

Bestyrelsens Beretning 2018

Fotograf Lars Koch

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	8
4.c.I. Kick-off	8
4.c.II. Kurser	8
4.d. Samarbejdspartnere	8
4.e. Bestyrelse og Udvalg	9
4.f. Arrangementer	9
4.f. Årets Gymnast og Instruktører	10
4.g. Lokaler og Redskaber	10
4.g.I. Sønderøhallen	10
4.g.II Indkøb af redskaber	10
5. Opvisningshold	11
5.a. Opvisningshold 12-16 år	11
5.b. Q30+ Opvisningshold	11
5.c. DGI Aspirantholdet 17+	11
6. Konkurrencehold	11
6.a. Grand Prix (GP)	11
6.b. Kvindelig Idrætsgymnastik (KIG)	13
6.c. Ropeskipping (RS)	13
6.d. TeamGym (TG)	13
7. Markedsføring og PR	14
7.a. IT, Telefon, hjemmeside, facebook og Instagram	15
8. Sponsorer	15
9. Økonomi	16
10. Fremtid	16

1. Indledning

Endnu en succesfyldt vintersæson er afsluttet med et brag af en opvisning i Farum Arena den 17. marts 2018. Opvisningen viste med stor synlighed Farum Gymnastikforenings bredde med Forældre-barn, dansehold, springhold, voksenhold, spring-rytme, parkour og nu 4 forskellige typer konkurrencehold. Over 70 instruktører og hjælpeinstruktører har gjort et fantastisk stykke arbejde med de 70 hold, vi har haft på programmet.

Væksten fra sidste sæson er ikke stagneret og vi ønsker fortsat at kunne motivere Furesøs borgere til en sundere livsstil med motion som et naturligt element i dagligdagen. Over 4 år har Farum Gymnastikforening fordoblet antallet af medlemmer til 1461 ved årsskiftet 2017/18 og med den eksplosive vækst, kommer fokus til at være på fastholdelse – både af medlemmer og af instruktører.

2. Historie

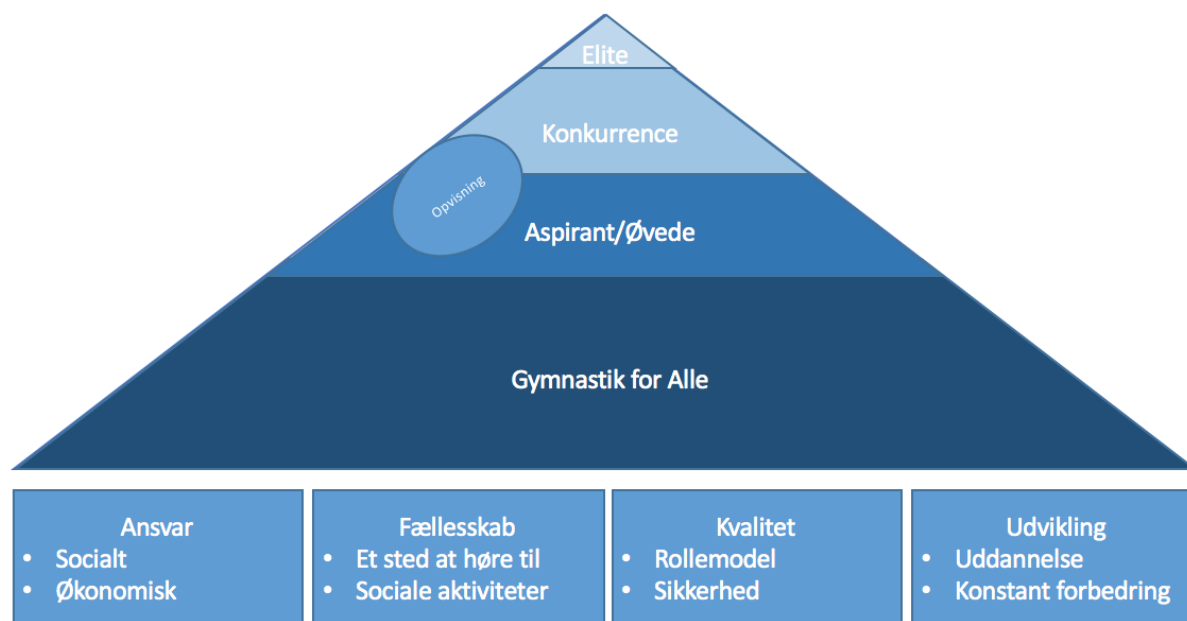
Farum Gymnastikforening kunne i marts i år fejre 49 års fødselsdag, så næste år har vi 50 års jubilæum, hvilket vi i bestyrelsen ønsker at gøre til en helt speciel dag. I 1969 blev foreningen selvstændig, da de foreninger, der havde været en del af "Farum Gymnastik- og Skytteforening" siden 1883 gik hver til sit.

