



Bestyrelsens Beretning 2024/2025



Indholdsfortegnelse

Indledning.....	3
Mål og strategi 2021-2030.....	4
Mål.....	4
Løbende strategisk arbejde	5
FGF i tal.....	8
Samarbejde med DGI	11
Fastansatte	11
Instruktører	12
Bestyrelse	12
Årets gymnast, instruktører og jubilarer	12
Konkurrencehold	13
Grand Prix Rytme og AGG.....	13
Rope Skipping	16
TeamGym	18
Økonomi.....	19
Fremtid	20

Indledning

Denne beretning omhandler perioden 1. juli 2024 til opstart på sæsonen 2025/2026, for også at inkludere sommerferieaktiviteter og -camps.

Flere og flere kommer med i fællesskabet i Farum Gymnastikforening. Det er slet ikke til at få armene ned. Igen har vi det højeste antal medlemmer i foreningens historie på 1.746 (2024). En vækst på 5%. Efter vi også havde "all time high" i 2023. Vi kan samtidig melde højeste antal tilmeldte, inden vi starter sæsonen 2025/26.

Det er jer – instruktører, administration og frivillige – der udgør hjertet i Farum Gymnastikforening. TAK! Uden jeres store indsats og engagement ville vi ikke have den stærke og velfungerende forening, vi har i dag.

Vores administration og instruktørteam har endnu en gang leveret et imponerende stykke arbejde: De har planlagt, koordineret, været i dialog med gymnaster og forældre – og ikke mindst været til stede i hallerne og sikret den daglige drift. Samtidig er vi dybt taknemmelige for den store opbakning fra frivillige – forældre, bedsteforældre, gymnastikentusiaster m.fl. – samt vores samarbejdspartnere, som alle er med til at få det hele til at spille sammen.

En af vores største udfordringer i forhold til videre vækst er manglen på halplads – især for vores springhold, som ideelt set hører hjemme i en dedikeret springhal. Vi udnytter allerede den fulde kapacitet i Søndersøhallen og er derfor nødt til at arbejde målrettet videre mod at få adgang til yderligere haltider eller nye faciliteter.

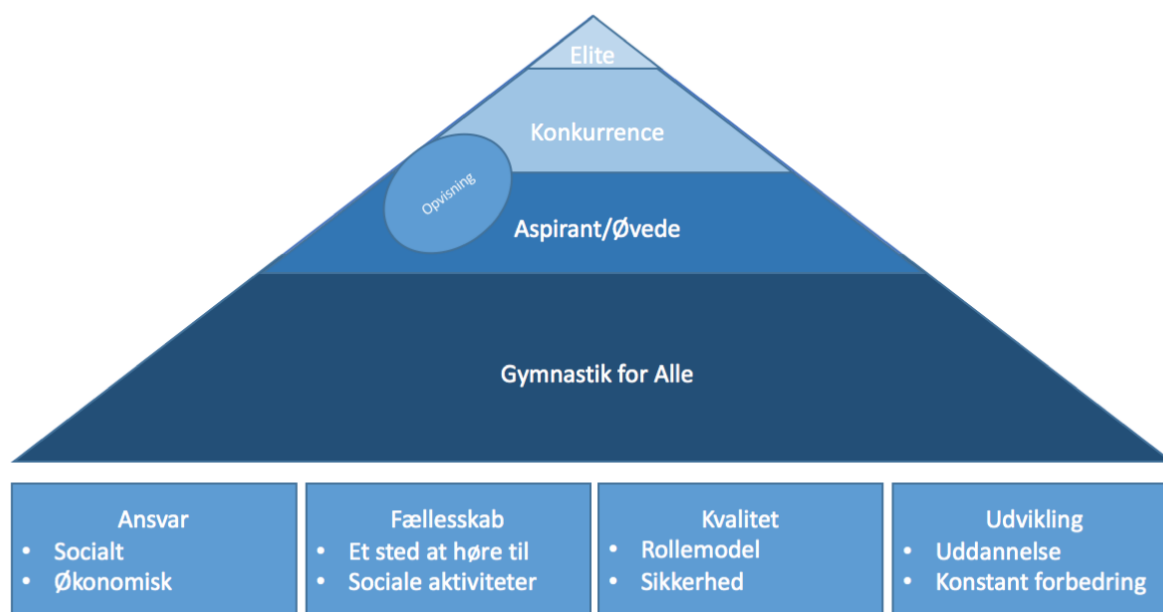
Endnu en stor tak skal rettes til bestyrelsen. I spiller en afgørende rolle i at sætte retning for foreningen og løfter samtidig en lang række praktiske opgaver.

I Farum Gymnastikforening handler bestyrelsesarbejdet ikke kun om strategi – vi bidrager også aktivt til driften. Det gælder alt fra planlægningen af vores årlige kick-off for instruktørerne til afviklingen af forårsopvisningen og mange andre aktiviteter for vores medlemmer.

Årets resultatet er -214.237 kr.

Gregers Bisgaard, Formand

Mål og strategi 2021-2030



Mål

Bestyrelsen har opsat en række mål for udviklingen af foreningen i perioden 2021-2030 med udgangspunkt i en målsætning om 80% bredde-, aspirant- og opvisningshold samt 20% konkurrence- og elitehold. Det gælder især, at:

- Sikre et bæredygtigt medlemsgrundlag, både hvad angår kvalitet og økonomi, samt arbejde for, at vi som minimum kan fastholde det nuværende høje medlemsniveau (2020-niveau) med en fordeling af medlemmer på minimum 80% bredde- og maksimum 20% konkurrence-/elitehold.
- Udbyde hold til gymnaster/udøvere i alle aldre og løbende tilpasse udbud af hold i forhold til trends, efterspørgsel, social ansvarlighed og potentielle udviklingsmuligheder.
- Være et attraktivt tilvalg for drenge i alderen 0-12 år.
- Være et attraktivt tilbud for gymnaster/udøvere i alderen 13-24 år.
- Arbejde for at kunne tilbyde hold til børn med specielle udfordringer og behov.
- Fastholde og udvikle samarbejdet med fritidsvejledningen i Furesø Kommune.
- Arbejde frem imod en kvalificeret beslutning om fordele og ulemper ved at blive certificeret som Springsikkerforening for at sikre kvalitet og sikkerhed i undervisningen, herunder at sende springinstruktører på springsikkerkurser, der passer med det niveau, de skal undervise på.
- Arbejde frem imod en kvalificeret beslutning om fordele og ulemper ved at blive certificeret i forhold til Kvalitet i Børnegymnastikken.
- Arbejde politisk for at få etableret en ekstra gymnastikhal i Farum.

