# **Vallensbæk Gymnastik & Fitness**

**Beretning til VGF´s generalforsamling**

Den 28. marts kl. 19.30 2022 i Kursuslokalet, 1.sal, Idrætscentret

Efter et par sæsoner præget af restriktioner, grundet Covid 19 med øvelser i at ”lukke ned” og ”åbne op”, udsættelser, aflysninger, ændringer af restriktioner, Coronapas-tjek og nu, fri for restriktioner, men stadig med eftervirkninger af den lange corona-levetid – så nærmer vi os helt almindelige forhold for ”Gymnastikkens” mange aktiviteter !

I 2021 mistede vi ikke medlemmer, tværtimod, vi havde en tilgang på i alt 70 medlemmer ! Her i 2022, har vi desværre 57 færre tilmeldte børn, mod en tilgang af voksne på 25 nye medlemmer.

Generelt, hele corona-tiden igennem, har vi nøje fulgt alle retningslinjer og restriktioner. Vi har været dygtige til at udnytte enhver mulighed for at kunne give de tilbud, der har kunnet lade sig gøre. Vi har været gode til at omstille os og være kreative. STOR ROS for det til instruktører, på både voksen- og børneholdene og stor tak til Carsten for din fleksibilitet og hjælp til, at vejlede medlemmer, instruktører og bestyrelse, igennem hele dette ”corona-helvede”, når udfordringerne krævede det!

**Sæsonen 2021 – 2022**

Sæsonens hold:

Børne- og Familiehold

* Ropeskipping – begyndere ( Sjipning 6 år +)
* Ropeskippeing – øvede (Sjipning 6 + )
* Minimusene (3 - 4 år)
* Springmusene (5 - 7 år)
* Mor & Baby (0 -1 år)
* Spring / Rytme 1 (7 - 12 år)
* Spring / Rytme 2 (6 - 9 år)
* Showteam Mini / Rytme (7 -9 år)
* Bedste / Barn / Familiegymnastik (børn fra 1år)
* Showteam Mini (7-9 år)
* Showteam Junior (10 -15 år )
* Turbotroldene (5 - 8 år)
* Motorik & Gymnastik ( Børn med særlige behov ( 6- 10 år)
* Far & Barn (1 - 5 år)

TeamGym AIF/VGF – konkurrencehold (Fra VGF i denne sæson 21 gymnaster)

* Micro 7 - 10 år
* Micro A 10 - 13 år
* Mini B 10-13 år
* Junior 13 - 18 år

Ungdoms- og voksenhold: Konditions-, styrketrænings- og motion (15 - 99 år)

* Puls & Styrke M/K
* Stram op M/K
* Funktionel Træning M/K
* Gym. / Motion for friske kvinder
* TRX & Puls M/K
* Body-Ball & styrke M/K
* Yoga 1 M/K
* Yoga 2 M/K
* Pilates Yoga med TRX M/K
* SurpriceFit
* Zumba
* ”I gang igen” (Lukket hold – for cancer ramte)
* TGAV TeamGym, konkurrence, Albertslund / Vallensbæk

**TGAVsamarbejde imellem AIF og VGF, som blev etableret i 2012.**

Samarbejdet ledes primært igennem et Økonomiudvalg, bestående af formænd, næstformænd og kasserer fra AIF og VGF. Der udarbejdes et særskilt budget og der skal afleveres regnskab for perioden. Budget og regnskab har de seneste to sæsoner været styret af AIFs kasserer, Jette Kristensen. Det overordnede budget tager, som hovedprincip udgangspunkt i en fordeling på antal gymnaster fra de to foreninger.

Der har igennem alle årene (siden 2012) været arbejdet på, at TGAV-holdene økonomisk skulle kunne løbe rundt, uden større tilskud fra moderforeningerne. Desværre er dette kun lykkedes for èn enkelt sæson. Bestyrelserne i AIF og VGF har derfor måtte planlægge med et fast grundtilskud, hvilket har givet visse udfordringer for moderforeningerne. Det koster at have en konkurrenceafdeling, - specielt når planlagte indtægter fra sponsorer, egen optjening samt tilskud fra fonde svigter. Det faldende antal TGAV gymnaster giver ekstraordinære økonomiske udfordringer. Vi har i VGF`s bestyrelsen, de seneste sæsoner haft fokus på udfordringerne omkring ”driften” af TGAV, herunder de økonomiske udfordringer. Udfordringer, som ligeledes har været drøftet i det fælles Økonomiudvalg samt med Ledelsen af TGAV.