3. Mål og Strategi 2017-2020

3.a. Strategimodel

Vi har i denne sæson fokuseret på at implementere Farum Gymnastikforenings Strategimodel 2017-2020. Nedenfor kan I modellen som er et resultat af vores bestræbelser på at sikre fokus på tilbud om "Gymnastik for Alle" i Farum Gymnastikforening i de kommende år.

FGF's 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.



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.

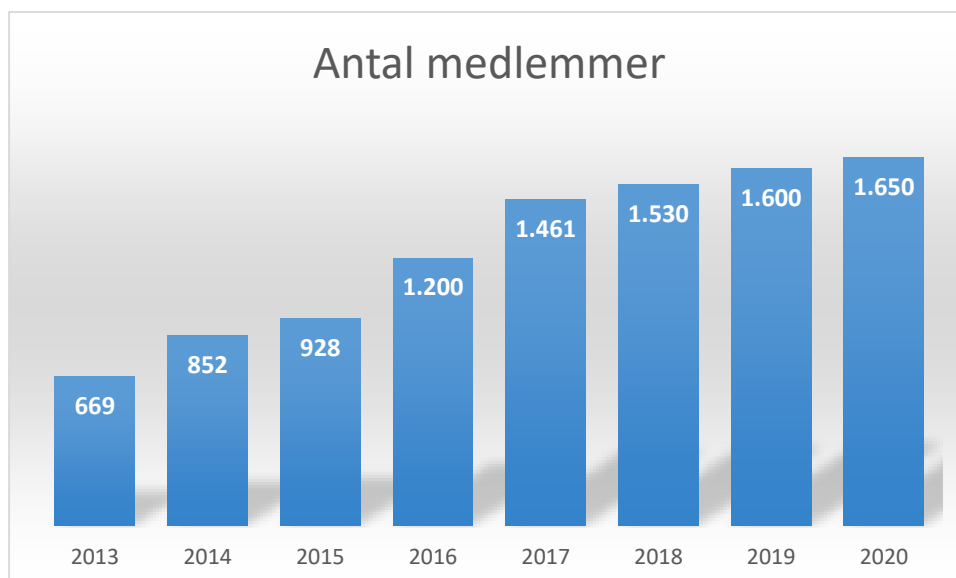
2017-18 har været et år, hvor vi fik implementeret en del af strategien 2017-2020 med aspiranthold i spring-rytme (TeamGym) og næste sæson oprettes aspiranthold på rytmesiden.

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 konkurrence-hold 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



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. I beretningen sidste år, havde vi opgivet antallet af medlemmer pr. 31. december 2016 og fik derfor ikke det korrekte antal medlemmer for hele året.

3.c. Udvikling

Farum Gymnastikforening er i konstant udvikling og udover ekstra hold med forskellige typer af gymnastik, har vi i år arbejdet med at gøre det lettere for gymnaster og forældre at vælge hold ved hjælp af Springstigen, som viser hvilke spring man træner på de forskellige hold. Det er opdelt i niveau I, II, III, IV, V, VI og VII. Man træner de spring, der står under det enkelte niveau og for at gå videre til næste niveau, skal man kunne min. 80% af springene på det tidligere niveau.