- Arbejde struktureret med skoler og institutioner i Furesø Kommune for at styrke børns motoriske og fysiske evner.
- Styrke og kontinuerligt udvikle instruktørernes fysiske, psykiske og sociale kompetencer gennem uddannelse og kurser samt støtte via coaching/mentorer, såvel interne som eksterne. Herunder at skabe et stærkt fagligt og personligt fællesskab, som kommer alle medlemmer til gavn.
- Afholde arrangementer, som kommer borgere i Furesø Kommune til gode, og bidrage til at placere Furesø Kommune på landkortet som en attraktiv idrætskommune.

Løbende strategisk arbejde

I FGF arbejder vi for kontinuerligt at udvikle og forbedre os, følge med tiden og være klar til at imødekomme nye behov og ønsker – også inden de efterspørges – såfremt de er i overensstemmelse med målet om et bæredygtigt medlemsgrundlag, både hvad angår kvalitet og økonomi.

Opfølgning på specifikke strategiske fokuspunkter i sæsonen 2024/2025:

- **Unge – skabe et ungemiljø for både instruktører og gymnaster** - Det er til stadighed en udfordring for foreningen at få skabt et ungemiljø, specielt blandt medlemmerne, og vi har oplevet en lille nedgang på 13 medlemmer fra 226 til 213 i aldersgruppen 13-25 år. Der er en tendens til, at flere unge går efter træning med mere socialt indhold og mindre fokus på præstation. Til gengæld har vi mange unge blandt vores instruktører og hjælpeinstruktører. Vi er stolte af, at vi kunne fastholde 48% fra sæsonen 2023/2024 i den samlede instruktørmasse.
- **Drengegygnastikken** - I den forgangne sæson har Farum Gymnastikforening fortsat sit fokus på at være et attraktivt valg for drenge i alderen 0-12 år, som fremhævet i vores strategiske mål. I 2023/2024 tog vi et væsentligt skridt mod dette mål ved at sammenlægge stort set alle drengeholdene, hvilket har medført, at træningen nu foregår på tværs af alderstrin. Dette initiativ har skabt et mere inkluderende og motiverende træningsmiljø, idet vi besluttede os for at benytte de inspirerende faciliteter i springhallen i Sønderød, der normalt er forbeholdt konkurrencehold.

Dette tiltag har vist sig at være en succes, idet drengespringholdet i sæson 2024/2025 har været fyldt med energiske og entusiastiske drenge. Yderligere har vi i løbet af sæsonen formået at rekruttere 9 nye drenge, der har haft mod på at prøve kræfter med TeamGym, hvilket resulterede i oprettelsen af et Minidrengehold. Vi begyndte stille og roligt med to træninger om ugen, uden dedikeret rytmetræning, for at sikre en blid introduktion til sporten. Det viste sig dog hurtigt, at drengene efterspurgte mere rytmetræning, og vi iværksatte derfor ekstra træninger med fokus på rytme.

Minidrengene har deltaget i tre konkurrencer og to opvisninger i løbet af sæsonen og har gennemgået en betydelig udvikling. En ekstra bonus har været det gode sociale samvær, både blandt drengene og forældrene.

I den sidste del af sæsonen har vi intensiveret fokus på at rekruttere flere drenge til TeamGym minidrengeholdet og har identificeret talentfulde drenge fra Drengespringholdet. Dette har resulteret i, at vi nu kan stille med et Minidrengehold bestående af 11 gymnaster til sæsonen 2025/2026.

Desuden har vi haft fokus på at sikre "fødekæden" til drengeholdene ved at oprette et særligt drengefokus på TeamGym aspirantholdet, som starter i sæson 2025/2026. Vi prioriterer fortsat, at trænerteamet på drengeholdene primært består af mænd, der har erfaring som gymnaster, hvilket understøtter skabelsen af gode rollemodeller for vores unge gymnaster.

- **Fastholdelse af medlemmer** – Vi har i bestyrelsen ikke haft ressourcer til at kigge ind i dette i den afsluttede sæson.

Fastholdelse og udvikling af instruktører - Som tidligere år har vi haft et stærkt fokus på at udvikle vores instruktører – både med hensyn til trivsel og faglig kvalitet. Vi prioriterer instruktører, der formår at understøtte både den sociale og gymnastiske udvikling hos den enkelte gymnast.

Gennem flere sæsoner har vi arbejdet målrettet med fastholdelse, blandt andet via sociale arrangementer og vores årlige kick-off arrangement. Dette arbejde er fortsat i indeværende sæson, og vi ser positive effekter af indsatsen. Vi oplever dog fortsat udfordringer med at engagere de ældste og voksne instruktører i disse aktiviteter. Det er et område, vi vil have særlig opmærksomhed på i den kommende sæson.

På konkurrenceholdene ser vi et stærkt fællesskab blandt instruktørerne, hvilket i høj grad skyldes de mange timer de tilbringer sammen i hallen. Vi ønsker at skabe lignende fællesskaber for instruktører, der ikke er tilknyttet konkurrencehold, og vil arbejde aktivt for at styrke deres tilhørsforhold og engagement.

- **Tiltrækning og fastholdelse af frivillige** - Tiltrækning og fastholdelse af frivillige for at kunne drive og udvikle foreningen. I sæsonen 2023/24 startede vi vores fokus på frivillighed som et af de vigtigste temaer for foreningens fremtid. Vi havde oplæg i bestyrelsen, drøftede forskellige tilgange og satte gang i et arbejde med at forstå, hvad der motiverer vores frivillige. Vi udsendte bl.a. et spørgeskema, som mange heldigvis tog sig tid til at besvare, og som har givet os værdifuld indsigt. I sæsonen 2024/25 havde vi – modsat vores intentioner – ikke mulighed for at arbejde videre med området i det omfang, vi havde ønsket. I sæsonen 2025/26 vil vi derfor genoptage arbejdet. Målet er at bygge videre på den indsigt, vi allerede har fået, og fokusere på at skabe de bedst mulige rammer

for vores frivillige. Målet er at imødekomme både foreningens og de frivilliges ønsker og behov, så vi kan sikre en stærk og bæredygtig frivillighedskultur fremover.

- **Strategisk arbejde med talentudvikling** - Talentudvikling er et centralt fokusområde i Farum Gymnastikforening, særligt i arbejdet med gymnaster op til junioralderen. Som en del af Furesø Idrætstalenttilbuddet og med konkurrencehold i tre grene har vi et stærkt fundament for at udvikle talenter.

Vi ønsker dog at fastholde et bredt perspektiv, hvor udvikling og trivsel vægtes lige højt – uanset gymnastens niveau. Derfor arbejder vi målrettet på at styrke instruktørernes bevidsthed om at fremme udvikling frem for udelukkende præstation.

Dette strategiske fokus skal sikre, at alle gymnaster – både bredde og elite – møder et miljø, hvor de kan udvikle sig i trygge og motiverende rammer.

