

Emner

1. Valg af dirigent

Jens fra bestyrelsen blev valgt som dirigent.

Startede med at konstatere at generalforsamlingen er indkaldt med mere end 3 ugers varsel og dermed lovligt indkaldt og beslutningsdygtig.

2. Beretning

Beretning 2025

Bestyrelsesmøder: 8

Forretningsudvalgsmøder: 3

Bilagsmøder: 1

Generalforsamling afholdt d. 26. februar.

Medlems status ultimo 2025: 755 (2024: 692)

Events/Arrangementer:

Esrumsø, 15 deltagere

Kajak x 1, 6 deltagere

SUP x 2: 27/8 og 3/9. 10 og 8 deltagere.

Saunagus 7/10, 18 deltagere

Jump fitness d. 7/11, 10 deltagere.

Bowling 21/11, 36 deltagere.

Motionscenter:

Diverse indkøb: drikkevandsmaskine, Wahoocykel, ventilatorer, håndvægte, Smith stativ, squat rack, kabelstativ, træningselastikker, træningsbolde, kettlebells, vægtstang, yogabolde mv.

Aktiviteter gymnastiksal:

Mandag: Cross træning med Louise Christensen

Mandag: Motionsgymnastik med Kirsten Juel Nielsen

Tirsdag: Motion og afspænding med Alis Andersen

Tirsdag: Zumba fitness med Anja Lund Sørensen

Tirsdag: Mindfulness med Anja Lund Sørensen

Onsdag: Afro Aerobic med Bailly Blo

Onsdag: Maria Hernandes til 5/3 og Anne-Mette Hansen fra 12/3

Torsdag: Cross træning med Louise Christensen

Fredag: Afro Aerobic med Bailly Blo

Indendørs holdcykling:

Morgen hver mandag og hver torsdag.

Eftermiddag kun torsdag.

Instruktører: Ole Schmidt Petersen, Karina Berner-Magnusson, Jesper Nielsen.

Instruktører i motionscentret:

Louise og Ramiz har stået til rådighed for medlemmerne 1 time, 2 dage om ugen.

Andre aktiviteter:

Badminton. Kontaktperson for badminton er Kenneth Carslund og Annette Witt.

Vi har 2 baner i KFIU hallen om mandagen, hvor der spilles fra 15-17.

Antal spillere: 10

Svømning FSKBH:

Rymarksvej svømmehal, fredage fra 17-18.

Man skal selv bestille svømmekort til sæsonen. Det koster 200,-.

Andet

Louise har lavet en liste med alt foreningens udstyr med henblik på at få en fast serviceaftale med Eleiko.

Cykelsko til at låne er gennemgået så alle sko er funktionelle.

Der er kommet en førstehjælpskasse. Den er placeret i skabet under vasken. Der er skiltet på skabet.

Bestyrelsen har modtaget klager over børn i motionscentret. Der er nu skiltet med at det ikke er

tilladt at have børn med.

Salg af nedtaget udstyr. Squat stativet blev solgt. Cross kabel stativ og Smith kunne ikke sælges så det smides ud.

Service på holdcyklingscyklerne fordi nogen har byttet rundt på styrerne på nogle af cyklerne. Man må ikke bytte rundt på styr og cykler, da teknik på styr taler sammen med teknik på cyklen.

Udeområde. Klaus er kommet igennem med tildeling af et område til ude træning. Bestyrelsen var ude og se på 2 områder og valgte at gå med området bag hospitalet mellem center b og c. Forskellige ideer til hvad udeområdet skal indeholde er gennemgået og tilbud er indhentet fra Tress, som Regionen i forvejen har forhandleraftale med. I december takkede vi ja til et tilbud med etablering af gummibelægning så der er mulighed for senere udvidelse, styrketræningsanlæg og 4 maskiner. Området forventes et kunne tages i brug 2 kv. 2026.

3. Årsregnskab

Regnskabet præsenteres ved Mads - Godkendt.