Springstigen



Niveau I Basis	Niveau II Letøvet	Niveau III Øvet	Niveau IV Megetøvet	Niveau V Ekspert	Niveau VI Elite
• Rulle • Baglæns Rulle • Håndstand • Ophop • Mølle • Rondat • Kraftspring • Lukket salto • Overslag på saltoplint • Forøvelse i liggende	• Kraftspring i ophop • Kraftspring i salto • Rondat i liggende • Baglæns salto • Lukket salto i med 1/2 skrue • Hofte i salto i med 1/2 skrue • Strakt salto • Mølleoverslag • Håndstand i liggende	• Rondat i liggende i hofte/strakt • Kraft i hofte/strakt • Indgangssalto • Salto i strakt i med 1/2 skrue • Forøvelse i liggende i dobbelt salto • Forøvelse i liggende i Tsukahara • Forøvelse i liggende i overslag i salto	• Indgangssalto i hofte/strakt • Hofte i kraft i salto • Arabian • Baglæns salto i med 1/2 skrue • Whipback • Salto i strakt i med 1/2 + 1/2 skrue	• Hofte i kraft i salto i strakt i med 1/2 skrue • Indgangssalto i med 1/2 skrue • Baglæns salto i med 1/2 + 1/2 skrue • Dobbelt i baglæns salto • Dobbelt i arabian • Salto i strakt i med 1/2 + 1/2 skrue • Dobbelt i salto • Tsukahara • Overslag i salto	• Hofte i kraft i dobbelt salto • Dobbelt i baglæns salto i hofte/strakt • Dobbelt i baglæns salto i med 1/2 skrue • Dobbelt i salto i med 1/2 skrue • Dobbelt i salto i hofte/strakt • Tsukahara i hofte/strakt • Tsukahara i med 1/2 skrue • Overslag i salto i med 1/2 skrue • Overslag i salto i hofte/strakt

Vi er i øjeblikket i gang med at udvikle tilsvarende på rytmesiden.

I et foreningsudviklingsforløb med DGI Nordsjælland har bestyrelsen arbejdet med organisering og identificeret opgaverne, som er forbundet med at drive foreningen. Vi kunne hurtigt se, at vi med den medlemsvækst vi har haft og med de mange arrangementer, vi vælger at afholde, var nødt til at finde en løsning, der indebar en fastansættelse af en administrativ medarbejder. Vi arbejder videre med organisering og opgaver, samt processer med DGIs konsulent.

4. Året, der gik

4.a. Medlemmer og hold

Vi har fra årets start haft 50 bredde-, aspirant-, og opvisningshold og 19 konkurrencehold. hvoraf vi desværre har været nødt til at lukke nogle af voksenholdene, fordi instruktøren meldte fra.

Parkour

Efter et forrygende år i 2016-17 med 150 parkour-udøvere, har vi i år haft 100, hvilket primært skyldes antal af hold og instruktører. Jesper Raaberg, som ellers tegnede foreningens parkourafdeling, valgte at stoppe som instruktør, hvilket naturligvis også har haft en indflydelse. Jesper er dog stadig med som vikar ind imellem, men det giver ikke hovedfokus og samlingspunkt. Derfor er det utroligt dejligt, at Camilla Mou har taget ansvaret med at bestille tøj til alle 100 både opvisningstøj og ekstra trøjer. Det er en større opgave end man umiddelbart tror. Camilla har ageret kontaktperson på vegne af bestyrelsen og kender nu de fleste af parkour-udøverne.

Voksenhold

Der har generelt været større tilslutning til alle voksenhold i forhold til sidste sæson. Eneste tilbagegang er for holdet for Rigtige Mænd med Nicholas Trier.

Helle Nathan har 20 deltagere på pilates fortsættere, hvilket er flere end de foregående år. Rygholdene er populære og Dorthes Coretræning for mænd og kvinder er betragteligt udvidet og med flere mænd på holdet. Der er fyldt op på Gittes Zumba-hold og pigerne er helt høje efter træning. Helle Torp har et dedikeret hold Fit for Life hold, som er fast fra år til år. Annas M/K hold er blevet dejlig stort med nye deltagere, og de er yderst tilfredse med undervisningen.

Pilates i gymnastiklokalet i dagstid på Stien kører stille og roligt – dog kun med 8 deltagere i denne sæson – 1 mere end sidste sæson.

Annies 24 motionsdamer har et utroligt fællesskab og er meget stabile hver torsdag.

Når vi ser bort fra, at det tidligt på sæsonen var nødvendigt at lukke for Sarinas hold på Marie Kruse, har vi været forskånet for alt for megen sygdom i denne sæson.

Det nye vi havde på programmet i år var Hit Fit Dance, men der har desværre ikke været den store tilslutning. Om det skyldes, at det er noget nyt, instruktørerne, lokalerne eller Jens Werners danseskole, ved vi ikke helt.

Sidste sæson havde vi et corehold for kommunen, det er blevet nedlagt.

