

Bestyrelsens Beretning 2019



Indholdsfortegnelse

1. Indledning	3
2. Historie	3
3. Mål og Strategi 2017-2020	3
3.a. Strategimodel.....	3
3.b. Mål	4
3.c. Udvikling	5
4. Året, der gik	6
4.a. Medlemmer og hold	6
4.b. Fastansatte	7
4.c. Instruktører	7
4.c.I. Kick-off	7
4.c.II Kurser.....	7
4.d. Samarbejdspartnere	8
4.e. Bestyrelse og Udvalg.....	8
4.f. Arrangementer	8
4.f. Årets Gymnast og Instruktører.....	9
4.g. Lokaler og Redskaber	9
4.g.I. Søndersøhallen	9
4.g.II Indkøb af redskaber	10
5. Opvisningshold	10
5.a. Q30+ Opvisningshold	10
5.b. DGI Aspirantholdet 17+	10
6. Konkurrencehold	10
6.a. Grand Prix (GP).....	10
6.b. Idrætsgymnastik (Kvindelig Idrætsgymnastik KIG & Mandlig Idrætsgymnastik MIG).....	11
6.c. Ropeskipping (RS)	12
6.d. TeamGym (TG)	13
7. Markedsføring og PR	13
7.a. IT, Telefon, hjemmeside, facebook og Instagram	14
8. Sponsorer	14
9. Økonomi	14
10. Fremtid	15

1. Indledning

Endnu en succesfyldt vintersæson er afsluttet med et brag af en 50 års Jubilæumsopvisning i Farum Arena den 23. marts 2019. Opvisningen viste med stor synlighed Farum Gymnastikforenings bredde med Forældre-barn, dansehold, springhold, voksenhold, spring-rytme, parkour og nu 4 forskellige typer konkurrencehold. Over 80 instruktører og hjælpeinstruktører har gjort et fantastisk stykke arbejde med de 80 hold, vi har haft på programmet.

Vi har de sidste 5 sæsoner oplevet en eksplosiv vækst fra 669 medlemmer i 2013 til 1461 i 2017, men i 2018 er vi faldet til 1396 medlemmer på trods af et fokus på at fasholde både medlemmer og instruktører. Vi ønsker fortsat at kunne motivere Furesøs borgere til en sundere livsstil med motion som et naturligt element i dagligdagen. I april fastansatte vi Priscilla Lind Rasmussen som Administrations- og Udviklingschef for at kunne servicere vores medlemmer og fortsat udvikle Farum Gymnastikforening. Der er derfor også et fokus på indtægtsgivende aktiviteter for at sikre, at vi kan have økonomi til at have en fastansat.

2. Historie

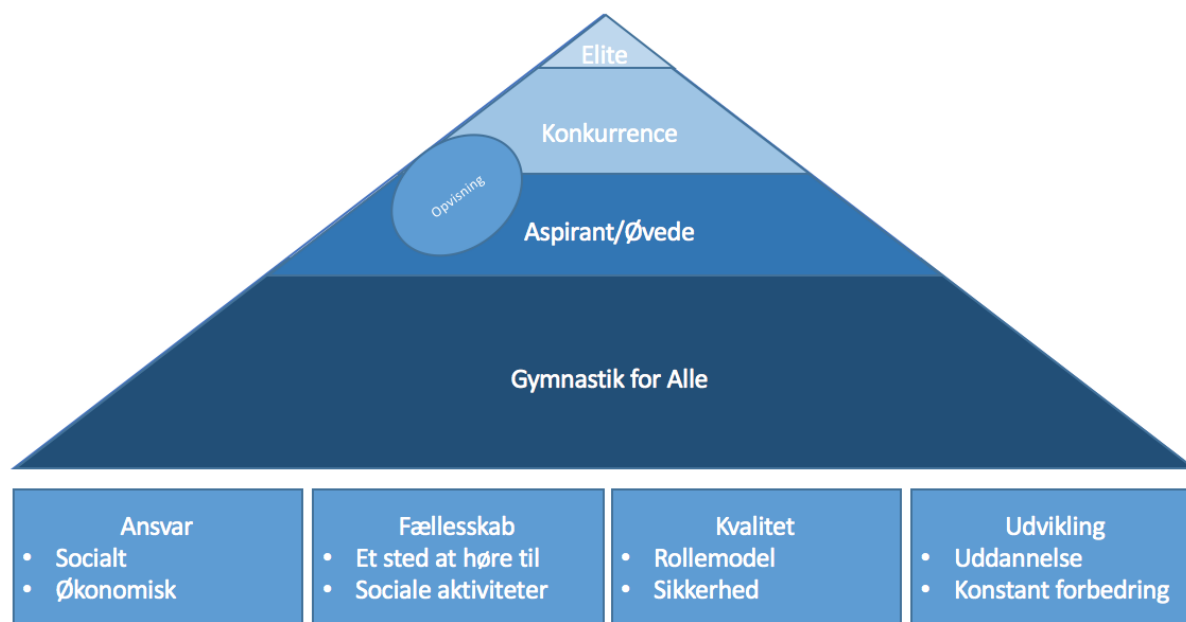
I 1969 blev foreningen selvstændig, da de foreninger, der havde været en del af "Farum Gymnastik- og Skytteforening" siden 1883 gik hver til sit. Vi fejrede 50 års Jubilæet ved at gøre ekstra meget ud af vores årlige opvisning i marts 2019.

