

# Referat fra ordinær generalforsamling



28. maj 2024

Mødedato	tirsdag den 14. maj 2024
Mødetidspunkt	19.30
Mødested	Salen – Lynghøjskolen, Svogerslev
Deltagere	ca. 15 medlemmer inkl. bestyrelse
Referat	Henrik W. Pedersen
Emne	Generalforsamling i Svogerslev Gymnastikforening

## Dagsorden iflg. vedtægterne

### 1. Valg af dirigent og referent.

Klaus Tange blev valgt som dirigent og Henrik W. Pedersen som referent.

Dirigenten konstaterede at generalforsamlingen var lovligt indvarslet med 8 dage på klubbens hjemmeside, ved opslag på foreningens aktivitetssteder samt i det i august 2023 husstandsdelte sæsonprogram.

### 2. Formandens beretning.

Beretningen er omfangsrig hvorfor den er vedhæftet som et bilag, ligesom den læses på gymnastikforenings hjemmeside.

Beretningen blev enstemmigt godkendt.

### **3. Fremlæggelse af regnskab.**

Henrik gennemgik det reviderede regnskab for 2023.

Foreningen kom ud af 2023 med et overskud på 208 kr. og en egenkapital på 118.720 kr. Likviderne udgjorde i alt 210.163 kr.

Bestyrelsen betegner resultatet som tilfredsstillende.

Regnskabet blev enstemmigt godkendt.

### **4. Indkomne forslag.**

Der var ingen indkomne forslag.

### **5. Valg til bestyrelsen samt revisor.**

#### a. Valg af Bestyrelsesmedlemmer.

- Sara og Henrik blev genvalgt for to år.
- Jens Ole overtager Rikkens sidste år af sin valgperiode – da Rikke ønsker at udtræde.
- Rune blev nyvalgt for en periode på 2 år.

Forslaget blev enstemmigt vedtaget.

Bestyrelsen består herefter af Niels Vest (formand), Henrik W. Pedersen (kasserer), Thomas Gynther Sørensen, Jens Ole Pihl-Andersen, Sara Pedersen, Anja Baadsager samt Rune Preisler.

#### b. Valg af Revisor.

- Bestyrelsen foreslog genvalg af Steen for en periode på 2 år.

Forslaget blev enstemmigt vedtaget.

Revisorerne er herefter Steen Hegnet Knudsen samt Hans Hansen.

**6. Eventuelt.**

Det blev foreslået at bestyrelsen skulle se på et elektronisk nøglesystem til afløsning for de fysiske nøgler.

Herefter takkede dirigenten for god ro og orden – og lukkede generalforsamlingen.

**Dirigent**

**Referent**

Klaus Tange

Henrik W. Pedersen

## Formandsberetning 2023 til medlemmerne af Svogerslev Gymnastikforening.

Kære alle frivillige og medlemmer af Svogerslev Gymnastikforening

Det er med stor stolthed, at jeg præsenterer formandsberetningen for dette år, hvor vi har fortsat vores engagement i at skabe et stærkt og inkluderende fællesskab omkring gymnastik og fysisk aktivitet.

*Lad os tage et øjeblik til at tale om det fundamentale spørgsmål: hvorfor gør vi egentlig alt dette? Hvorfor bruger vi vores tid på at balancere på bjælker, løfte kettlebells og lave baglæns saltoer?*

*Nå, for det første, det er sjovt, ikke? Hvem har brug for et motionscenter, når du kan lege på en airtrack, lave kolbøtter og svede i gymnastiksalen med dine venner? Det er som en gigantisk legeplads, hvor vi alle sammen får lov til at være børn igen - bare med lidt mere balancekontrol (forhåbentlig).*

*Men gymnastik er også for fællesskabet. Det er det øjeblik, hvor du fanger din ven, når de næsten mister balancen, eller når hele holdet bryder ud i latter over en fejlslagen pirouette eller armstrækning. Det er her, vi lærer at falde ned er okay, så længe vi rejser os op igen, sammen.*

*For nogle af os handler det også om at udfordre os selv og stræbe efter personlig vækst. Hvordan kan vi nå det næste niveau, lave den svære rutine eller mestre den nye teknik? Det er en rejse af selvdisciplin og triumfer, der får os til at føle os som ægte superhelte (selvom vores cape måske er en lidt for stram trikot). Vi er ikke bare gymnaster, vi er superhelte med trikot og gymnastiksko!*

*Og så er der konkurrencen. Ja, vi elsker at dyste mod hinanden og se, hvem der kan lave den højeste kast eller den mest perfekte landing. Men lad os være ærlige, det handler mere om at have det sjovt og støtte hinanden end om at vinde for enhver pris. Det handler om at være stolte af vores præstationer, uanset om vi står øverst på podiet eller lige ved siden af. Det handler om bredden, hvor der er plads til alle.*

*Så uanset om du er her for sjov, fællesskabet, personlig vækst eller konkurrence, så er du velkommen i vores forening. Vi værdsætter hver enkelt af jer og det unikke bidrag, I alle giver til vores gymnastikfamilie.*

*Lad os fortsætte med at hoppe, svinge og grine sammen - for det er det, der gør os til den mest fantastiske forening i hele gymnastikland!*

Det glæder mig at kunne rapportere, at vi stadig står stærkt med vores ca. 400 medlemmer, hvilket vidner om danskernes og jeres fortsatte interesse for gymnastik, fysisk aktivitet og det unikke fællesskab, idrætsforeninger som vores skaber.