4. Indkomne forslag

Bestyrelsen foreslår vedtægtsændringer, se bilag 1. - Godkendt

Automat hvor man kan købe shampoo, energibar, og andet - Afvist ved afstemning.

Pilates reformer maskiner og et hold. Behandlet på bestyrelsesmøde og det er ret store maskiner der ikke er plads til, det vil kræve flere maskiner for at kunne oprette et hold - Afvist ved afstemning.

Virtuelle holdtræning et par gange om ugen. Hvis det handler om streaming af vores holdtræning er det formentligt ikke muligt grundet netværket i motionscenteret. Vi har ikke mulighed for uddybning da personen ikke er til stede - Afvist ved afstemning.

Annette melder tilbage til personer der har stillet forslag.

5. Budget og fastansættelse af kontinent

Budgettet præsenteres ved Mads.

Kontingent fastsættes til 100,-/md(uændret) for ansatte og ikke ansatte - Godkendt

6. Valg

Formand (for 2 år) Annette Witt - genvalgt

Næstformand (for 2 år) Birgit Munk - ikke på valg

Kasserer (for 2 år) Mads Johansen - ikke på valg

Bestyrelsesmedlemmer

Michael Bo Witt - genvalgt

Jens Mathiassen - genvalgt

Louise B. Christensen - genvalgt

Klaus Kristiansen - genvalgt

Inger Stride Jensen - genvalgt
Maj-Britt Leander - udtrådt 4/2-2026
Daliborka Lutovac - genvalgt

Revisorer

Gertie Elleby - genvalgt
Nina Bjørnholt - genvalgt

Revisor suppleant

Irene West Lilja - genvalgt

Nye medlemmer i bestyrelsen:

Gitte Andreasen - valgt ind i bestyrelsen

7. Præsentation af kommende ude træningsområde

Klaus præsenterer materiale fra Tress

Beslutnings baggrund: ønske om udendørs træning, begrænset plads i vores motionscenter, Tress har etableret flere udendørs træningsområder på flere hospitaler.

Området ligger på taget mellem center B og C, over COP. Der er søgt byggetilladelse og udstyret er bestilt og delvist betalt.

Det vil være et åbent område hvor der er adgang for ikke medlemmer men vi opfordrer selvfølgelig folk til at blive medlem.

Etableringen af belægningen er halvdelen af udgiften, der vil være rigtig plads til andre træningsformer med tiden, blandt andet pickle, paddle baner, basketbaner m.m.

Valg af udstyr: Tress PRO styrketræningsanlæg med plads til 15 personer ad gangen.

Området burde realistisk være klar midt slut maj alt efter vejret. Der afholdes en form for indvielse

Spørgsmål:

Hvad skal området hedde? Evt. navngivnings konkurrence

Planer for hold og andet? Der vil være en del introduktions muligheder når området står klar. Der kan planlægges udendørs hold hvis dette er et ønske fra medlemmerne.

Belysning? Der er en smule lys men der er ikke planer om at etablere mere lys, det kan gøres med tiden alt efter om det vil blive udsat for hærværk. Der er en vægter ansat på hospitalet der kan tages sig af uvedkomne på tidspunkter hvor det er uønsket.

8. Eventuelt

Events i 2026: Kajak events i september hvis der er interesse for det. Der er stillet opfordring til andre slags ture, vandreture m.m. er der interesse for det? Vinterbadning i Hvidovre havn, kunne det være noget folk har lyst til at prøve (der er ikke adgang til sauna) - blandet interesse.

Cykler: Kan der indkøbes andre cykler? Der er lidt blandet modtagelse af Wahoo cyklen. Praxtour cykler kan ikke serviceres mere. Eventuelle andre cykler kan undersøges igen.

Lodtrækning til gavekort på 500 kr.: Henrik vandt.

Afrunding af mødet: Aktiv og god deltagelse fra alle.