- **Politisk arbejde vedrørende aktivitetstilskud og ny hal** - Også i år har vi været aktive i Furesø IdrætsRåd's (FIR) arbejde for at sikre de bedst mulige rammevilkår for foreningerne i Furesø Kommune. Vi har deltaget i flere møder med både den politiske ledelse og forvaltningen for at fremme vores fælles interesser.

Selvom indsatsen endnu ikke har resulteret i et tilsagn om en ny hal, har vi opnået vigtige resultater. Blandt andet er aktivitetstilskuddet blevet undtaget fra de besparelser, der blev vedtaget i foråret 2025 indenfor området Kultur, Fritid og Idræt.

I samme budgetproces blev der fremsat forslag om besparelser på 900.000 kr. på lokaletilskuddet. Selvom dette ikke har direkte konsekvenser for FGF, har vi aktivt deltaget i dialogen med Furesø Kommune og fået mulighed for at præsentere vores synspunkter for Økonomiudvalget.

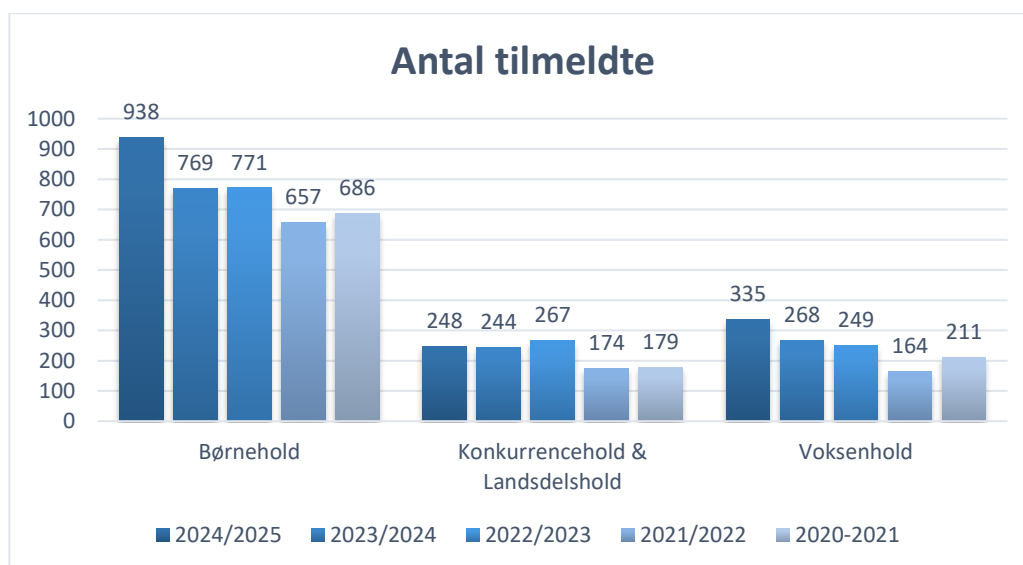
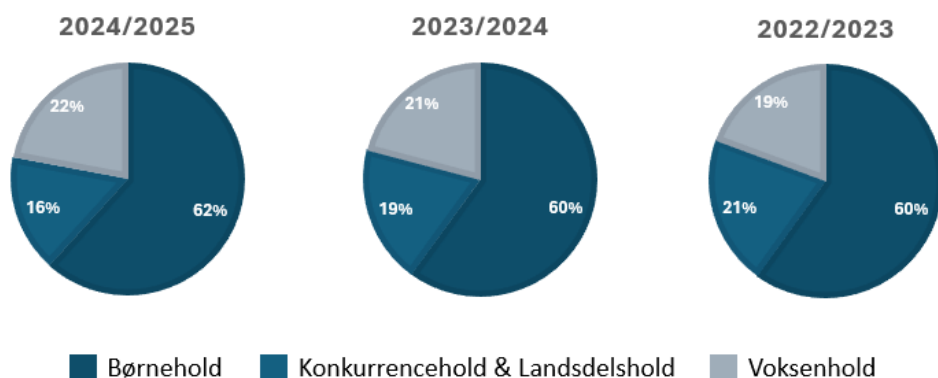
På nuværende tidspunkt er besparelsen ikke blevet implementeret, og vi følger udviklingen tæt.

- **Indtjeningskilder: arrangementer, sponsorer m.v.** - Farum Arena danner rammen om mange af vores arrangementer, og de gode faciliteter giver os mulighed for at afholde store events gennem året. Disse arrangementer bidrager væsentligt til foreningens økonomi og understøtter vores aktiviteter bredt.

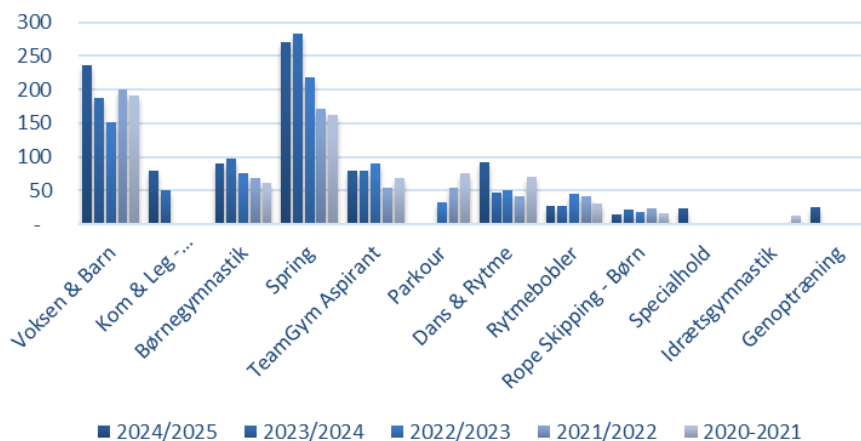
Et af årets højdepunkter var igen juletræsfesten, som blev en stor succes. Vi oplever, at arrangementet bliver bedre år for år, og det har udviklet sig til en værdsat tradition, som vi ønsker at videreføre og styrke fremadrettet.