3. Mål og Strategi 2017-2020

3.a. Strategimodel

Farum Gymnastikforenings strategi er at udbyde gymnastik til alle aldersklasser og at dække flere færdighedsniveauer. Herigennem gives mulighed for at dyrke gymnastik fra en time om ugen på et breddehold til flere gange om ugen på et aspirant-, opvisnings- eller konkurrencehold i udvalgte discipliner. Tanken er, at man som barn skal have mulighed for at starte til gymnastik så tidligt som muligt, og at FGF giver mulighed for at man kan vælge netop den vej, som passer til barnets behov, ønsker og kompetencer.

Strategien skal i de kommende år gennemgås med henblik på at lægge rammerne for foreningens videre virke efter 2020. Allerede i 2018 blev der dog en række forberedende justeringer i den nuværende strategi, idet foreningen ønsker at påtage sig et endnu større samfundsmæssigt og socialt ansvar for både vores medlemmer og instruktører. Som led heri blev foreningens vision derfor udvidet fra et primært fokus på udvikling af gymnasternes fysiske kompetencer til et bredere fokus på at understøtte medlemmernes og instruktørernes fysiske, psykiske og sociale kompetencer gennem hele livet – dvs. det sunde og hele menneske.



Foreningens strategimodel 2017-2020 (ovenfor) er fortsat retningsgivende for vores aktiviteter. Modellen er et resultat af bestræbelserne på at sikre fokus på tilbud om "Gymnastik for Alle" i Farum Gymnastikforening i de kommende år.

Aspirant- og opvisningshold kan ses som broen mellem "Gymnastik for Alle" hold og konkurrencehold, hvor man får mulighed for at dygtiggøre sig og at træne mere og evt. at udvikle sig til at komme videre på et af vores konkurrencehold.

I 2017-18 fik vi implementeret en del af strategien 2017-2020 med aspiranthold i spring-rytme (TeamGym) og det med stor succes. I 2018-19 forsøgte vi at oprette aspiranthold på rytmesiden, men der var desværre ikke tilstrækkelig tilslutning. Vi prøver igen næste sæson.

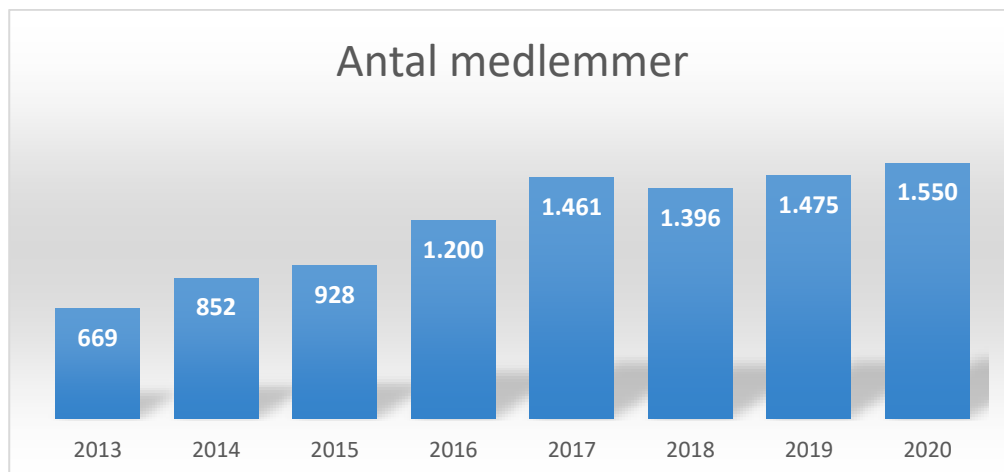
Fundamentet for alt hvad vi foretager os i Farum Gymnastikforening (FGF) tager udgangspunkt i vores værdier Ansvar, Fællesskab, Kvalitet og Økonomi.

3.b. Mål

Udover selve strategimodellen, har vi i bestyrelsen opsat mål for årene 2017-2020. Vi ønsker at bibeholde fordelingen af medlemmer mellem dem, der ikke går til konkurrence og dem, der går til konkurrence. Gymnastik for Alle hold, aspirant- og opvisningshold med 80% og konkurrencehold på 20%, hvilket kan betyde, at kravene for sidstnævnte skærpes.

- Øge antallet af medlemmer (se tabel nedenfor)
- At udbyde hold til udøvere i alle aldre
- Arrangementer – afholde camps/skoler, Furesø Sommerferieaktiviteter, Furesø Sommer Workout, Grand Prix Julestævne, understøtte DGIs/GymDanmarks opvisninger og konkurrencer
- Separate mål pr. konkurrencegren

