

## IDRÆTSUDVALGETS BERETNING FOR 2012/2013

Så er femte sæson i Stouby Motion afsluttet og vi kan med stor glæde se at medlemstallet er stabilt og at driften kører godt, ikke mindst takket været vores solide trup af instruktører.

Hovedopgaven siden sidste årsmøde var at fastholde medlemstallet og så holde fokus på driften og omkostningerne, og det er igen lykket med bravur.

### Medlemmerne

149 personer har været medlem hele året, sammenlignet med 147 personer året inden. Ved årets udgang den 30/9 2013 var medlemstallet 237 mod 235 personer året inden. Heraf var 28 medlemmer børn og unge på 12 – 15 år, mod 25 året inden.

### Økonomi

Stabiliseringen af medlemstallet har også medført en lille nedgang i omsætningen på 1.733 kr., som er fuldt acceptabelt.

Øget lokaleomkostninger og omkostninger i forbindelse med Conventus har trods en skarp styring af aktiviteter og vedligeholdelse betydet, at indtjeningsbidraget er reduceret med ca. 20 %. Årets samlede resultat er positivt med 17.709 kr., hvilket bringer foreningens egenkapital op på 88.876 kr. ved årets udgang.

### Motionslokalet

Der har løbende været små reparationer på udstyret i motionslokalet, men heldigvis ikke noget alvorligt. Vi har nyanskaffet diverse småudstyr, som ekstra måtter og kettlebells og har fået ombetrukket sæder og puder på bænke og stativer. Overordnet kan vi være rigtig godt tilfreds med kvaliteten af inventar og udstyr i lokalet.

### Fitness

Den frivillige instruktørstab er forsat meget stabil, og vi har tilbud om instruktion i 4 af ugens dage. Et nyt tiltag der er skudt i gang er ældrefitness hvor vi tilbyder "hånd i hånd" træning hver tirsdag formiddag.

Vi har haft instruktører på diverse kurser i løbet af året, inden for nye tiltag og ideer, herunder træning med slynger, der snart præsenteres i motionsrummet.

### Indoor Cycling

Suunto pulsmålingssystemet, som vi anskaffede os sidste år med støtte fra Alfred Niensens fond, har været et super tiltag, som vi dels har fået megen ros for, og som samtidig giver udfordringer til vores instruktører. Alle instruktørerne har fået tilbud om ekstra kurser i indoor cycling for at kunne samle ny inspiration.

Vi har indkøbt et nyt og moderne musikanlæg til lokalet, så instruktørerne kan anvende deres egne "spilledåser" på anlægget.

Som noget nyt tilbyder vi nu medlemskab kun til spinning, da vi har erfaret at der er flere medlemmer der kun kommer for spinning. Vi har afholdt et event d. 28 dec. med god deltagelse i forbindelse med aktivitetsdagen i Multihuset. Vi deltog eksternt i 24 timers spinning event i Daugaard og 12 timers event i Juelsminde.

### Holdfitness

Holdtræning er styrketræning på hold med udgangspunkt i at få styrket de funktionelle bevægelser og de muskler, vi anvender i dagligdagen. Efter en grundig opvarmning gennemføres en række øvelser i noget lignende militærdisciplin. Der var desværre ikke stor tilslutning til denne aktivitet, så vi har lukket ned for aktiviteten indtil videre.

### Teenfitness

Teenfitness har igen været på programmet med 16 gange fordelt over vinteren. Der deltog 7 – 15 deltagere. Dette er en meget positiv aktivitet sammenholdt med forældre/barn træningen, der har fået lokket flere medlemmer til.

### Forældre/barn træning

Det er nu på anden sæson med denne aktivitet og vi kan se at dette er en populær aktivitet som vi siden start har udvidet, så et barn kan træne sammen med en anden kammerat og dennes forældre eller bedsteforældre. Tidsmæssigt kan det nu også foregå i hele motionscenterets åbningstid.

### Conventus

Vi har nu indført conventus som administrationssystem til både betaling og medlemsregistrering. Dette har også tilført mulighed for at vi nu kan tilbyde flere forskellige typer af medlemskab.

### Idrætsudvalget

Idrætsudvalgets medlemmer og chefinstruktørerne har arbejdet med og ud fra den planlagte fordelingsstruktur af opgaverne, hvilket sikrer hurtige beslutninger og et enkelt og overskueligt set-up.

### Det kommende år

I det kommende år vil vi forsat holde fokus på at få optimeret administrationen og få udnyttet conventus systemet funktioner fuldt ud, og især på samarbejdet omkring nøglesystemet. Investeringsmæssigt vil vi se på hvilket udstyr der skal fornyes og her tænkes især på konditionsmaskinerne som løbebandene og cross-trainerne samt en kraftig gennemgang og evt. udskiftning af et par cykler i spinning.