Idrætsforeninger som vores, spiller en afgørende rolle både nationalt og lokalt. Lokalt er vi et samlingspunkt, hvor mennesker fra forskellige baggrunde mødes og dyrker motion sammen. Vi styrker samhørigheden i vores lokalsamfund og bidrager til den fysiske og mentale sundhed hos vores medlemmer.

Gymnastik er en af de mest populære idrætsgrene i Danmark, og det er ikke uden grund. Udover at fremme fysisk styrke, smidighed og koordination, har gymnastik en positiv indvirkning på det mentale velvære. Det styrker selvtillid, skaber glæde og reducerer stress.

I april 2023 afholdt vi en lokal opvisning, der ikke blot demonstrerede vores gymnasters dygtighed og dedikation, men også samlede vores lokalsamfund omkring vores forening. Opvisninger som denne er mere end blot en præsentation af færdigheder; de er en mulighed for gymnasterne at vise deres talent, opbygge selvtillid og skabe uforglemmelige minder.

Og når vi ikke lige flyver gennem luften til træningerne og ved vores opvisninger, så pakker vi vores kufferter og tager på gymnastik-eventyr til DGI's forårsopvisninger, hvor vi møder andre superhelte i trikot og får inspiration til vores næste trick.

Vi har fortsat traditionen med at deltage i DGI's forårsopvisninger i Roskilde Kongres- og idrætscenter og DGI's Gymnastik ved Fjorden. Disse begivenheder er ikke kun en mulighed for vores gymnaster at præsentere deres kunnen på en større scene, men også for at møde og lære fra andre gymnastikforeninger. Det styrker både deres færdigheder og deres følelse af tilhørsforhold til det større gymnastiksamfund. De inspireres evt. også til at deltage på andre hold, bl.a. DGI landsdelshold. Hvor vi pt har 5 gymnaster repræsenteret.

Dette er med til at fastholde dem og evt. give os mulighed for at indlemme dem som hjælpetrænere og instruktører på sigt.

Den fælles spisning efter vores lokal opvisning, hvor 150 medlemmer og deres familier deltog, understreger vores engagement i at skabe et inkluderende og sammentømret miljø i vores forening. Det er i disse øjeblikke af fællesskab, at vores bånd styrkes, og vores forening bliver mere end blot et sted at dyrke motion.

#### Nytårsløb og sponsorer

Endnu engang ønskede foreningen godt nytår til medlemmer og borgere i Svogerslev ved det fast og traditionsrige Nytårsløb.

Ca. 200 var med på 3 eller 6 km. Og igen i år handlede det bare om at være med og fællesskabet. til glæde for de mange var der igen lodtrækningspræmier, bl.a. fra kendte og nye sponsorer.

Investeringen i den nye AirPillow fra PE-redskaber, via sponsorat fra Café Runde Rie udvider vores muligheder for sjov og udfordrende træning, især inden for børne- og springgymnastik.

*Den har gjort vores træninger til en leg - bogstaveligt talt! Det er som at hoppe på en sky, mens vi øver vores vildeste spring og drejninger. Det er som at have vores egen personlige træningspartner, der aldrig siger nej til en udfordring!*

Dette innovative redskab tilføjer en ekstra dimension til vores træninger og vil være til glæde for både trænere og gymnaster i mange år frem.

Deltagelse i idræt, herunder gymnastik, har en bred vifte af mentale og fysiske fordele. Udover at fremme fysisk sundhed, styrker regelmæssig motion også den mentale sundhed ved at reducere stress, øge humør og selvtillid samt forbedre kognitiv funktion.

Idrætsforeninger som vores spiller en afgørende rolle i samfundet ved at fremme sundheden, social integration og samhørighed. De skaber muligheder for folk i alle aldre og baggrunde for at engagere sig i aktiviteter, der forbedrer deres livskvalitet og styrker vores lokalsamfund.

Det vil vi fortsat være, og det vi ønsker at bidrage med.

Tak til alle jer, der bidrager og deltager i vores forening. Det er jeres engagement og dedikation, der gør Svogerslev Gymnastikforening til det særlige sted, det er.

En kæmpe tak til alle frivillige for den ekstraordinære forskel i gør, enten på holdene, ved arrangementer eller i bestyrelsen.

Med sportslige hilsner,

Med et spark af entusiasme og et smil på læben,

Niels Vest - formand

Svogerslev Gymnastikforening