FGF i tal

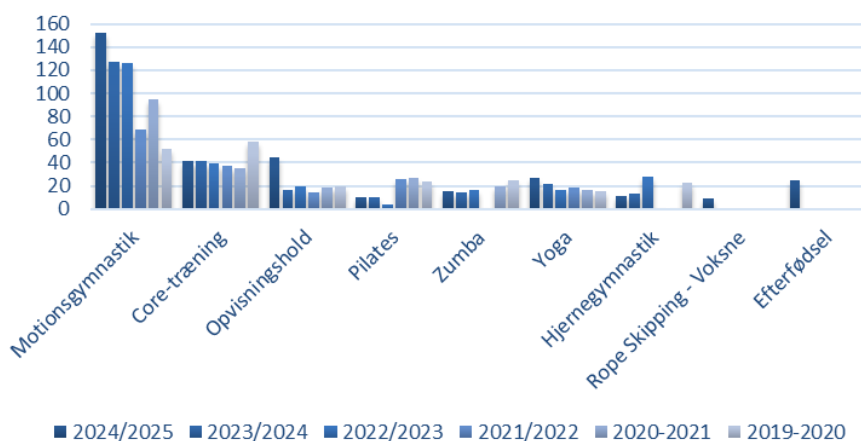
Når man kigger på medlemmer og hold for sæsonen 2024/2025, ser vi på antallet af tilmeldinger og sammenligner med tidligere sæsoner. Ligeledes ser vi på fordelingen mellem Børnehold, Voksenhold og Konkurrencehold/DGI Landsdelshold.



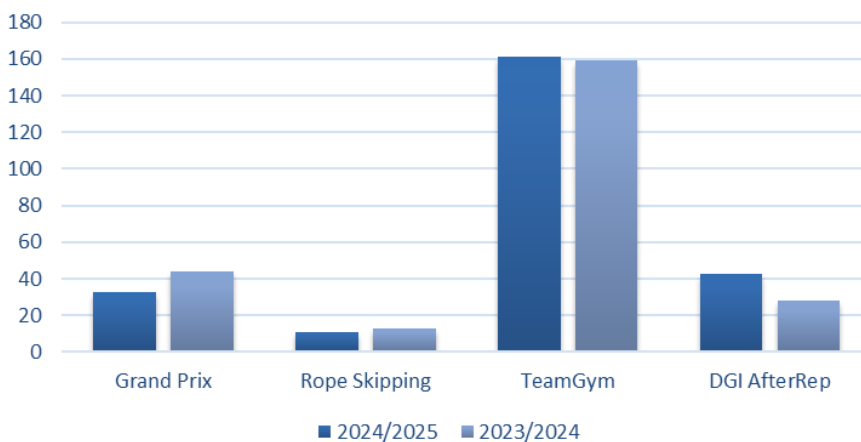
Børnehold



Voksenhold

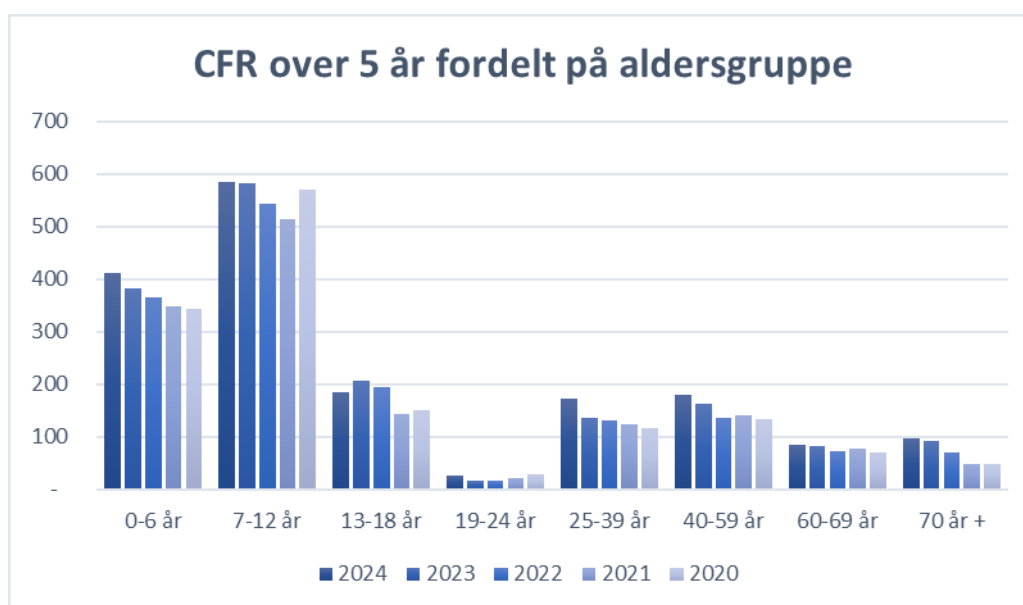
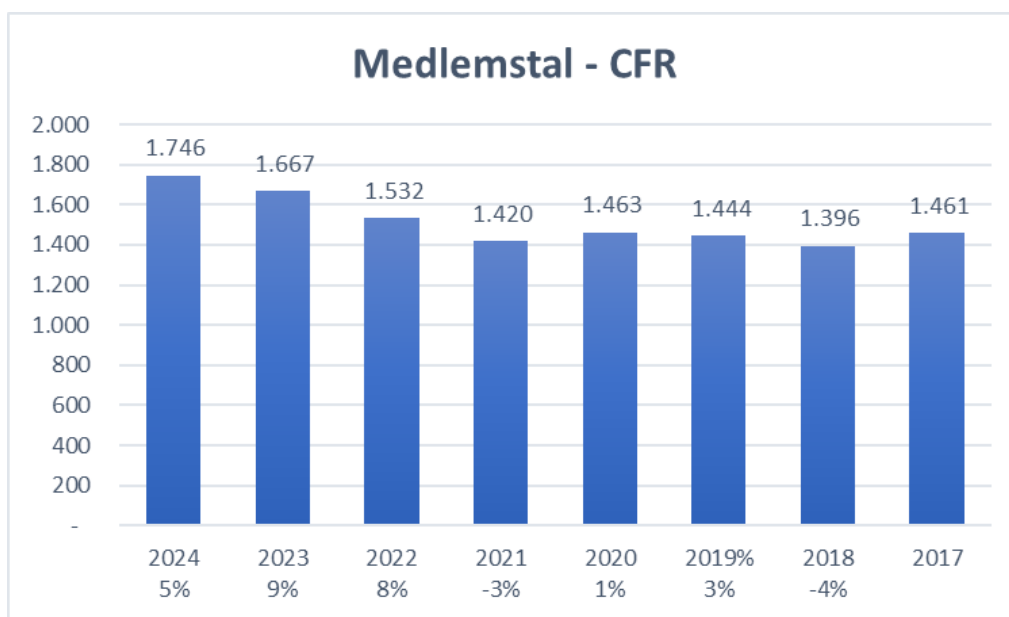


Konkurrence- / Landsdelshold



Derudover opgøres medlemstal generelt i Danmark via det, man kalder CFR-tal (Centralt Forenings Register). Disse tal opgøres for kalenderår. For at et medlem tælles med i CFR-registreringen, kræver det 3 måneders medlemskab uden afbrydelse.

2024 har vist sig at blive endnu et rekordår med en stigning fra 2023 på 5%. Desværre falder medlemstallet for aldersgruppen 13-18 år.