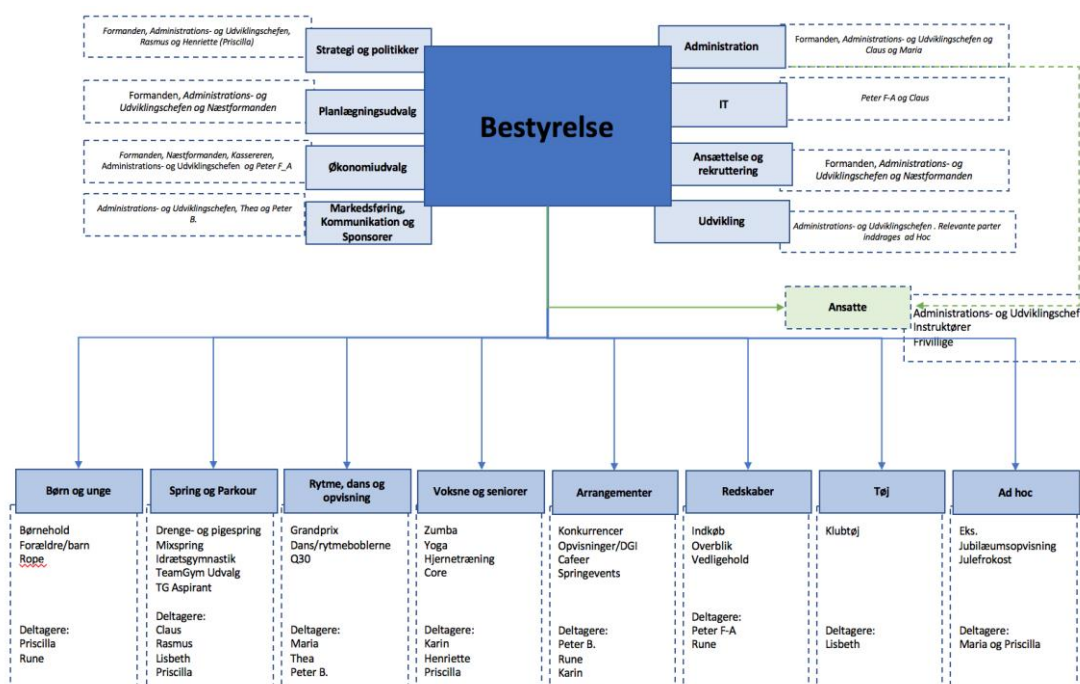
Antal medlemmer



Antallet af medlemmer opgøres pr. 31. december pr. år, som indberettes via CFR registret til DGI, GymDanmark og Furesø Kommune. CFR medlemmer har været medlemmer i minimum 3 måneder i kalenderåret.

3.c. Udvikling

I bestyrelsen har vi i 2018 anvendt en del tid på at arbejde med en ny organisationsform. Vi har tidligere haft bestyrelsesmedlemmer som ansvarlige for alle områder og for at kunne udvikle Farum Gymnastikforening, ønsker vi at decentralisere og give mere indflydelse til instruktører, medlemmer og frivillige, som kunne tænke sig at være med til at præge FGF i et af de mange udvalg, som ses nederst i organisationsdiagrammet. Vi er så småt gået i gang med implementering specielt med et TeamGymudvalg (8 holdledere, som er forældre, 4 instruktører, 3 fra bestyrelsen og Priscilla) og et Rytmeudvalg. De øvrige udvalg mangler frivillige hænder for at kunne fungere optimalt.



4. Året, der gik

4.a. Medlemmer og hold

Vi har fra efterårssæsonens begyndelse haft 62 bredde-, aspirant-, og opvisningshold og 10 konkurrencehold, hvoraf vi har været nødt til at lukke nogle af breddeholdene, bl.a. fordi instruktører meldte fra og på grund af for lille søgning til udbudte hold. I år er vi således endt med at have 51 bredde-, aspirant-, og opvisningshold og 10 konkurrencehold (herunder 15 konkurrerende hold)

Parkour

Som noget helt nyt har vi i år valgt indgå i et samarbejde med Street Movement fra København for at løfte kvaliteten i undervisningen, sætte øget fokus på udøvernes udviklingsprogression og for at udvikle et mere autentisk parkourmiljø i FGF. Det er en udvikling, som vi er glade for og finder vigtig, selvom vi igen i år har oplevet et fald i antallet af parkour-udøvere.

Hvor vi sidste år havde 100 er der i dag 72 udøvere fordelt på 3 hold. Når vi i år oplever et fald indenfor parkourgrenen skyldes det bl.a. at en af vores nye bærende instruktører måtte melde fra kort før sæsonstart. Det samtidig med, at vi har haft fokus på drengegygnastikken og udviklet en række nye tilbud målrettet drengene, formoder vi har trukket nogle af vores parkour-udøvere over til springgymnastikken.

Det at en af vores bærende Parkour-instruktører meldte fra gav os store udfordringer på vores lørdags parkourhold. Vi var dog heldige at få Jesper Raaberg og Claus Meinhardt, der er ansvarlig for tirsdagens parkour hold til at undervise på skift. Foruden dem har Street Movement i København været tilknyttet og bidraget til at løse undervisningsopgaven. På trods af særdeles erfarne undervisere har det ikke været optimalt, at der ikke har været en fast ansvarlig instruktør tilknyttet holdet.

Voksenhold

Der har været pæn tilslutning til alle voksenhold, nogle lidt mere og andre lidt mindre end i sidste sæson.

Som nyt tiltag blev oprettet hold for DGI Smarttræning (Hjernegymnastik), som forløber over 15 gange. I første del af sæsonen var det svært at tiltrække deltagere, hvilket skyldtes, at annonceringen for denne nye gren ikke blev gennemført. Efter nytår begyndte en nye periode på 15 gange, og der har tilslutningen været meget bedre. Tirsdage er der 2 formiddagshold med 1 times motionsgymnastik ind imellem. På motionsholdet er tilslutningen meget begrænset.

