

## Bestyrelsen 2014:

Vi var en bestyrelse med nye kræfter, hvor Brian kom ind som suppleant og bestyrelsen omrokerede lidt på posterne og konstituerede sig som:

Formand	Lena Højlund Larsen
Næstformand	Poul Erik Daasbjerg
Kasserer	HC Christensen
Sekretær	Klavs Bo Kamp
Ord. best.medlem	Tina Palsgaard
1. suppleant	Jacob H. Pedersen
2. suppleant	Brian Sloth Bentzen
Revisor	Heidi Hedemann
Revisorsuppl.	Jesper Koldsø

Vi har været en nytænkende og aktiv bestyrelse. Vi har suppleret hinanden godt. Vi har ikke altid været enige men det har været en del af processen og vi har alt i alt fundet mange gode løsninger sammen på de 8 bestyrelsesmøder vi har haft afholdt i løbet af året.

For mit eget vedkommende kan jeg sige, at arbejdspresset blev en kende for stort hen over efteråret og vi tog chancen til at starte et udviklingsforløb med DGI om at fremtidssikre organisationen og få opgaverne delt ud på flere hænder. Mere om det senere.

**En stor tak** til bestyrelsen for endnu et spændende og værdigivende år for Godthåb Trim og Godthåb.

## Historien for 2014:

I 2014 handler historien om en forening, der efter at have konsolideret sig som en stærk og betydelig forening, der stadig **ønsker en høj grad af videreudvikling - en forening, der ikke hviler på laurbærrene**

**At vi er godt konsolideret i** Godthåb, bevidner bla. følgende **nøgletal**:

**Antal medlemmer** i 2014: 164 heraf: Gang/løb: 148 - Cykling: 8 - Puls&styrke: 8

**Antal cykelture** i Peter Pedal: 160 – Carsten vandt cyklen

**Antal sponsorater/fondstilsbud:** 10 stk. ca: 17.000,- i sponsorpenge til byfesten

Stor tak til alle sponsorer:

- Kvist & Kristensen
- Super Brugsen
- Jutlander Bank
- Danske Bank
- Nørresundby Bank
- Beierholm
- Sport 24
- Taverna Ost

Fondstilsbud:

- Carlsberg sportsfond (pavillon)
- Spar Nord Fonden (vejviserskilte)

**Antal artikler/annoncer** i ugeavisen: 8 artikler - 2 annoncer (standerhejsning og Hammerløbet)

Artikler:

1. Løbeskole - opstart af sæson
2. Gå-hold
3. Sponsorat Carlsberg og omtale GH
4. Sponsorat Spar Nord og omtale GHL
5. GHL og byfest
6. Afslutning Peter Pedal
7. Se lyset i Godthåb
8. Lysende succes i Godthåb

Men at foreningen stadig **ønsker en høj grad af udvikling – ses da der igennem året er sket en:**

- **udvikling af kerneaktiviteterne - indførelse af "skolebegrebet" og gåhold**
- **udvikling af foreningens åbne udbud af sociale arrangementer med motion som udgangspunkt**
- **udvikling af en fremtidssikret vision og organisering af Godthåb Trim**

### Udvikling af kerneaktiviteterne:

Vores kerne-motionsaktiviteter fulgte igen i 2014 årshjulet, med følgende faste aktiviteter:

- standerhejsning d. 1. april (tæt på 100 fremmødte)
- fælles deltagelse i sønderholmløbet 19. Juni (55 deltagere fra GT)
- sommerafslutning incl. klubmesterskaberne 3. Juli (61 deltagere/ 41 løb klubmesterskab)
- efterårsopstart d. 19. august
- Medlemmernes Julefrokost d. 21. november (Tage Kvist fik årets initiativpris)
- nissehueløb d. 30. november (blev aflyst pga. for få tilmeldte)
- champagneløb d. 31. december (ca. 35 )

Succes'en i år skyldes helt sikkert, at vi udviklede videre på disse kerneaktiviteter og løbeafdelingen blev i 2014 til en gå- og løbeafdeling, da vi med Lilli i spidsen introducerede vores motions gå-hold. Med tryk på motion, hvor der fra standerhejsningen 1. april blev gået 2 - 2,5 km pr træning og længden og hastigheden stille og roligt blev sat op til at de til sommerferien kunne gå 6 km på 60 min.

Vi introducerede også begrebet løbeskole for at signalere, at alle kan lære at løbe, men at det også er noget man skal lære og noget man skal have tålmodighed til for at undgå at falde fra igen pga. skader, manglende motivation m.v.