Samarbejde med DGI

I sæsonen 2024/2025 havde foreningen igen 2 opvisningshold – Q30+ og DGI Nordsjællands AfterRep-hold. Førstnævnte Q30+ lavede 2 opvisninger, og instruktørerne var Kristina Mølkjær og Jeanette Frost Ebstrup. DGI Nordsjællands AfterRep var et samarbejde med DGI og bestod af 43 gymnaster.

Holdet lavede 10 opvisninger, og instruktørerne var Winnie Bomholt Tangaa og Jeanette Frost Ebstrup.

DGI Nordsjællands AfterRep repræsenterer DGI Nordsjælland og stamforeningen FGF, når de i er ude og lave opvisninger.

Fastansatte

Maria Esberg er fortsat ansat i en fuldtidsstilling som daglig leder af Farum Gymnastikforening. Derudover er der flere instruktører, der løser administrative opgaver.

I 2024/2025 har Jeanette Frost Ebstrup, Kira Trust, Cæcilie Esberg og Marius Kure løst forskellige opgaver i administrationen.

Instruktører

Samlet set har vi haft omkring 120 instruktører og hjælpeinstruktører i Farum Gymnastikforening i denne sæson.

Der er som altid stor udskiftning blandt de unge instruktører og hjælpeinstruktører, da mange enten tager på efterskole, højskole eller tager et sabbatår, hvor de skal ud at rejse. Det er en stor kabale, der skal gå op med medlemmernes ønsker og behov, lokaler, holdplanlægning og instruktører. Vi fik, som i de tidligere sæsoner, også kabalen for den kommende sæson til at gå op.

Konkurrenceholdenes instruktører og hjælpeinstruktører udgør ca. 30% af det samlede instruktørteam. Der er dog flere instruktører, som vi har glæde af både på konkurrence- og breddehold.

Vi ønsker som altid at opfordre medlemmer på andre hold og andre interesserede i at søge instruktørjob i foreningen.

Bestyrelse

Efter generalforsamlingen 2024 og efterfølgende konstituering bestod bestyrelsen af:

- Formand: Gregers Bisgaard
- Kasserer: Anne M. Christiansen
- Næstformand: Katharina Balssløw
- Medlem: Jesper Arvidson
- Medlem: Rikke Lønborg
- Medlem Annette Hardsner
- Medlem: Eva Bøge
- Medlem: Anne-Mette Nørgaard Andersen
- Suppleant: Karina Hansen
- Suppleant: Claus Gravgaard Sørensen

Tusind 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. Foreningen består ligeledes af diverse udvalg, hvor forældre og instruktører bidrager frivilligt. Der er store og små opgaver, og det er en fornøjelse at se det sammenhold, der bliver skabt på tværs.

Årets gymnast, instruktører og jubilarer

Ved sæsonens sommeropvisning fik vi kåret årets gymnast og instruktører. De fik alle fine ord med på vejen samt blomster og gaver.

Vi glæder os over, at der fortsat er mange jubilarer at fejre hvert år, da dygtige instruktører med mange års erfaring er med til at give vores medlemmer gymnastik med højt niveau.

- **Årets gymnast:** TeamGym // Clara D. Hyldeqvist
- **Årets instruktør:** Dorthe Østergaard
- **Årets instruktørteam:** Ballroom fitness // Karina Pedersen & Annika Nielsen
- **5-års jubilæum:** Annika Nielsen, Joao Tavares, Karina Pedersen, Line Krog Rose, Luna Pamsgaard, Maj-Britt Falkenberg Garbers, Rebecca Balsløw, Ronja Thousig Aurvig, Sofie Mathilde Mølkjær
- **15-års jubilæum:** Michelle Louise Blom
- **20-års jubilæum:** Kathrine Greby Schmidt & Helle Lehrmann

Vi ønsker dem alle et stort tillykke.

Konkurrencehold

Vi har stadig 3 konkurrencegrene i Farum Gymnastikforening - TeamGym, Grand Prix og Rope Skipping. Vores fokus fortsætter med at være på at skabe gode rammer for de 3 konkurrencegrene, dog uden at det må tage fokus fra vores mange breddehold. Vi glæder os over, at vores konkurrencehold bidrager med et betydeligt antal instruktører til hele foreningen, hvilket breddeholdene også får glæde af.

For vores konkurrencehold er det fortsat vigtigt, at foreningen afholder konkurrencer og opvisninger, da det har en kolossal betydning for konkurrenceholdenes mulighed for at tjene penge, som bruges til gymnasterne på konkurrenceholdene, da udgifterne til disse hold er høje.

Grand Prix Rytme og AGG

I Grand Prix-afdelingen var 2024/2025 en sæson med fokus på at videreudvikle instruktørernes kompetencer, ligesom vi fortsat har arbejdet hen imod at sikre det gode træningsmiljø og en kultur, der fordrer trivsel og udvikling. Dette med afsæt og inspiration i GymDanmarks etiske kodeks: "at udvikle os gennem langsigtede processer og læring, som sker gennem udfordringer, afprøvning, evaluering og refleksion."

Det sker med et ønske om fastholdelse og udvikling af gymnasterne, såvel fysisk og socialt – med udgangspunkt i, hvad der er medskabende til glæde og udvikling hos den enkelte gymnast og derved en generel trivsel på alle hold.

Derfor har vi i Grand Prix-afdelingen afholdt et internt Kick Off-arrangement, hvor Mathilde Pichat kom og afholdt et oplæg omhandlende "det gode forældresamarbejde" for alle Grand Prix instruktører og os i Grand Prix-bestyrelsen.

Ligeledes har alle instruktører i denne sæson deltaget i minimum et kursus, og alle har deltaget i kurset AntiBulli, som forløb sideløbende med Gymtræner 1-kursuserne. Her fik alle instruktører feedback på deres trænergerning efter en dag, hvor AntiBulli-teamet observerede og snakkede med træner teams, såvel som gymnaster.

Generelt har vi i Grand Prix-afdelingen haft et øget fokus på at sætte tidligt ind på skadesforebyggelse og mere styrketræning i træningen.

Strukturen på instruktørmøder har været todelt. Således har der været en mødedel omkring de praktiske opgaver, og en mødedel, som omhandlede de mere gymnastikfaglige opgaver. Her har instruktørerne kunne sparre med hinanden om det, som rører sig på de forskellige hold.

Derudover har der været afholdt en-til-en møder to gange årligt. Dette med henblik på en tættere kontakt til den enkelte instruktør og en større viden om hendes trivsel i arbejdet som instruktør og i samarbejdet med os i Grand Prix-bestyrelsen og generelt i Grand Prix-afdelingen.

