

Referat af Generalforsamling i TRXOutdoor og funktionel træning Afholdt 21.02.2022 Blovstrød

• Valg af referent

Sisse Jacobsen

• Bestyrelsens beretning

I formanden Søren Thorhauges fravære fremlægges formandens beretning af Næstformand Brian Sandberg

BESTYRELSENS BERETNING

Bestyrelsens beretning – v. formand Søren Thorhauge (desværre forhindret i fysisk fremmøde til generalforsamlingen grundet forretningsrejse)

Der er nu gået et års tid siden sidste generalforsamling. "Siden sidst" – er der gennemført masser af intensive, sjove og spændende træninger. Træningen er løbende blevet udviklet – og der er kommet nye øvelser på programmet. HIIT er tilføjet programmet, og der er svedt godt igennem på mange spændende søndage.

Fælles for alle trænings seancerne er, at der altid er energi, sved, smil, grin og en fantastisk stemning. Én stor tak fra bestyrelsen til både trænerne og deltagerne for sammen at skabe en fantastisk stemning og en super træning.

I årets løb har foreningen søgt tilskud/midler – og vi har fået dette fra NORDEA, DGI og ALLERØD KOMMUNE. Det har betydet at der har været "penge i kassen". Der er bevilliget kurser til trænerne (som kommer os alle til gavn). Der er indkøbt en række hjælpemidler og ikke mindst er der investeret i et nyt stativ – som efter en "god lang kamp" – endelig er kommet på plads. Fantastisk og super gode træningsforhold.

I årets løb er der lavet en masse forskelligt arbejde i bestyrelsen. Hjemmeside opdateret. Møder med kommunen. Møder med andre foreninger. Aftaler om aktiviteter. Nyhedsbreve. Administration af økonomi og regnskab. Håndtering af kontingenter. Indkøb af træningsudstyr. ... og en masse andet.

ALLE .. og jeg mener ALLE i bestyrelsen har bidraget med et stort arbejde og en stor indsats for vores forening. Det er jo ganske let at være formand – når ALLE byder ind og udfører en masse for **vores forening**.

Økonomi/regnskab og budget/handlingsplan gennemgås om lidt.

Næstformand er på valg – men alle i bestyrelsen har tilkendegivet at de genopstiller, og gerne fortsætter arbejdet - hvis der gives genvalg.

Der er ikke indkommet nogen forslag fra medlemmerne til Generalforsamlingen.

• **Fremlæggelse af regnskab til godkendelse**

Regnskab fremlægges af kasserer Maria Pasbøl og omdeles.

Der er overskud på ca 28.000 kroner. Der er i 2021 søgt og modtaget tilskud fra DGI, Nordeafonden og Allerød Kommune til finansiering af nyt stativ og nyt træningsudstyr.

Regnskab er gennemgået og godkendt af revisor Jette Møberg og godkendes enstemmigt til Generalforsamlingen

• **Fastsættelse af kontingent**

Bestyrelsen foreslår at kontingent fastholdes på 200 kr halvårligt - godkendes enstemmigt.

• **Indkomne forslag**

Der er ingen indkomne forslag

• **Forslag til handlingsplan og budget**

Foreningen har aktuelt 76 medlemmer

TRX Bootcamp i Malaga til september 2022, 20 tilmeldte til 4 dage med træning og hygge.

Sommerfest - det besluttet til afholdelse 10.juni 2022, samme festudvalg som sidste år Lisbeth Kiil-Laursen, Marianne Hanghøj, Sisse Jacobsen, Iben Jeppesen

Alle 3 instruktører skal på kursus i 2022, Sisse og Brian på TRX Sports Medicine Suspension Training Course og foreningen giver tilskud til at Anja kan komme på TRX Training Certification Course.

Det er ved at blive undersøgt om der er mulighed for adgang til indendørs faciliteter til bl.a Mobility træning.

Foreningen skal være vært ved DGI kurser i 2022, det vil også være en god reklame for foreningen.

Mette Sand har sørget for at der er opsat kroge udenfor ved G1 på Blovstrød skole så vi i tilfælde af dårligt vejr fortsat kan træne udendørs men under tag.

Der budgetteres udgifter til kurser, træningsudstyr samt tilskud til sommerfest.

• **Valg af bestyrelse og suppleant**

På valg er

Formand, Søren Thorhauge genopstiller

2 medlemmer, Dorte Gedde og Anja Mai genopstiller

2 suppleanter, Mette Sand og Sisse Jacobsen genopstiller

Alle genvalgt

• **Valg af revisor**

Jette Møberg genopstiller

Genvalgt

• **Evt.**

- ❖ Brian opsummerer hvordan det foregår med venteliste og klip i Supersaas, nye medlemmer får altid tilsendt en vejledning og der er efter mødet lagt vejledning ud i Facebookgruppen ligesom den også er at finde på Supersaas. Man kan ikke få tildelt en ledig plads hvis man ikke har nogen klip - derfor kan man opleve at blive "sprunget over".
- ❖ Ønske om øvelser til sommerferien på Facebook - dem fra sidste år ligger stadig i Facebook-gruppen
- ❖ Spørgsmål til træningstidspunkter da det for nogle kan være svært at nå til 17.15 - forbliver som de er nu indtil videre da det er det der er muligt for instruktørerne. Torsdag er der mulighed for træning 17.30
- ❖ Spørgsmål omkring mulighed for at komme på et hold hvis nogen afmelder for sent. Instruktørerne har ikke mulighed for kort tid før træning af administrere og tildele eventuelle ledige pladser. Den der ikke kan komme må skrive det i Facebookgruppen og så må man derinde "melde sig til" efter først til mølle princippet. Ude til træningen kan instruktøren så tilføje deltager i Supersaas. Husk at klip er personlige og ikke kan overdrages til andre
- ❖ Ønske om træning med fokus på den gode teknik og ønske om at der igen kommer TRX strong hold. Der tages ingen beslutning men overvejelser om at lave "tema-træninger".
- ❖ Stor tak fra medlemmer til instruktører og bestyrelsen for det store arbejde - og der takkes også den anden vej for altid god stemning og deltagelse samt super seje TRX glade medlemmer :-)