde. Stedet er godt og til rimelige priser.

Deltagere i alt: 10 personer.

Marts 2017:

Turen gik til Kofoeds Skole på Amager. Det var en fantastisk oplevelse med en stor øjenåbner, så os der var forhindret har en gentagelse til gode om nogle år.

Vi spiste på stedet til billige penge.

Deltage i alt: 19 personer.

September 2017:

Turen gik til Nyhavn hvor en guidet tur om Slavernes fodspor ventede os, guide Kim Greiner, som er helt fantastisk til at fortælle. Vi var igen uheldige med vejret, regn og blæst gjorde os ret våde, men turen rund i det indre København ved Amalienborg og Nyhavn var en stor øjenåbner.

Vi spiste i Restaurant Ofelia i Skuespillerhuset. Havde på forhånd bestilt maden, så den kom rimeligt hurtigt.

Deltagere i alt: 21 personer.

Oktober 2017:

Vi havde rundvisning i Frederiksberg Have, med guide Kim Greiner, meget spændende tur som godt kan gentages engang ved forårstid. Vi sluttede oppe ved Frederiksberg Slot, og blev enige om at prøve at få en rundvisning på slottet, det er kun efter kl. 16 og i weekender, men alle var enige om at de gerne ville med hvis det blev muligt.

Vi spiste frokost samlet på Belis Bar, som ligger i kælderens til Frederiksberg Rådhus. Godt sted med god mad og udmærket betjening.

Deltagere i alt 21 personer.

November 2017:

Hanne Hoffmann havde booket en rundvisning på AFUK, Akademiet for Utæmmet Kreativitet, et spændende hus med flere forskellige funktioner, hvor man bl.a. lægger vægt på at alle deltager i alt, det betyder at man rydder op efter sig, gør rent, taler pænt til hinanden osv. Vi havde en rundvisning på ca. 1½ time, som afsluttedes med en kop kaffe.

Vi havde efterfølgende bestilt bord til frokost på Tove Ditlevsens minde. Et sted vi godt kan anbefale, der var rigeligt mad, og det var dejligt friskt.

Deltagere i alt 23 personer.

Ekstratur i November 2017:

Som nævnt tidligere var der stor stemning for Frederiksberg Slot, og det blev muligt at få en rundvisning der søndag den 26. november 2017.