**Træning**

Der trænes på henholdsvis Albertslund, på Herstedlund Skole, Gymnastiksalen og nu også i Albertslund nye ”Mini Hal” og i Vallensbæk Idrætscenter, Hal 2.

**Uddannelse af instruktører / hjælpeinstruktører**

I VGF forsøger vi at efterleve ønsker om kurser til uddannelse/videreuddannelse på alle niveauer. Det er helt klart nødvendigt, at vi arbejder med at sikre at instruktørerne holder sig ajour. Det er vigtigt, at vi ”følger med” og bestræber os på at tage nye tiltag ind i programmet.

Vores abonnement med Falck, sikrer nu Førstehjælpskurser og opfølgning herpå, hvert år. Der har dog ikke været afholdt kurser, bl.a grundet corona, men også grundet for få tilmeldinger. Det kniber desværre med at får vores instruktører og hjælpeinstruktører samlet, til disse kurser.

VG har søgt og fået midler fra kommunens uddannelsespulje og i denne sæson, nåede alle vores hjælpeinstruktører at gennemføre deres uddannelse, bl.a. via video samarbejde med GymDanmark.

**Coronahjælpepuljer:**

I 2020 søgte vi DIF & DGIs Coronapulje om 25.000 til en fælles oplevelsestur til Kragerup Gods ”GO HIGH”, for alle instruktører, hjælpeinstruktører, minihjælpere, bestyrelse, udvalg- samt frivillige hjælpere. Desværre måtte turen udsættes og senere aflyses. Beløbet blev af DIF frigivet til

brug for Coronarelaterede tiltag. Vi valgte at investere i corona-venlige redskaber / betræk for de 25.000 kr. Vi har ligeledes søgt DIF´s Foreningspulje ift. mistet indtjening ved Tombola & indgang,

da Vestegnens Gymnastikdag måtte aflyses. Vi har modtaget det tabte beløb på 21.000 kr.

Vallensbæk Kommune oprettede en pulje til Værnemidler, den søgte vi og fik derved dækket vores forbrug på sprit mv. på ca. 5000,00 kr.

**Projekt for sårbare børn ”Gymnastik & Motorik”:**

Vi søgte og fik bevilget 40.000 til dette projekt. Instruktørerne er Pernille & Marlene og der har været tilknyttet hjælpetrænere. Instruktør Cherie Jensen, har været tilknyttet som konsulent. Projektet stoppede, da puljebevillingen ophørte per 31.12.2021. Holdet har siden kørt som et ”almindeligt” tilbud i VGF regi.

**Intern sparring og vejledning til Børneholdene**

Tidligere børne- og familieholds instruktør i VG, Ingelise Sørensen, har bl.a. som opgave, at følge instruktører / hjælpeinstruktører, så vi har en sikkerhed for, at tilbuddet til børnene lever op til det lovede. Ingelise træder gerne til og giver gode råd, ros og ris, om nødvendigt, til alle instruktører og hjælpeinstruktører på børneholdene. En vigtig indsats og hjælp til de unge instruktører. Og en god sikkerhed for, at der kan blive taget hånd om små som større problemstillinger fra starten af sæsonen.

**Redskaber - indkøb og samarbejde med skolerne og Idrætscentret:**

Vi har igennem de seneste år, haft store udfordringer vedrørende vores redskaber, både i Hal 2 og på skolerne. Der er nu indledt et formaliseret samarbejde med CFK, Idrætskonsulent Elisabeth og rep. fra alle tre skoler (afdelingsledere og idrætslærere). Idrætscentret v/ Thomas Brose er ligeledes ”ind over”! Der har, til dato, været afholdt 3 møder og det ser for nuværende ud til, at vi kan indgå samarbejde om vedligeholdelse og fælles indkøb. Dette har været et stort ønske fra VGFs side, igennem mange år – det slider for meget på foreningens redskaber, dels at dele redskaber, men også at låne vores redskaber ud, når skolernes idrætslærere skal træne/øve med eleverne, som skal op til eksamen i ”Gymnastik”.

Vedr. træning i Spejlsalen, indkøb og opbevaring af VGFs håndredskaber, så har der i år været visse udfordringer, VGF investere i mnage håndredskaber, som dels opbevares i vores eget lille redskabsrum, hvor kun VGF har adgang og dels i fælles lokalet, hvor ”fælles redskaber” opbevares.

Udfordringerne er bl.a., at der ikke er aftalt hvordan vi skal håndtere de fælles redskaber, hvem har ansvar for vedligeholdelse, indkøb mv. Eksvis. bliver de store bolde ødelagte, ”hurtigere end vi kan nå, at købe nye” !!