I år har vi for første gang med succes haft et aspiranthold - Mikro begynder 5 år+. Dette hold er for alle, som ønsker at gå til Grand Prix, men ikke er klar til konkurrencer og ydermere har brug for at lære Grand Prix-gymnastikken langsomt at kende. Flere gymnaster fra dette hold fortsætter på Team Nalia i den kommende sæson

På Team Ovia har vi haft fokus på "kroppen i udvikling" og generel kost ifm., at gymnasterne på dette hold dyrker mange timers motion ugentligt og har en alder, hvor kroppen udvikler sig fra barn til voksen. Derfor har vi etableret kontakt til en fysioterapeut med henblik på at arbejde fokuseret ift. skadesforebyggelse og til støtte ift. kost.

Derudover har vi i denne sæson haft et samarbejde med AntiDoping og har i den forbindelse afholdt en temaaften om "krop i forandring og mad" målrettet forældre i foreningen. Alle forældre, hvis barn er tilknyttet et konkurrencehold, blev tilbudt at deltage i temaaftenen.

I denne sæson er flere af vores instruktører gået fra at være hjælpeinstruktører til at være instruktører med større ansvar. Det betyder, at vi igen i denne sæson har haft opmærksomhed på samarbejde, og hvad der skal til for at gøre samarbejdet klart og tydeligt, så alle oplever at være inddraget i alle dele af processen. Det gælder lige fra den daglige træning, til opgaverne omkring forældrene og alt det, der ligger i planlægningen.

Holdene har haft fokus på uddelegering af arbejdsopgaver og kommunikation. Ydermere har de enkelte instruktørteam deltaget i de samme kurser og derved sammen udviklet et fælles sprog omkring træning af gymnasterne. Dette med henblik på at udvikle de relationelle kompetencer instruktørerne imellem, og imellem instruktører og gymnaster, forældre og Grand Prix-bestyrelsen.

Grand Prix-afdelingen afholder to store fælles arrangementer for gymnaster på tværs af holdene. Et i starten af sæsonen, kaldet "rystesammendag", hvor alle hold deltager og afslutningsvis spiser sammen. Her inviteres breddeholdet Mikro Begynder også med, så de får kendskab til instruktører og gymnaster på de andre hold. Sæsonen afsluttes med fælles festdag, hvor alle gymnaster, instruktører, Grand Prix-bestyrelsen og forældre deltager.

I Grand Prix-afdelingen har vi fortsat arbejdet med at skabe de bedste betingelser for et godt miljø på tværs af holdene, der ikke kun inkluderer gymnasterne, men også forældre og instruktører. Dette sker med henblik på at skabe et stærkere fællesskab i Grand Prix-afdelingen imellem alle. Dette er virkelig lykkedes denne sæson, hvilket er tydeligt til alle konkurrencer, hvor alle forældre hilser på hinanden, sidder sammen og hepper på alle gymnaster. Ligeledes samarbejder de på tværs af holdene omkring fælles aktiviteter.

Der, hvor vi også syntes at se det gode samarbejde, er den store frivillighed, som alle forældre yder og som er nødvendig for at få Grand Prix-afdelingen til at fungere optimalt. Om det er fælles arrangementer eller sociale arrangementer på de enkelte hold, cafeer og ikke mindst Julestævnet – så bakker forældrene op i stor stil. Så tusind tak for det.

Det er i denne sæson oprettet et Gran Prix-udvalg, som er en kæmpe støtte i det daglige arbejde omkring de sociale og forfaldende opgaver og ikke mindst ved cafeerne igennem sæsonen. En stor tak for at byde ind med stor dedikation og hjælpsomhed - deres opbakning er uundværlig og værdsat.

I sæson 2024/2025 var der følgende Grand Prix-hold:

Mikro begynder 5 år +

Team Nalia, pige 6 til 8 år

Team Alina, minimono 8 til 11 år

Team Ovia, pige 12 til 14 år

Som altid blev der sat skub i konkurrencesæsonen ved vores helt eget Grand Prix Julestævnet, som vi afholder fast hvert år. I år var der som altid stor tilslutning. Over 400 gymnaster fra alle steder i landet deltog og hjalp med til at gøre dagen festlig.

Julestævnet blev som altid støttet godt af forældre og bedsteforældre, som kom og heppede med fra tilskuerpladserne – det er vi altid meget glade for.

Igennem sæsonen har vores hold deltaget i henholdsvis Vintercup, DM 1. runde, SM, DM 2. runde og afslutningsvis til DM AGG.

Mikro Begynder begyndte med få gymnaster, men i løbet af sæsonen kom der flere til, og vi endte med et godt solidt hold. Holdet deltog til Grand Prix Julestævnet, hvor de delte slikposer ud og gik med holdpræsentationsskilte, ligesom de delte medaljer ud til vinderne af Julestævnet. Igennem sæsonen har holdet øvet sig på en serie, som de viste ved Julestævnet i pausen og til FGF årlige forårsopvisning.

Team Nalia, der ikke får medaljer, men dommerudtalelser efter hver konkurrence, har igennem hele sæsonen fået meget fine udtagelser og gjort det over al forventning, ligesom alle vores andre hold. Team Nalia, som er vores 6 til 8-årige gymnaster, har igennem hele sæsonen haft en god udvikling både gymnastisk og socialt. Her har Danijela fortsat hovedinstruktør sammen med Kajsa. Kajsa stoppede desværre ved udgangen af denne sæson for at dedikere sig til 3.g og egen sport. Vi håber meget at se Kaisa igen i sæson 2026/2027.

Team Alina startede sæsonen med en flot placering ved Julestævnet. Desuden fik holdet henholdsvis førstepladsen ved DM 1. runde, og de høstede en flot 3. plads ved Sjællands-mesterskaberne.

Trænerteamet har arbejdet effektivt med et hold, hvor mange nye gymnaster er kommet til igennem sæsonen. Instruktørerne Josephine, Danijela og Naya har gjort et stort stykke arbejde ift. at få alle gymnaster på samme niveau, så de er klar til den kommende sæson. Den kommende sæson rykker Alina op i pigerækken 10 til 12 år - og skal for første gang have både en fri serie og en redskabsserie.

Team Ovia har denne sæson nydt godt af Stine og Isabellas trænerkompetencer, og de har i fællesskab gjort et flot stykke arbejde.

Denne sæson har Mathilde Pichat ligeledes være tilknyttet holdet som konsulent.

Ovia fik ved julestævnet en flot guldmedalje og har deltaget til Vintercup, hvor de kørte en flot runde. Ved DM 1. runde endte Ovia på en flot 2. plads, og til 2. runde høstede de en førsteplads og blev derved sjællandsmestre. Holdet deltog denne sæson til Eastercup, hvor de tog en god erfaring med hjem – ift. at deltage i en international konkurrence. Ovia sluttede sæsonen med en flot sølvmedalje til DM. Team Ovia havde denne sæson deres sidste år i pigerækken 12 til 14 år og rykker næste sæson op i Juniorrækken.