Annies motionshold har stadig mange stabile deltagere, men flere er på grund af alder begyndt at have afbudsdage. Flere deltagere fra sidste års Ryg- og Coretræning hold er i denne sæson flyttet over på holdet for Coretræning M/K med imponerende 33 deltagere.

Helle Torps Hit Fit hold var sammen med Q30 opvisningsholdet de eneste voksenhold på den netop afholdte 50 års jubilæums opvisning.

Annas M/K hold har faste deltagere, og de afslutter undervisningen med volleyball. Holdet for Rigtige Mænd kunne godt bruge lidt flere deltagere. Der har været ny Zumba træner, og dermed faldt deltagerantallet. Helle Nathan kører meget selvstændigt et stort Pilates hold mandag aften med meget glade og trofaste gymnaster.

Pilates på STIEN mandag formiddag har fået yderlige et par deltagere.

Spring-rytme (TeamGym) Aspiranthold

I 2017 tog Farum Gymnastikforening tiltag til at bygge bro mellem breddespringholdene og TeamGym konkurrenceholdene for derved at oprette en fremtidig fødekæde af gymnaster til TeamGym. Tiltaget var primært rettet mod de gymnaster, der havde lyst til at prøve kræfter med springgymnastik, men som

gerne ville træne mere end en gang om ugen. Derudover var træningen kombineret med et rytmisk element ligesom på TeamGym-holdene.

I 2018 har vi fortsat successen med Spring-Rytme aspirantholdene og udvidede med et hold for de 4-8 årige ud over et for de 8-12 årige, samt to for 11-15 årige piger og drenge, hvoraf det ene var et rent springhold dvs. 4 hold i alt. Det rene springhold blev oprettet, fordi vi har flere drenge, der kun er interesserede i at spring og vi vil meget gerne fastholde flere drenge i gymnastikken og må derfor tilpasse vores udbud.

Der har i 2018-19 været 70 lovende gymnaster på de 4 hold. Gymnasterne blev tilbudt plads på aspirantholdene efter en udvælgelse i forbindelse med fortræninger, der blev afholdt i august 2018. Spring-Rytme TeamGym aspiranterne viste sig ganske imponerende frem til Jubilæumsopvisningen den 23. marts 2019. Vi overvejer at åbne helt op for aspirantholdene, så man ikke behøver at komme til fortræning og udtagelse, men det er ikke besluttet endnu.

4.b. Fastansatte

Opgaverne med at drive foreningen er steget i takt med stigningen i antallet af medlemmer og bestyrelsen besluttede i foreningsudviklingsforløbet med DGI at lave en kortlægning af opgaver og organisering i oktober 2017. Her kom det tydeligt frem, at vi ikke kunne løfte opgaverne selv og på det efterfølgende bestyrelsesmøde var alle enige om at ansætte en administrativ medarbejder så hurtigt som muligt. Pr. 1. april 2018 ansatte vi Priscilla Lind Rasmussen som Administrations- og Udviklingschef på fuldtid 37 timer.

4.c. Instruktører

Der er stor udskiftning blandt de unge instruktører og hjælpeinstruktører, da mange tager enten på efterskole, højskole eller tager et sabbatår, hvor de skal ud at rejse. Vi fik rekrutteret 20 nye instruktører og hjælpeinstruktører til vintersæsonen. Det er en stor kabale, der skal gå op med medlemmernes ønsker og behov, lokaler, holdplanlægning og instruktører, men vi fik igen denne sæson alt til at gå op.

Det er utrolig vigtigt for os med en struktureret efterfølgerplanlægning. Konkurrenceholdene står for en stor del af de nye både hjælpeinstruktører og instruktører. Vi ønsker dog at opfordre medlemmer på andre hold til at søge instruktørjob i FGF.

4.c.I. Kick-off

I august afholdte vi et storstilet kick-off for alle instruktører, hjælpeinstruktører og bestyrelse tilrettelagt af Priscilla Lind Rasmussen. Det var en god dag, hvor vi startede med fællestræning under ledelse af Peter Friis. Det var sjovt og både de unge og ældre fik noget med hjem. Derudover var programmet lagt an med forskellige spor afhængig af, hvilke kompetencer og inspiration de enkelte instruktører og hjælpeinstruktører kunne forventes at have brug for. Dagen afsluttedes med middag om aftenen.

4.c.II Kurser

Der lægges vægt på, at vore instruktører og hjælpeinstruktører kommer på kurser for at dygtiggøre sig. Vi har igen valgt at prioritere et FGF kursus for nye hjælpeinstruktører med vore egne garvede instruktører Henrik Asserhave og Kathrine Greby Schmidt. En del har været på GymDanmarks Basis instruktørkursus, men ellers er det ikke lykkedes os at få nok afsted på kurser. Vi har en del instruktører som vi gerne vil have afsted på Springsikkerkurser, som er en hel weekend med teori og praksis, hvor deltagerne skal bestå både prøver i begge dele, men desværre har det været svært at finde tid til at tage afsted, når kurserne blev udbudt eller også blev det aflyst på grund af for få deltagere.