**Springgraven i Hal 2:**

”EuroGym” som har til opgave at tilse Springgraven, meddelte i januar måned 2021, at Springgraven ikke længere var sikker og at ”EuroGym” ikke kunne tage ansvar for, at graven blev benyttet. Vi søgte DGIs Foreningspulje om tilskud til graven og vi søgte om tilskud fra 3 forskellige fonde. Desværre har vi fået afslag fra alle sider. Begrundelserne er enslydende, ”man” giver ikke ”tilskud” til større indkøb/investeringer. Til dato har den nye Springgrav ikke kostet VGF noget, da Thomas fik plads til udgiften i Idrætscentrets økonomi. ( ca.150.000 kr.)

**Vestegnens Sportsklinik:**

Kontrakten med Vestegnens Sportsklinik udløb i november 2021 og er ikke blevet genforhandlet. Bestyrelsen besluttede på et møde senest i 2021, at stoppe samarbejdet. Det forventede gensidige samarbejde kom aldrig rigtigt til at fungere. Dette gælder alle kontraktens områder. Klinikken er flyttet fra Vallensbæk til Avedøre, hvilket også er en faktor i beslutningen.

**Fighterpokalen:**

Ved 25-års jubilæet skænkede tidligere borgmester Poul Hansen Vallensbæk Gymnastik en pokal. Bestyrelsen besluttede, at pokalen skulle være en Fighterpokal og gives til den instruktør, hjælpeinstruktør, bestyrelses- eller udvalgsmedlem, som igennem året har ydet en særlig ”figthter – indsats”

2008: Henriette Sankel, instruktør, Airtracholdene, børnehold.

2009: Arne Petersen, instruktør, Spring/Rytme konkurrence.

2010: Stine Petersen, hjælpeinstruktør, Spring Rytme konkurrence.

2011: Preben Nielsen på vegne af alle involverede instruktører m.fl. i Åben Hal-projektet.

2012: Rikke, Ninna, Line & Henriette O.: Trænerteamet omkring Minipigerne, VG TeamGym.

2013: Ingelise Sørensen, instruktør, Børne- og familiehold igennem mange år – og nu på pension.

2014: Maya Lundberg, instruktør, børnehold, Airtrack & Zumba.

2015: Maria W. Nielsen, hjælpeinstruktør & instruktør, børnehold.

2016: Irene Galsgaard, instruktør på voksenhold igennem mange år – og nu på pension .

2017: Rafei modtog den, på vegne af det unge trænerteam på Turbotroldene.

2018: ??

2019: Sandra Rørvig, som instruktør for flere børne- og ungehold.

2020: Forårsopvisningen desværre aflyst !

2021: Forårsopvisningen desværre aflyst !

**Fælles forenings arrangement:**

Bestyrelsen afsatte i 2019 et beløb på 25.000 kr. til fælles aktiviteter / én fælles foreningsdag.

Vi skulle have været til ”Go High” på Kragerup Gods, den 7. juni 2020. En tur for instruktører, instruktørmedhjælpere, minihjælpere, bestyrelse- og udvalgsmedlemmer, faste frivilllige hjælpere m.flere !

GO High blev udsat til den 12. september 2020, men måtte desværre igen aflyses, grundet Corona-restriktioner. Bevillingen skulle enten retur til DGI Foreningspulje eller bruges til anden Corona-relaterede gøremål. Puljepengene blev brugt, efter aftale med DIF. VGF agter fortsat at afholde et sådan arrangement og bestyrelsen arbejder videre herpå.

**Håndbogen:**

Håndbogen er blevet opdateret og kan downloades fra VGF´s Hjemmeside. Håndbogen giver information om foreningen, herunder hvilke krav der stilles til instruktører m. flere, såfremt man ønsker at være en del af Vallensbæk Gymnastik & Fitness.

**Juletræsfest:**

Aflyst i 2020 og igen i 2021 - grundet Covid 19**.**

**Samarbejde med Center for Kultur & Fritid, Vallensbæk kommune.**

Gymnastikholdet "I gang igen".

Et gymnastikhold for borgere ramt af kræft, som fx har deltaget i et kommunalt rehabiliserings-forløb. Målet er at opnå en brobygning og lette overgangen mellem de kommunale tilbud som fx genoptræning, forløbsprogrammet for kræft og foreningslivet.

Holdet er med i VGFs sæsonprogram, som et lukket hold, da visiteringen hertil sker igennem kommunen.