Vi havde derfor 3 løbeskolearrangementer i foråret og ét i efteråret, hvor vi kom på skolebænken - alle velbesøgt med 40-50 deltagere:

- 08-04-2014: Løbeopstart – (Incl måling af kropsalder)
- 06-05-2014: Forebyggelse af skader
- 10-06-2014: Sundhed og ernæring (Incl måling af kropsalder)
- 20-11-2014: Motivation til vintertræning

### Guiderne

Vore trænere blev i foråret 2014 til **guider** og de skal helt sikkert have æren og anerkendelsen for den store opbakning, Godthåb Trim har. Den omsluttende holdånd og det fantastiske sammenhold vi ser til de daglige træninger er guld værd.

### **Her skal lyde en Kæmpe anerkendelse og hånd til dem alle**

#### **Årets guide 2014:**

Jeg vil gerne på denne generalforsamling introducere et nyt begreb og en ny tradition i Godthåb Trim.

Vi ved at alle yder et flot stykke frivilligt arbejde men Bestyrelsen vil også gerne anerkende den guide, der igennem året har ydet en ekstra indsats, hvilket f.eks kunne være:

- Har taget et særligt initiativ til aktiviteter, til gavn for medlemmerne og Godthåb Trim
- Har ydet en ekstraordinær indsats igennem året
- osv

Og sådan en har vi haft i 2014 : Lilli Pind Madsen

- Lilli tog initiativ til vores gå-hold
- Lilli stod klar hver tirsdag og torsdag (næsten alle) og førte det ud i livet
- Med sin positive tilgang formåede hun at styre et hold med mange forskellige niveauer

Hermed et gavekort til en lækker rød trøje med Godthåb Trims logo på ryggen samt teksten foran:

### **Årets Guide 2014**

#### **Lilli Pind**

### **Udvikling af foreningens udbud af åbne sociale arrangementer med motion som udgangspunkt**

Igen i 2014 gentog GT de to succeser fra 2013:

- Sankt Hans løb for børn (23. juni 2014) mange børn og arrangement tilbage til Ridemandsmølle efter at det i 2013 var på Lyngbjerggaardskolen
- Godthåb Hammerløb og byfest sammen med Samrådet (5. september 2014)

Og et nyudviklet nyt arrangement inspireret af halloween :

- Se lyset i Godthåb (et familie lygte løb med indlagte opgaver) d. 7. november 2014 i samarbejde med FDF

### **Godthåb Hammerløb og byfest (5. september 2014) – igen med overskud til foreningen**

- omkring 150 deltagere i voksenløb (flyttet til formiddag)
- Nicklas Helenius skød løbet i gang
- mange med i børneløb

- mange pulled pork burgere + aftenmenuer helgrillet nakkekam. 3 øl for en 20,-
- mange flag solgt til plant et flag

### Se lyset i Godthåb d. 7. november 2014

- Ca 200 borgere i Godthåb deltog
- hvor levende lys bl.a. i græskarhoveder og i fakler smukt oplyste den 1,5 km lange rute
- Ca 150 benyttede sig af at købe en tallerken suppe og pølser i Møllen efterfølgende
  - Spis hvad du kan for 20,- (og igen 3 øl/vand for 20,-)

## Udvikling af en fremtidssikret vision og organisering af Godthåb Trim

Bestyrelsen har i vinteren 2014/2015 gennemgået et strategiforløb med DGI 3x3 timer med følgende formål

- ✓ At formulere Godthåb Trims vision
- ✓ At tegne en ny mere fleksibel og ressourcestærk organisation
- ✓ At implementere denne og rekruttere bemanning hertil

### **Visionen:**

*Med **motion** som udgangspunkt vil Godthåb Trim skabe*

*et **socialt samlingspunkt** for lokalområdet*

*til udvikling af **sundhed og livskvalitet***

### **Status:**

Bestyrelsen har tegnet en skitse til den kommende fremtidssikrede organisation og lavet beskrivelser af hovedfunktionerne.

Nytteværdien af den nye organisation er

- at bestyrelsens nuværende arbejdsopgaver fordeles ud på flere hænder (bl.a. laves der et frivilligt udvalg, der kan trækkes på ved de større arrangementer)
- alle ved, hvilke opgaver der skal løses af den enkelte
- det bliver nemmere at rekruttere hjælpere

Den nye bestyrelse får til opgave at implementere den nye organisation i løbet af det kommende år. DVS at få beskrevet opgaverne i organisationen samt rekrutteret de nødvendige ressourcer.

### **Nye kommende aktiviteter:**

Løbeafdelingen vælger at indgå i et nyt løbekoncept "Løb Med", som DGI og DAF er gået sammen om at introducere. Der udbydes i dette koncept 5 forskellige løbeniveauer hvortil Godthåb Trim får instruktørkursus d. 1. marts og i forbindelse med dette får udleveret løbeprogrammer til hvert niveau.

Når dette kursus er gennemgået, vil løbeafdelingen tage beslutningen, om alle 5 niveauer skal udbydes og om der skal suppleres med egne niveauer hvis ikke de dækker alle vore medlemmer.