Team Ovia blev desuden anerkendt med en udtagelse til udenlandske B-konkurrencer. Holdet valgte dog denne sæson ikke at deltage i udenlandske konkurrencer.

Ovia har måtte sige farvel til instruktør Isabella, som skal i 3.g næste sæson og ønsker at dedikere sin tid til det sidste år i gymnasiet. Vi håber, at Isabella kunne få lyst til at vende tilbage.

Vi har ligeledes i denne sæson haft glæden af Mathilde Pichat, der har bidraget i opstarten af Grand Prix-udvalget, afholdt kurser og været behjælpelig som konsulent. Vi er glade for at have gavn af Mathildes mangeårige kompetencer. Mathilde fortsætter som konsulent den kommende sæson.

Ligeså har vi tilknyttet Caroline Pichat som konsulent og hjælp til koreografien på vores små hold, hvilket vi er yderst taknemmelige for. Caroline fortsætter ligeledes som konsulent den kommende sæson, hvad vi er meget glade for.

I sæsonen har vi i Grand Prix-afdelingen haft fornøjelsen af support fra dommer Julie Søndergård. Julie har lavet Ovias fri koreografi, ligesom hun også har været behjælpelig i Grand Prix-afdelingen og afholdt koreograficamps. Julie gik på barsel midt i sæsonen, og vi glæder os til at hilse Julie tilbage efter endt barsel.

Ved udgangen af denne sæson tog Henriette beslutningen efter flere overvejelser at fratræde bestyrelsesarbejdet pga. nyt arbejde. Tak til Henriette for et godt samarbejde.

Annette fortsætter som bestyrelsesmedlem, og Karina tager sit sidste år som suppleant i den kommende sæson.

Rope Skipping

Rope Skipping i Farum Gymnastikforening har stadig positiv faglig udvikling, og i den afsluttede sæson havde vi hold på tre niveauer: begynder, aspirant og konkurrence. Begynderholdet bestod af 13 sjippere i alderen 7-15 år, der var en enkelt sjipper på aspirantholdet, og vi havde 11 deltagere på konkurrenceholdet fordelt på 1. og 2. division.

Vi har dog haft svært ved at rekruttere medlemmer til vores begynderhold de sidste par år. Derfor har vi igen i denne sæson deltaget ved Furesø Kommunes sommerferieaktiviteter samt opvisninger på Farum Bytorv. Det har givet os mulighed for at eksponere sporten til børn og unge i Furesø Kommune og samtidig givet sjipperne mulighed for at lave noget sammen på tværs af de konkurrencehold, sjipperne normalt træner på.

På instruktørsiden har vi fastholdt størstedelen af vores instruktørteam. Det støtter op om vores langsigtede udvikling på holdene. På begynderholdet har instruktørerne Freja og Sofie været de bærende kræfter, mens Frederikke og Julie har været med til at løfte opgaven med at introducere sjipning for de nyeste på en underholdende og varieret måde. Både Freja og Sofie er gået igen på aspirantholdet, hvor de sammen med Josefine har arbejdet med at udfordre de mere øvede sjippere, så de også langsomt bliver introduceret til konkurrencedisciplinerne. På konkurrenceholdet har vores instruktørteam bestået af Herdis, Josefine, Freja og Sofie.

Igen i år har vores aspiranthold haft gavn af en træning om ugen i fællesskab med konkurrenceholdet. Det skaber fællesskab på tværs af holdene og er med til at bygge niveaumæssig bro mellem sjipperne, så overgangen fra breddesjipning til konkurrencesjipning bliver lidt blødere. De har blandt andet haft fokus på forbedring af speed-teknik, der er et vigtigt fundament for alle hastighedsdisciplinerne til konkurrencerne. Desuden er der fokus på at understøtte gejst og motivation samt at indgå i det sociale konkurrencefællesskab, når man starter som aspirantsjipper.

Ved forårsopvisningen fik holdet stor ros for deres færdigheder fra både trænere, foreningen og publikum. I slutningen af sæsonen fik aspirantholdet samt enkelte fra begynderholdet tilbuddet om at rykke op fast på konkurrenceholdet efter vurdering af trænerteamet.

I 1. division har sjipperne præsteret flot i et stærkt felt. Det førte blandt andet til en udtagelse til venskabskonkurrencen Svensk/Dansk Mesterskab i disciplinen Double Dutch Single Freestyle på baggrund af deres præstation til de to regionskonkurrencer.

Vores sjippere i 2. division viste også stor kunnen, da de tog flere medaljer hjem til SM og Forbundsmesterskaberne. Det bød på følgende medaljer:

Sjællandsmesterskaberne, 2. division:

- 3x Guld (Double Dutch Speed Relay 12-15 år, Single Rope Pair Freestyle 12-15 år, Double Dutch Single Freestyle 12-15 år)
- 1x Sølv (Single Rope Speed Relay 12-15 år)
- 2x Bronze (Single Rope Pair Freestyle 12-15 år, 2i1 tov 12-15 år).

Forbundsmesterskaberne, 2. division:

- 3x Guld (Single Rope Speed Relay 12-15 år, Double Dutch Single Freestyle 12-15 år, Team All-Around 12-15 år)

TeamGym

I sæsonen 2024/2025 havde vi 14 hold i Farum TeamGym:

Regionsrækken:

- Micropiger (U11): 3 hold
- Minipiger (U14): 3 hold
- Minidrenge (U14): 1 hold

Danmarksserien:

- Minipiger (U14): 3 hold
- Juniorpiger: 2 hold

Liga:

- Juniorpiger: 1 hold
- Juniormix: 1 hold

Derudover havde vi igen succes med en stor aspirantafdeling i aldersgruppen 5-14 år. Dette er breddehold, som træner to gange om ugen, og i denne sæson stillede de igen til 2 konkurrencer. Aspirantholdene er et rigtig godt springbræt fra at være breddegymnast til at blive konkurrence gymnast i Farum TeamGym.

Som i tidligere sæsoner har vi et stort fokus på sammenhold og fællesskab blandt vores gymnaster, da det skaber det bedste fundament for udvikling både som hold og individ. Vores instruktører har fokus på dette i undervisningen, og holdlederne har støttet op om det med forskellige sociale arrangementer på de enkelte hold. En stor tak til de mange engagerede holdledere, der har planlagt og afholdt disse arrangementer for TeamGym-holdene.