4.d. Samarbejdspartnere

- DGI
- Furesø Idrætsråd (FIR)
- Furesø Kommune - i høj grad halpersonalet i Farum Arena
- Gefion
- GymDanmark
- Gymnastikefterskolen Stevns
- Gymnastikhøjskolen Ollerup
- Furesø Taekwondo
- Sorø Gymnastikefterskole
- Stavnsholtskolen
- Sønderøhallens brugergruppe
- Vejstrup Efterskole
- Jens Werner Dans

4.e. Bestyrelse og Udvalg

Efter generalforsamlingen 2018 og efterfølgende konstituering bestod bestyrelsen af:

Formand Lisbeth Blom

Næstformand Peter Fogh-Andersen => blev bestyrelsesmedlem i oktober 2018

Kasserer Naia Helweg

Sekretær Karin Nygaard

Medlem Maria Esberg => blev Næstformand i oktober 2018

Medlem Rasmus Bo Hansen

Medlem Peter Engberg Balle

Medlem Claus Gravgaard Sørensen

Medlem Henriette Gedde

Suppleant Rune Wederkinck

Suppleant Thea Christensen

Revisor Rasmus Vogn Kjær

Revisorsuppleant – vakant

Tusinde tak til de fantastiske mennesker, som har siddet i bestyrelsen i det forgangne år. De har taget et kæmpe slæb og vi har i fællesskab skabt flere udbud for mange medlemmer – med andre ord en fantastisk forening. Der er desværre flere, der har valgt at træde ud af bestyrelsen bl.a. fordi der er virkelig mange opgaver og det er svært at blive ved med at kunne bidrage. Heldigvis har vi identificeret flere som stiller op til bestyrelsen til Generalforsamlingen den 9. april 2019.

4.f. Arrangementer

Gymnastikopvisninger, camps og andre arrangementer hører foreningslivet til og vi har haft rigtig mange i år. Det har blandt andet været:

Camps/gymnastikskoler

Grand Prix og TeamGym Sommer Camp – GymDanmark

Furesø Sommerferieaktiviteter 2*3 dages Spring-Rytme/TeamGym

Gymnastik events

Furesø Sommer Workout - Juni til august 2018

Spring-events (åbent hus) for 6-18 årige hver den 1. lørdag i md. i den nye springhal

Gymnastikopvisninger

Efterårsopvisning med Gymnastikefterskolen Stevns og Gymnastikhøjskolen i Ollerup, DGI

Forårsopvisning 10. marts 2019

Farum Gymnastikforenings 50 års Jubilæumsopvisning 23. marts 2019

DGI Landsdelsholds Galla 22. marts 2019

DGI Kavalkade 12. April 2019

Verdensholdet 2. maj 2019

Kurser

GymDanmarks Talentudviklingskickoff

Konkurrencer

2. runde af Forbundsmesterskaberne i Mini TeamGym

NM i Idrætsgymnastik Juli 2018

Grand Prix's julestævne 8. december 2018

Regionsmesterskaberne i TeamGym 25.-26. Januar 2019

Det kræver en masse frivillige for at kunne afholde alle disse arrangementer og jeg vil gerne takke alle de mange, der gør en ekstra indsats for foreningslivet – det er i høj grad her man mærker fællesskabet.

4.f. Årets Gymnast og Instruktører

Til Farum Gymnastikforenings 50 års Jubilæumsopvisning havde vi besluttet at udpege Årets Gymnast, Årets Instruktør og Årets Instruktør Team.

De nominerede til Årets Gymnast var:

Alma Lautrup Hjulmand - Rope Skipping

Amalie Pflug – Grand Prix Oxana

Caroline Lyngberg – TeamGym Juniorpige

Clara Enemærke – TeamGym

Giulia Castellino – TeamGym Micropige

Halfdan Gravgaard – TeamGym Juniordrenge

Kajsa Nordahl Larsen – Grand Prix Team Enya

Louise Walsøe Torup – Grand Prix Team Octavia

Nynne Schultz – TeamGym Juniorpige

Yasmin Schmidt – Grand Prix Team Octavia

Louise Walsøe Torup blev kåret som Årets Gymnast 2019.

Kathrine Greby Schmidt blev kåret som Årets Instruktør 2019

Emilie Lykke og Sif Fink Arnbjerg-Nielsen blev kåret som Årets Instruktør Team 2019

4.g. Lokaler og Redskaber**4.g.l. Søndersøhallen**

Søndersøhallen har også i år dannet ramme for månedlige events – vi har haft mellem 50 og 100 børn igennem Åben hal events – Farum Gymnastikforening har valgt at videreføre disse – Værløse Gymnastik har valgt ikke at deltage i andet halvår af 2018.

Søndersøhallen har vi fuldt udnyttet til Grand Prix, TeamGym, Spring Rytme Aspiranter og DGI 17+ Aspirantholdet. For at imødekomme ønsket om bl.a. flere springhold har vi i det forløbne år spredt vores spring-aktiviteter, og med tilkøb og flyt af eksisterende redskaber kunnet udnytte lokaliteterne i Farum Arena og på Solvangskolen bedre.

4.g.II Indkøb af redskaber

For at lette presset på Søndersøhallen har vi flyttet rytmegulv til Farum Arena efter indkøb af nyt gulv til Søndersø. Derudover er der indkøbt nye redskaber (måtter og tilløbsbane), specielt til Farum Arena, for at give ekstra mulighed for bredde- og springgymnastik i Farum Arena.

Det er stadig en udfordring, at der anvendes rigtig meget tid med udlægning af redskaber og at sætte disse tilbage – tid som går fra undervisningen – og som samtidig betyder, at redskaberne udsættes for massiv slitage.

