

Referat Valbyløberne generalforsamling 4/3 2024

Forperson Karin Hansen byder velkommen.

1. Valg af dirigent.

Henrik vælges som dirigent, og han erklærer generalforsamlingen lovligt varslet. Generalforsamlingen udgøres af 32 fremmødte medlemmer.

2. Valg af referent.

Karsten vælges som referent.

3. Bestyrelsens beretning.

Karin afgiver beretning for det forgangne år. Ingen kommentarer eller indvendinger; beretningen er godkendt. Bestyrelsens beretning er gengivet i sin helhed sidst i dette referat.

4. Regnskab for det forløbne år til godkendelse.

Elisabeth gennemgår regnskabet for 2023. Der var budgetteret med 100 medlemmer; foreningen havde 88 medlemmer ultimo året. Overskud på kr. 28.300. Bl.a. pga. ubrugte kursuspenge m.v. Der var ingen spørgsmål fra forsamlingen; regnskabet blev godkendt.

5. Budget til orientering.

Bestyrelsen besvarer nogle få spørgsmål. Egenkapitalens størrelse giver mulighed for at foreningen kan arrangere ture, f.eks. med overnatning. Det foreslås at der oprettes et ”weekendekskursionsudvalg”. Bestyrelsen opfordrer medlemmerne til at komme med idéer til aktiviteter og ture. Fastsættelse af kontingent: Fastholdes i 2024 på kr. 700,- for året.

6. Behandling af indkomne forslag.

Bestyrelsen foreslår at der oprettes en medlemskategori ”Valbyløbernes venner” – også kaldet ”sociale medlemmer”.

Valbyløbernes venner er et klubmedlemskab for de personer der er ophørt med at løbe af den ene eller anden årsag, men som stadig gerne vil deltage i det sociale fællesskab. Der er således tale om ”pensionerede løbere”. Denne type medlemskab giver de pensionerede løbere mulighed for at deltage i sammenkomster, hjælpe til ved forskellige arrangementer som sommerafslutning m.v.

Kontingent for ”Valbyløbernes venner” foreslås fastsat til kr. 200,- per år.

Der er en del kommentarer og spørgsmål fra forsamlingen til bestyrelsen.

Vedtages forslaget skal der foretages ændringer i vedtægterne i § 3 (Medlemmer) og § 8 (Stemmeret og afstemning).

I §3 står på nuværende tidspunkt:

Medlemmer: Som medlem af foreningen kan optages alle, der kan tilslutte sig foreningens formål. Medlemskab, herunder stemmeret på generalforsamlingen og opstillingsret til bestyrelsen, opnås, når kontingent er betalt.

Vedtages forslaget ændres §3 til:

Som medlem af foreningen kan optages alle, der kan tilslutte sig foreningens formål.

Foreningen har to typer medlemmer:

Aktive medlemmer og sociale medlemmer. Aktive medlemmer kan deltage i foreningens løbs-og motionsaktiviteter. Sociale medlemmer kan alene deltage i foreningens sociale arrangementer og opfordres til at støtte med frivillig og praktisk hjælp ved foreningens arbejde. Medlemskab opnås når kontingent er betalt.

I § 8 står på nuværende tidspunkt:

Stemmeret og afstemning: Stemmeret til generalforsamlingen har de fremmødte medlemmer.
Vedtages forslaget ændres §8 til:

Stemmeret til generalforsamlingen har de fremmødte aktive medlemmer. Sociale medlemmer har ikke stemmeret og kan ikke vælges til bestyrelsen.

Forslaget, inklusive vedtægtsændringer, vedtages enstemmigt.

7. Valg af bestyrelsesmedlemmer og suppleanter.

Karin, Rikke og Egil genvælges som bestyrelsesmedlemmer.

Karsten genvælges som suppleant.

Sarah stopper som kasserer og vælges som suppleant.

Christian Bukh vælges som kasserer for ét år, idet han afløser Sarah på posten midt i toårig valgperiode.

8. Valg af revisor.

Bente modtager genvalg som revisor. Elisabeth vælges som revisorsuppleant.

9. Eventuelt.

Janne foreslår at lave facebookgruppe til private sociale arrangementer.

Det drøftes om den nuværende facebookgruppe med godt femhundrede medlemmer skal ”renses” for hvad nogle anser for irrelevante medlemmer. Der er trods alt kun knapt et hundrede medlemmer af Valbyløberne. Forsamlingen drøfter fordele og ulemper.

Thomas opfordrer til at der arrangeres kurser i løbeteknik. Bl.a. udbyder DGI løbeteknikkurser. Eller måske vores torsdagstræner Sebastian vil kunne afholde et kursus/foredrag. En foreslår en årlig ’løbetekniktirsdag’.

Thomas tilbyder at medvirke til at stable et arrangement på benene.

Det foreslås også at foreningen arrangerer foredrag om kost ifm. længere løb.

Bestyrelsen understreger vigtigheden af at medlemmerne bidrager med idéer og input til organisering af arrangementer m.v.

Ad 3. Bestyrelsens beretning i sin helhed:

Generalforsamlingen er jo det tidspunkt på året, hvor bestyrelsen gør status over det forgangne år. Og det blev heldigvis et godt år for Valbyløberne i 2023. Det er vi taknemmelige for, da det er så dejligt at mødes med løbekammeraterne, ja for en del af jer er løbekammerater blevet til rigtig gode venner, som I også foretager jer andre ting med end at løbe.

Trænerne er og vil altid være en kæmpe gevinst for klubben, deres energi som smitter af på medlemmerne og får os til at komme på trods af vejrets lunefulde sider.