**Springcenter i Vallensbæk:**

Niels redegjorde på generalforsamlingen 2017, for VGF interesse i, at igangsætte en proces med henblik på at få kommunen overbevist om, at vi skal have et Springcenter i Vallensbæk. Der blev etableret en lille arbejdsgruppe, som udarbejdede tegninger, beregnede økonomi mm, så der var noget brugbart at præsentere.

Niels har stået for udarbejdelse af et velbegrundet og motiverende forslag, som er fremsendt til kommunen og også afleveret personligt til Borgmester Henrik Rasmussen.

Jette var til møde (efteråret 2020) med Henrik Rasmussen og den nye kommunaldirektør. Hvilket ikke gav noget resultat endsige forhåbning… Vi blev lovet et nyt møde herom, men trods flere henvendelser (rykkere herfor) er vi endnu ikke indbudt. Plantegningerne er blevet forbedret og der ligger fortsat et færdigt forslag til et ”Springcenter” i Vallensbæk. Et sådan ”Springcenter” vil også komme andre foreninger/aktører i Idrætscentret til glæde. Der vil blive arbejdet videre hermed, bl.a. i VI39-bestyrelsen.

**Repræsentation i Brugerbestyrelse i Idrætscentret**

Brugerbestyrelsen i Idrætscentret er omdrejningspunktet for foreningernes mulighed for at få indflydelse på drift, økonomi mv. - og dermed en reel indflydelse.

Brugerbestyrelsen er sammensat af to politikere, to repræsentanter fra VI39, én repræsentant fra ”øvrige brugere” og 1 repræsentant fra medarbejderne i Idrætscentret. Halinspektør Thomas Brose er sekretær. VI39 har to repræsentanter i Brugerbestyrelsen, pt. er det Poul Erik fra Håndbold og ? fra Fodbold, instruktør Sandra Rørvig (VGF) er udpeget som rep. for de unge under 25 år.

**VI39 Vallensbæk Idrætsforening af 1939:**

**En sammenslutning af foreninger i Vallensbæk kommune, primært brugere af Idrætscentret.**

Arbejdsgruppen, som blev nedsat på VI39s generalforsamling i 2018, forelagde i april 2019 et nyt forslag af VI39s opbygning, formål, funktion mm..

Nye vedtægter blev vedtaget og fremgår af VI39 Hovedforenings nye hjemmeside.

Niels, næstformand i VGF, sidder med i bestyrelsen for VI39.

**Frivillig Fredags Fejring 2020:**

Aflyst – grundet Corona !

**2021** – afholdt i Strandparken, Sandra fik prisen for Årets Ungdomsleder! Stort tillykke !

**Aflysninger i 2021 og 2022:**

Vestegnens Gymnastikdag, planlagt til den 30. januar 2021, for 37. Gang samt 30.1.2022 for 38.gang- begge arrangementer aflyst, grundet corona..

Fest for frivillige, engageret i foreningslivet i Vallensbæk. 2020, (kommunalt arrangement)

Idrætspriser – uddeling af disse, afholdt online.

**Æresmedlemmer:**

Peter Møller (1999), Irene Galsgaard (2017), Henrik Biener (2017), Ingelise Sørensen (2017) Carsten Berg (2017).

**Medlemstal:**

Af nedenstående oversigt kan ses, hvordan medlemstallene har været, igennem de seneste 5 år:

**2016** var medlemstallet på **700** fordelt med **463** under 25 år og **237** over 25 år.

**2017** var medlemstallet **658** fordelt med **425** under 25 år og **233** over 25 år.

**2018** var medlemstallet **655** fordelt med **428** under 25 år og **227** over 25 år

**2019** var medlemstallet **676** fordelt med **457** under 25 år og **219** over 25 år. Stigning på 21 medlemmer!

**2020** var medlemstallet **745** fordelt med **486** under 25 år og **259** over 25 år. Stigning på 69

**2021** var medlemstallet **713** fordelt på **429** under 25 år og **284** over 25 år. Et fald på **32** (desværre 57 færre børn, men glædeligt med 25 flere voksne).

**TAK til bestyrelsen:**

## Tak for godt, men ikke så tæt samarbejde i den forløbne sæson! Corona`en har sat sit sine spor, på foreningslivet i de forløbne sæsoner. Det betyder noget at ”være sammen” og gøre noget ”sammen” – det har det været småt med. Det har været udfordrende for os alle.

## 

## TAK for den indsats I hver især har ydet omkring de opgaver, der har været, ikke mindst i forhold til Corona - forstyrrelserne, med alt hvad disse har medført.

*Jette Lundgaard, Formand*