5. Opvisningshold

5.a. Q30+ Opvisningshold

Det er tredje år for Q30+, som er et opvisningshold for kvinder. Stolthed, glæde og følelsen af fællesskab – det er hvad vores Opvisningshold Q30+ står for. Det er fantastisk at være så mange som synes det er dejligt at gå til gymnastik sammen og vi har sjovt, når en gang om ugen træner hårdt i 2 timer. Holdet deltager i 3-4 opvisninger på en sæson og til DGIs forårsopvisning den 10. marts blev holdet udtaget til at deltage i DGI Kavalkaden den 12. april i Farum Arena. Tak til vores dejlige instruktør Freja, som prøver at få skik på alle kvinderne.

5.b. DGI Aspirantholdet 17+

For andet år i træk har vi i samarbejde med DGI haft et Landsdelshold til at repræsentere Nordsjælland - DGI Aspirantholdet. Vi havde 49 til prøvetræning og 35 blev udtaget, hvoraf 4 er stoppet. Holdet består af rytme- og springgymnaster i alderen 17-24 år.

Kasper Foss Hansen og Frederik Bülow har stået for springdelen og Freja Willads Haack og Camilla Dueholm for rytmedelen. De har fået skabt en flot opvisning med både fællesserier, springkoncept, spring på bane og trampet, tovserie og danseserier. Niveaueet er højt for et aspiranthold og vi har derfor valgt at vi næste sæson opretter et Rephold.

6. Konkurrencehold

6.a. Grand Prix (GP)

Sæson 18/19, har vi 6 Grand Prix hold (54 gymnaster), som spreder sig over aldersgruppen 6-20 år.

Mini 10-12 (Enya), Junior (Octavia) og Senior (Oxana) blev tilbage i november 2017, udtaget til internationale konkurrencer.

Team Enya deltager i Cartagena Children Trophy i Spanien.

Team Octavia deltager i Challenge Cup i Bulgarien og til Verdensmesterskaber i Spanien.

Team Oxana deltager i Academic Cup I Bulgarien.

Fra december 2018 til midt marts 2019 har holdene indsamlet 7x guldmedaljer, 5x sølvmedaljer og 2x bronzemedaljer.

	Julestævne	DM 1. runde	SM
Ovia-Rosa			Sølv (2. division)
Ovia-Lia	Guld	Guld	Sølv (1. division)
Enya	Guld	Guld	Guld (1. division)
Maliva			Sølv (2. division)
Octavia	Guld	Guld	Sølv (1. division)
Oxana	Sølv	Bronze	Bronze

Grand Prix afdelingen har afholdt det årlige Julestævne, et vellykket stævne med stor ros fra deltagere samt GymDanmark. Stævnet rummede i år 456 gymnaster fordelt på 50 hold – rekord!

Mål:

- Vedligeholde vores eksisterende gymnaster samt fasthold vores antal hold eller udvide grand prix konkurrence afdeling med et nyt hold pr. sæson.
- Udvikle en sund fødekæde af gymnaster, som senere kan uddannes til instruktører.
- Fortsat at afholde vores årlige julestævne samt stævner i samarbejde med GymDanmark

Hvordan når vi vores mål:

Vedligeholdelse af gymnaster og hold:

Vi vil fortsat have fokus på den gymnastiske kvalitet samt de sociale aspekter på holdene. Derudover vil vi fortsat lave vores holdsammensætning, på baggrund af den gymnastiske kunnen i samspil med gymnasternes ønske og motivation.

Ét nyt hold pr. sæson:

Rekruttere nye gymnaster gennem vores rytmiske børnehold samt grand prix forårshold.

Fødekæde til instruktører:

Vi vil have øget fokus på potentielle instruktører, samt give dem mulighed for uddannelse. Derudover vil vi sætte vores nye instruktører i træner teams med vores gavnet instruktører, for at dele erfaringer både indbyrdes og på kryds af teams.

Julestævne:

Julestævnets popularitet er steget markant de seneste 5 år. Derfor vil vi vedligeholde vores afholdelse af stævnet og fortsat sørge for forældreopbakning.

Samarbejde med GymDanmark:

Vil vi fortsætte det gode samarbejde med GymDanmark, og tilbyde vores hjælp til at afholde de årlige Grand Prix konkurrencer.

6.b. Idrætsgymnastik (Kvindelig Idrætsgymnastik KIG & Mandlig Idrætsgymnastik MIG)

Som noget helt nyt har vi i år startet idrætsgymnastik op for drenge som et tiltag for at kunne tilbyde hold kun for drenge, da vi efter at have været en del af 10000 på 10 med DGI, hvor 260 drenge fra Stavnsholt skolen fik mulighed for at prøve gymnastik også skulle have et tilbud til drengene. Vi har to dygtige instruktører på og der har været 13 drenge i vintersæsonen, hvilket vi er godt tilfredse med og vi fortsætter derfor med holdet til forårssæsonen.

I Farum Gymnastikforening har vi Spring- og redskabshold, hvor gymnasterne bliver introduceret til kvindelig idrætsgymnastik (KIG) med en times træning om ugen. Herudover har vi i år haft et KIG-Aspiranthold, som har trænet 2 gange om ugen i 2 timer ad gangen og de deltager ikke i konkurrencer. Ideen er at have Spring og redskabsholdene som fødekæde til aspirantholdet. Det er første år vores KIG'ere ikke deltager i konkurrence bl.a. fordi der er mange nye gymnaster og fordi vi fra starten af sæsonen ikke havde instruktørkapacitet til det.