Status er at foreningen Valbyløberne p.t. består af 88 medlemmer. Vi er skrumpet lidt ind, da vi i flere år har været omkring 100 mand.

Vi har som bekendt trænings tilbud 3 gange om ugen fordelt på 4 forskellige hold.

Slow Fox, Run for Fun, Fællesskabet og Styrke og Løb i Søndermarken.

Som I allerede ved, er Foreningen drevet af frivillige, og trænerne lægger et stort arbejde i at vi medlemmer, kan komme ud på nye spændende ruter flere gange om ugen. Det siger vi tak for.

Der skal også lyde en stor tak til jer, der har hjulpet med andre praktiske ting, Torsdags træning, opvarmningsplan/opvarmning, afmærkning ved sommerafslutningen, planlægning af Hannover tur, tømning af garage, Nytårsskål i Kims garage, plus mange andre ting.

Valbyløbernes bestyrelse.

I denne periode har bestyrelsen bestået af følgende medlemmer: Karin, Mette, Rikke, Egil, Sarah og Karsten og Susanne J.

Da vi har været lidt ramt i bestyrelsen, har vi måtte bede om hjælp til regnskabsdelen i klubben. Vi var så heldige at vores "gamle kasserer" tilbød at træde til for at hjælpe os. Det er vi så taknemlige for, så stor tak til dig Elisabeth, du reddede os.

Sommerafslutningen.

Vi afholdt i 2023, som flere andre år, sommerafslutning i Valbyparken, vi må nok sige at det er blevet en tradition. Der deltog mange glade Valbyløbere. Valbyløbere, der gjorde dagen til en festdag. Alle fik en god løbe- eller gåoplevelse, og der var fællesskab og højt humør.

Efter løbet var der picnic i græsset med mad og drikke samt mange gode præmier fra lokale sponsorer, som vi kan takke Mette for. Alt fra ølgaver, og gavekort, til alverdens gode naturalier. Der var rigtig mange dejlige præmier.

Årets valbyløber.

Som en mangeårig tradition i klubben, blev årets Valbyløber også valgt. Det er jo sådan at alle medlemmer kan sende deres begrundelse for, hvem de ønsker som årets Valbyløber, til det særlige Valbyløberudvalg, som i år bestod af Janne og Christian.

I 2023 blev Jeanette Hänel valgt til årets Valbyløber og fik overrakt den store vandrepokal, som hun kan glæde sig over det næste år. Stort tillykke til Jeanette.

Klassisk Valbyløbertræning.

Run for Fun:

Et godt navn til et hold, hvor alle smiler og er glade lige meget hvordan vejret end arter sig. Samt hvor trænerne er eminente til at finde nye spændende løberuter.

Trænerne er Mette Karup Andersen, Nikoline Kjær Jensen, Vibeke Zachariasen og Jeanette Hänel.

Slow-fox.

Slow-fox er holdet, hvor alle kan være med. Der løbes både korte og lange ture, god intervaltræning, bakke-træning, tekniktræning osv.

Holdets træner er Tanja Schang Larsen, med lidt hjælp fra Lene Daugbjerg, eller hvem der er tilstede på dagen.

Hold Fællesskabet.

Holdet hvor hastigheden er i højsædet og turene er lange, og på trods af dette er der stadig tid og plads til kulturelle indslag, tagløbetur, hygge og foto.

Trænerne er Claus Hoffmann, Janne van Acker, Sophine Krintel, Laura Andersen og Christian Rahr.

Torsdagstræning med Sebastian.

Vi er så heldige at have fået en ny torsdagstræner.

Sebastian er uddannet indenfor idræt og sundhed, ligeledes har han undervist i atletik i 8 år, så vi har fået fat i en mand der ved hvad han taler om.

Pia og Jeanette varetog torsdagstræningen med hård hånd indtil Sebastian tog over.

Løb og løbeoplevelser.

Valbyløberene har igen i 2023 været repræsenteret i rigtig mange løb i både ind- og udland.

Royal Run, Kongeløbet, Copenhagen Half, trailløb, Copenhagen marathon, Hannover og Eremitage-løbet og mange flere løb rundt omkring i landet/verden. Vi har f.eks. Claes i klubben, der har løbet så mange marathonløb rundt om i verden i år at jeg ikke har tal på det. Og ikke mindst har vi den sidste store bedrift i klubben, der blev løbet lørdag d.10/2-23. 45 km fordelt over 6 ture af Sophine, Bettina og Tina. Det var dejligt at nogle af klubbens øvrige medlemmer kom og løb med på nogle af de mange km., og det hele blev sluttet af med hygge i Kims garage. Valbyløberfest Vi sluttede 2023 af med en Valbyløberfest med et twist af juletema. Festen blev holdt på Café Sommerfuglen med god tilslutning. Det blev en hyggelig fest med god mad og drikke, og masser af dans. Kort sagt en fantastisk aften i det bedste selskab. Stor tak til festudvalget for det store arbejde med at planlægge og afholde festen. Juleafslutning Juleafslutningen i 2023 blev igen en af de skønne oplevelser, ikke mindst pga af den hjemmelavede gløgg. Tak Peer. Tak til Janne og Peer for at stille jeres have til rådighed, og ikke mindst til juleafslutningsudvalget for en rigtig god juleafslutning. Ny hjemmeside I 2023 lykkedes det igen at få givet klubbens hjemmeside et nyt tiltag. Du kan nu igen se Facebookopslag i bunden af forsiden på valbyloeberne.dk. Mange tak Rene for det store arbejde du yder for klubben.

Venlig hilsen bestyrelsen.