Vores mini- og juniorgymnaster var igen i denne sæson på weekendtræningstur i september 2024. Denne gang gik turen til Bernstorffsminde Efterskole (Berns) for at prøve nogle nye faciliteter af (tidligere år har vi været på Vejstrup Efterskole). Turen blev igen en succes, hvor gymnasterne på tværs af holdene og årgangene blev rystet sammen ved træneres kreative lege og konkurrencer, både i bussen og i løbet af weekenden. Svømmehallen på Berns var et hit hos både gymnaster og instruktører, hvor der blev hygget, leget og ikke mindst sprunget fra vipper. I den kommende sæson er der genvalg til Berns, og vi håber på endnu en god weekend.

I sæsonstarten var der stor fokus på at komme i gang efter en lang ferie og få trænet en masse teknik og ikke mindst få lært de nye rytmeserier, så holdene kunne være klar til sæsonens første konkurrence, Julecup i Gladsaxe. Julecup er en "opvarmningskonkurrence", inden GymDanmarks sæson starter, hvor holdene har en mulighed for at pudse formen af. Farum TeamGym kom hjem med fantastiske oplevelser, læring i bagagen og medaljer i alle rækker til et eller flere hold, men vigtigst af alt, så havde alle holdene en rigtig god oplevelse.

Årets øvrige konkurrencer gik også superfint på tværs af alle hold, og der var medaljer i alle rækker til et eller flere hold. Det er skønt at se så mange gymnaster på gulvet rundt omkring i hallerne. Igen i år havde vores Liga Junior mixhold kvalificeret sig til DM i Odense.

TeamGymfamilien i Farum Gymnastikforening var med til at planlægge og gennemføre en GymDanmark konkurrence i foråret 2025. I denne sæson var vi kun blevet tildelt en konkurrence, men som altid kræver det mange frivillige til at få et vellykket arrangement. Endnu en gang fik vi afviklet en konkurrence med ros fra GymDanmark, så stor tak til alle de frivillige, der gør dette muligt og sikrer en god indtjening til TeamGymkassen. Indtægterne fra disse events bliver brugt til sociale arrangementer, redskaber, tøj, tilskud til ture, mv.

João Tavares, som er vores portugisiske cheftræner for Farum TeamGym, havde sin 6. sæson hos os. Han gør et fantastisk arbejde med gymnaster og instruktører både i TeamGym, men også på tværs af foreningen. I denne sæson fik vi endnu en portugisisk instruktør, João Bola, der er aktiv gymnast på det portugisiske landshold, og her i Danmark er en del af GIF's herrehold. Vores 3 portugisiske instruktører João T, Bruno og João B underviser alle også breddehold, Idrætstalent samt bidrager, når vi har Åben Skoleforløb og camps i foreningen.

Generelt har vi en TeamGym-instruktørgruppe, som har meget mere erfaring og flere kompetencer end tidligere. Dels fordi de instruktører, som er opvokset i Farum Gymnastikforening, har været på kurser og efterhånden har mange års erfaring og er virkelig dygtige. Derudover oplever vi en positiv tilgang af erfarne instruktører, som er med til at skabe et miljø, hvor ambitionerne for, hvordan man underviser, er høje.

I denne sæson har vi på vores Danmarksserie- og Ligahold haft tilknyttet Marius Kurre som fast fysioterapeut til at spotte overbelastningsskader og tilrettelægge genoptræningsforløb for skadede gymnaster. Formålet har været, at overbelastede/skadede gymnaster har så korte forløb som muligt, samt at de kan deltage i så meget af træningen som muligt for at sikre et socialt tilhørsforhold til holdet under et skadesforløb. Initiativet har været en stor succes, så vi vil fortsætte med dette. I den kommende sæson vil vi udvide dette tilbud til også at gælde vores Mini Regiongymnaster.

Økonomi

Årets driftsresultat før finansielle poster for perioden 1. juli 2024 – 30. juni 2025 viser et underskud på -344.512 kr., og foreningens samlede resultatet er på -214.237 kr. Når vi sammenligner det samlede driftsregnskab med sæsonen 2023/2024, ser vi en stigning i indtægterne på 2%, mens udgifterne er steget med 7%, hvilket er årsagen til, at driftsresultatet er lavere i 2024/2025 end i 2023/2024. Årsagen til det lavere resultat skyldes primært øgede lønomkostninger. På trods af øgede kontingentindtægter har disse ikke kunne opveje de forhøjede lønomkostninger.

Det finansielle overskud ligger i 2024/2025 på 130.275 kr. mod et overskud på 348.133 kr. i 2023/2024. Det er fortsat bestyrelsens strategi at investere med lav risiko.

Når vi kigger på driften, er det et tilfredsstillende resultat, eftersom vi havde budgetteret med et underskud for hele året. Kontingentindtægterne er steget 7% sammenlignet med forrige regnskabsår. Stigningen skyldes bl.a. højere medlemstal.

Personaleomkostningerne er steget med 18%, hvilket skyldes øgede lønudgifter, dette er ikke en tilfredstillende ændring.

Ved sæsonstart 2025/2026 ser det lovende ud, hvad angår tilmeldinger. Det er bestyrelsens ambition at fokusere på driften og sikre fremtidigt overskud.

Foreningens formue er fortsat investeret i en aktieportefølje med lavest risiko. Foreningen ønsker at sikre en langsigtet investering med det formål at sikre fornuftig økonomi til investering i en ny gymnastikhal i Farum. Foreningen har ultimo 2024/2025-sæsonen en egenkapital på 2.630.581 kr.

Fremtid

Med Maria Esberg som fortsat daglig leder af administrationen, forventer vi igen at kunne løfte de administrative opgaver yderligere samt udbygge den gode service til vores medlemmer og samarbejdspartnere. Maria har en række deltidsansatte tilknyttet administrationen og dermed en bred vifte af kompetencer.

Selvom det forgangne år har budt på mange nye hold og initiativer, ønsker vi fortsat at have fokus på at skabe nye muligheder og tilbud, der matcher vores medlemmers interesser. Vores mål er hele tiden at udvikle foreningens aktiviteter og styrke vores samlede tilbud. Med denne udvikling følger naturligt en stigning i de administrative opgaver. Samtidig ønsker vi at fastholde vores fastansatte instruktører for at sikre både kvalitet og kontinuitet i undervisningen. Instruktørernes mange timer i hallen spiller en vigtig rolle for fællesskabet og sammenhængskraften i hele foreningen.

Vi håber stadig, at fremtiden vil byde på en udbygning af Farum Arena, da det vil åbne op for mange nye muligheder. Men økonomien i Furesø Kommune er utrolig stram i disse år, hvorfor en udbygning ikke står øverst på deres prioriteringsliste.

Bestyrelsen vil fortsat arbejde på at sikre en forening i balance, både hvad angår fællesskab og økonomi med vores Strategi 2030 for øje.

Bestyrelsen i Farum Gymnastikforening