Antallet af gymnaster på Spring- og redskabsholdene er reduceret fra 34 i 2017-18 til 11 i 2018-19 og med 10 piger på KIG Aspirantholdet er det status quo. Her til forårssæsonen har vi fastholdt Spring- og Redskabsгимnastik og KIG Aspirant.

For 3 år siden lavede vi en aftale med Gefion, som træner i Grøndalscentret om at flytte de dygtigste gymnaster, som trænede mange timer til Gefion samtidig med, at Aleksandr Petruik overgik fra at være fastansat instruktør i Farum Gymnastikforening til Gefion.

Pigerne har brug for op til 30 timers træning om ugen i faciliteter, hvor alle redskaber står fremme til hver træning. Det har vi desværre ikke haft mulighed for at imødekomme i Farum Gymnastikforening og pigerne var blevet så dygtige, at det var uholdbart, hvis de skulle kunne udvikle sig til toppen af Danmarks KIG gymnaster.

Vi vil meget gerne fortsat kunne udbyde KIG i Farum Gymnastikforening, men vi må sande, at det holder hårdt med at tiltrække nok til at lave en egentlig konkurrenceafdeling, hvilket kræver minimum 20 Spring- og redskabsгимnaster, 10 på aspirantholdet og 10 på konkurrenceholdet for at have en reel fødekæde. Der skal derfor arbejdes på at tiltrække flere gymnaster.

6.c. Ropeskipping (RS)

Rope skipping i Farum Gymnastikforening har i sæsonen 2018/2019 endnu en gang øget antallet af aktive sjippere i foreningen. I sommeren 2018 blev der diskuteret og lagt en langsigtet plan rettet mod at øge opmærksomhed på sporten, øge antallet af aktive udøvere og øge niveauet hos de eksisterende konkurrencesjippere. Her blev instruktørerne på konkurrenceholdet i samarbejde med formanden for gymnastikforeningen enige om, at der skulle lægges en stor satsning i sæsonen 2018/2019 for at skabe en bæredygtig talentudvikling i foreningen. Det resulterede i oprettelsen af tre hold: begynder, aspirant og konkurrence - og dermed også tilføjes af en ny hjælpeinstruktør i foreningen: Freja Okholm.

På begynderholdet har der været 17 sjippere fra alderen 7 år. På aspirantholdet har der været 7 (?) sjippere, og på konkurrenceholdet har der været 9 sjippere delt ud på tre hold. For både begynderholdet og aspirantholdet er der udvalgt en skare, der bliver tilbudt at rykke op på næste niveau til sæsonstart 2019/2020. Det betyder, at der fremadrettet vil være en naturlig progression og fødekæde for talenterne, så alle sjippere bliver udfordret på et relevant niveau og også bliver rykket op til næste niveau uden det store spring direkte fra begynder til konkurrence, som det har været i tidligere sæsoner.

Aspirantholdet har haft en træning om ugen med konkurrenceholdet, og det har gavnet udviklingen for både konkurrence- og aspirantsjippere. De har blandt andet haft fokus på forbedring af teknik i speed-disciplinen, der indgår som konkurrencedisciplin. Derudover har konkurrenceholdet haft et løbende fokus på mentaltræning i hele sæsonen, som har været både lærerigt og hårdt for både instruktører og sjippere. Til de nationale holdkonkurrencer er det i alt blevet til 5 guldmedaljer, 2 sølvmedaljer og 1 bronzemedalje i begynderrækkerne 15+, hvoraf de tre guldmedaljer og den ene bronzemedalje er opnået i den samlede konkurrence - resten er opnået i enkelte discipliner. Det betyder også, at alle tre hold har vundet minimum en medalje i løbet af holdsæsonen 2019.

Desuden er der blevet øget fokus på sportsgrenen ved at hænge plakater op på skolerne og lave skoleforløb med skoler i både Farum og Værløse. Der er samlet støtte ind til konkurrenceholdet gennem cafe i efteråret, et sponsorat samt salg af Lillebrorlodder.

6.d. TeamGym (TG)

Det skal være sjovt at gå til Gymnastik. Og det har det virkelig været i Farum TeamGym i 2018/19 sæsonen.

Farum TeamGym er fortsat i en positiv udvikling. Vi er ca. 95 gymnaster fordelt på 8 konkurrencehold. Samtidig har vi en aspirantafdeling, som i år tæller 70 gymnaster i aldersgruppen 4-16 år.

Det forgangne år har endnu engang været præget af et stort forældreengagement. Dette kulminerede i starten af 2019, da Farum Gymnastikforening var vært for Regionsmester-skaberne Østdanmark mini og senior den 26. og 27. januar. Det var en stor opgave med mere end 2.300 publikum/deltagere, og ca. 1.200 gymnaster. Men endnu engang blev det afholdt med stor succes og er en bekræftelse af, at med det nuværende forældre-engagement er vi klar til fortsat at løfte store opgaver indenfor TeamGym i Farum Gymnastikforening.

Sikkerhed betyder meget i Farum Gymnastikforening – vi har en del instruktører, som vi gerne ville have afsted på Springsikkerkurser, som er en hel weekend med teori og praksis, hvor deltagerne skal bestå prøver i begge dele, men desværre har det været svært at finde tid til at tage afsted, når kurserne blev udbudt, eller også blev kurserne aflyst på grund af for få deltagere.

Der har i den forgangne sæson desværre ikke været seniorhold i regi af Farum Gymnastikforening, da det ikke var muligt at skaffe det nødvendige antal instruktører. Vi håber meget at kunne tilbyde TeamGym på seniorniveau igen i den kommende sæson.

Vi har i den forgangne sæson været udfordret af, at en del af vores instruktører har været væk enten på efterskole, højskole eller ude at rejse. Vi har i denne sæson introduceret en teamstruktur for vores instruktører på hhv. micro-, mini- og juniorholdene for derved at opnå en større sammenhæng, både instruktørerne imellem og mellem de enkelte hold. Vi vil gerne benytte lejligheden til at takke alle vores dygtige instruktører for en engageret og dedikeret indsats i den forgangne sæson.

I den kommende sæson ser vi frem til at afholde flere store arrangementer i Farum Arena, hvor vi igen får brug for mange hjælpende hænder, og vi har p.t. to/tre mesterskaber på bedding, Regionsmesterskaberne Østdanmark for mini den 1. og 2. februar 2020, Efterskole DM den 15. maj 2020 samt Forbundsmesterskaberne for mini, 2. runde den 16.-17. maj 2020.

7. Markedsføring og PR

Ligesom forrige år har vi i videst muligt omfang forsøgt at eksponere Foreningen yderligere i Furesø Avis, ligesom der også i år har været investeret i en fotograf til at dække forårsopvisningen. Vores kontakt til Frederiksborg Amts Avis er fortsat god, og der er bragt flere udmærkede artikler om foreningen.

Vi er fortsat aktive på Facebook, og vores officielle Instagramprofil bliver i vid udstrækning vedligeholdt af vore instruktører, som gør et fantastisk arbejde med at profilere Farum Gymnastikforening og alt det gode der bliver gjort til hverdag og til konkurrencer og opvisninger. Vi fortsætter naturligvis med at

udvikle og lave relevant indhold. Bannere, beachflag og roll ups anvendes ligeledes fortsat i stor stil ved div. arrangementer.

7.a. IT, Telefon, hjemmeside, facebook og Instagram

Vi anvender Klubmodul som medlemssystem. Klubmodul har inkorporeret hjemmeside, hvortil vi linker til vores facebookside. Vi kæmper fortsat med at holde hjemmesiden levende idet det med dagens teknologi, og kommunikationsformer stadig er mere naturligt og nemt at holde facebook siden up-to-date. Til gengæld er vi meget tilfredse med aktiviteten på Facebooksiden, som mange benytter sig af, ligesom Foreningens officielle Instagramprofil efterhånden er selvkørende på et tilfredsstillende niveau.

Administrations- og udviklingschefen og dermed Farum Gymnastikforening har fået et dedikeret telefonnummer 60589800. Der vil blive offentliggjort tider for henvendelser.

8. Sponsorer

Vi ønsker at takke vore sponsorer. Deres bidrag er vigtigt for, at vi kan nå vores mål om at tilbyde gymnastik og motion til så mange som muligt. I Farum Gymnastikforening sætter vi stor pris på de sponsorer, som gennem flere år vælger at sponsorere og støtte vores hold.

Vi har gennem flere sæsoner, især på konkurrenceholdene haft sponsorer, som er med til at virkeliggøre nogle af holdenes drømme om at rejse til udlandet til konkurrencer, og som støtter os med tøj, tasker, udstyr mm.

En særlig tak skal det lyde til:

360 North
Apotek Friheden
EDC Michael Tang
Eventmedia
Esberg Sport
Fedders & Lermark EL ApS
Sorø Gymnastikefterskole

9. Økonomi

Igen i år ser Farum Gymnastikforenings regnskab positivt ud. Vi har i bestyrelsen godkendt et underskud, som følge af ansættelse af en administrativ medarbejder. Til trods for den øgede lønudgift er vi gået ud af 2018 med et overskud på 31 tusinde kr. Vi har ikke indkøbt så mange redskaber i 2018 og har fået flere penge ind på kontingent, skoleforløb samt tilskud fra kommunen.

Foreningen har ultimo 2018 en egenkapital på 3,1 mio. dkk.

10. Fremtid

Det er altid spændende at tage hul på en ny sæson og vi er allerede i godt gang med forårssæsonen og ved at planlægge sæsonen 2019/20. Med Priscilla Lind Rasmussen som fuldtidsansat vil vi med fokus på de administrative og udviklingsmæssige opgaver, have mulighed for at sikre, at Farum Gymnastikforening kan yde god service til medlemmerne og fortsætte udviklingen af foreningen og dens aktiviteter.

Endvidere har vi følgende specifikke fokuspunkter:

- Fastansættelse af instruktør
- Udviklingen af rytmegymnastikken med oprettelse af aspiranthold
- Nye hold på programmet bl.a. Babygymnastik og familietræning
- Afholdelse af kurser i springsikker, træneren som leder mv.
- Konkurrencedisciplinerne fortsættes og udviklingen inden for hver enkelt gren er en selvfølge
- Oprettelse af DGI rephold som afløser for vores aspiranthold

9. april 2019

*På vegne af Farum Gymnastikforenings bestyrelse
Lisbeth Blom, Formand*