TaekGymDo

I samarbejde med Furesø Taekwondo klub har vi oprettet et TaekGymDo hold. Taekwondo har fået en ny konkurrencedisciplin, som minder om gymnastik på gulv og de har derfor glæde af at springe og få teknisk sparring. Michael Winther cheftrener i Taekwondo og Malthe Vedding Poulsen har sammen haft dette hold og samtidig har vi haft Opvisningsholdet 12-16 år, som har haft Cæcilie Esberg og Amalie Holst som instruktører og Malthe på springsiden. Der er endnu ikke lavet en evaluering af om holdet skal fortsætte næste sæson, men vi synes det er meget positivt, at vi kan samarbejde på tværs.

Spring-rytme (TeamGym) Aspiranthold

I 2017 tog Farum Gymnastikforening tiltag til at bygge bro mellem breddespringholdene og TeamGymkonkurrence-holdene 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.

Dette resulterede i oprettelsen af tre Spring-Rytme TeamGym Aspiranthold i aldersgrupperne 6-11 år og 11-15 år for piger og et drengehold for de 8-13 årige. Udvælgelsen af gymnasterne til de respektive hold fandt sted i forbindelse med to ugers fortræninger, der blev afholdt forud for sæsonen 2017-2018.

Der var fuld besætning på alle tre aspiranthold fra start med 55 lovende gymnaster, der gik til de to ugentlige træninger med krum hals. De dygtige instruktører under ledelse af hhv. Michelle Blom (forlod desværre FGF i januar 2018 til fordel for et ophold på Ollerup), Celina Robinson og Kristian Michelsen har været med til at få det optimale ud af aspiranterne, hvoraf der er flere, der banker på til en plads på TeamGymholdene til den kommende sæson. Spring-Rytme TeamGym aspiranterne viste sig ganske imponerende frem til Forårsopvisningen i Farum Arena den 17. marts 2018.

Der er i løbet af sæsonen blevet gjort en del positive erfaringer med aspirantholdene, som vi kan tage med til den kommende sæson, hvor det er foreningens vision at udvikle aspirantkonceptet yderligere.

4.b. Fastansatte

I august ansatte vi Kristian Michelsen på fuldtid 32 timer. Kristian Michelsen blev ansat for at kunne stå mange timer i hallen og skabe den råde tråd gennem springgymnastikken. Kristian har arbejdet med springstigen og skabt en platform for den råde tråd, nu skal den implementeres. Desværre er Kristian Michelsen stoppet med øjeblikkelig virkning den 22. marts 2018 og vi forventer at skulle fastansætte en ny fuldtidsinstruktør. Vi kommer til at savne Kristian.

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. 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. I januar var jobopslaget klart på Jobindex

og der kom mange velkvalificerede ansøgere. Pr. 1. april har vi ansat Priscilla Lind Rasmussen som administrations- og udviklingschef på fuldtid 37 timer.

4.c. Instruktører

Med ansættelsen af Kristian Michelsen kunne vi holde antallet af timeansatte instruktører og hjælpeinstruktører på omkring 70. 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 19 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.

I skrivende stund er der dog en større udfordring med at finde instruktører og hjælpeinstruktører til at tage de timer, som Kristian Michelsen skulle have haft på forårsholdene. Det ser dog ud til, at vi får det til at gå op.

4.c.I. Kick-off

I august afholdte vi kick-off for alle instruktører, hjælpeinstruktører og bestyrelse. Det var en god dag, hvor vi startede med en generel orientering om Farum Gymnastikforening og planen for sæsonen. 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, Kathrine Greby Schmidt og Kristian Michelsen. Mange af springinstruktørerne har været på Springsikkerkurserne, som er en hel weekend med teori og praksis, hvor deltagerne skal bestå både prøver i begge dele. Børneinstruktørerne har været på kursus, som kørte 4 gange over sæsonen og mange har været på GymTræner for Grand Prix og TeamGym.

4.d. Samarbejdspartnere

- DGI
- Espergærde Gymnastikforening
- Furesø Idrætsråd (FIR)
- Furesø Kommune - i høj grad halpersonalet i Farum Arena
- Gefion
- GymDanmark
- Gymnastikefterskolen Stevns

- Gymnastikhøjskolen Ollerup
- Furesø Taekwondo
- Furesøskolen
- Nivå Gymnastikforening
- Søndersøhallens brugergruppe
- Vejstrup Efterskole
- Værløse Gymnastik
- Jens Werner Dans

4.e. Bestyrelse og Udvalg

Efter generalforsamlingen 2017 og efterfølgende konstituering bestod bestyrelsen af:

Formand Lisbeth Blom
 Næstformand Peter Fogh-Andersen
 Kasserer Naia Helweg
 Medlem Karin Nygaard
 Medlem Jesper Raaberg – udtrådt juni 2017
 Medlem Maria Esberg
 Medlem Rasmus Bo Hansen
 Medlem Peter Engberg Balle
 Medlem Kristian Michelsen – udtrådt marts 2018
 Suppleant Claus Gravgaard Sørensen – erstattede Jesper Raaberg som medlem
 Suppleant Birgitte Nordahl Larsen - udtrådt
 Revisor Rasmus Vognkjær
 Revisorsuppleant – vakant

Tusinde tak til de fantastiske mennesker, der enten er trådt ud af bestyrelsen eller som sidder i bestyrelsen. De har taget et kæmpe slæb og vi har i fællesskab skabt flere udbud for mange flere medlemmer – med andre ord en fantastisk forening. Vi har i løbet af dette år fået skabt en rigtig god bestyrelse, hvor der er åbenhed og vi supplerer og hjælper hinanden og det ser ud til, at alle ønsker at fortsætte i bestyrelsen, hvilket vil skabe en god kontinuitet.

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 5 dages Spring-Rytme/TeamGym
 Gymnastikskole i efterårsferien - DGI

Gymnastik events

Furesø Sommer Workout - Juni til august 2017
 Furesø Sommerlege i august 2017

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 11. marts 2018,
Farum Gymnastikforenings Forårsopvisning 17. marts 2018
DGI Landsdelsholds Galla 23. marts 2018
DGI Kavalkade 20. april 2018

Kurser

Springssikker Måtte og Trampet Kursus 1 – september 2017 – DGI

Konkurrencer

Grand Prix's julestævne 9. December 2017
Sjællandsmesterskaberne i Grand Prix 3. Marts 2018
2. runde af forbundsmesterskaberne i TeamGym, 12.-13. maj 2018

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 Forårsopvisning nomineres et antal gymnaster, som årets gymnast og en til to instruktører udpeges som årets instruktør.
De nominerede til Årets Gymnast var: Ida Fedders, Catrina Petersen, Louise Walsøe Torup og Malthe Vedding Poulsen. Malthe Vedding Poulsen blev årets gymnast og Julie Søndergaard og Freja Willads Haack blev kåret som årets instruktører.

4.g. Lokaler og Redskaber

4.g.I. Søndersøhallen

Søndersøhallen har året igennem været ramme for månedlige events, hvor vi har haft et sted mellem 70 og 150 børn igennem hallen til Åben hal events. En stor succes i samarbejde med Værløse Gymnastik.

Vi har fyldt vores tider i hallen maksimalt og såvel TeamGym, Spring Rytme Aspiranter og DGI 17+ Aspirantholdet og TaekGymDo (samarbejde med Taekwondo) har udnyttet haltiden. Derudover har vores breddehold kørt events på udvalgte lørdage i sæsonen. Alt i alt er vi rigtig glade for faciliteterne og indretningen.

4.g.II Indkøb af redskaber

Der har været fokus på at få løftet niveauet for vores bredderedskaber i Arenaen og i Søndersøhallen i seneste sæson. Vi har indkøbt nye trampoliner til Arenaen og tilhørende

nye afspringsmåtter, fliktræner, rullemåtter m.v.

Der er til Søndersøhallen indkøbt ekstra skumredskaber, plinte, fliktræner og airtrack (sidstnævnte sammen med Værløse Gymnastik).

Generelt er vi nu rigtig godt med på redskabssiden, men forventer et noget højere redskabsbudget fremover med den meget mere intensive anvendelse redskaberne udsættes for.

Derudover er det 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. Opvisningshold 12-16 år

Lidt sent henne i sæsonen besluttede vi at oprette et Opvisningshold 12-16 år og til trods for, at vi ikke fik så mange tilmeldte som vi gerne ville, så har vi valgt at forsætte med holdet, da vi gerne vil sikre, at gymnaster i denne alder fastholdes i foreningslivet, fællesskabet og gymnastikken. Holdet var med til opvisningen den 17. marts, så mange har set holdet og vi har åbnet for at nye kan komme ind og være med til forårssæsonen, så vi kan få skabt et lidt større hold næste sæson.

5.b. Q30+ Opvisningshold

Det er andet 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 11. marts blev holdet udtaget til at deltage i DGI Kavalkaden den 20. april i Farum Arena. Tak til vores dejlige instruktør Freja, som prøver at få skik på alle kvinderne.

5.c. DGI Aspirantholdet 17+

Et af årets største succeser er DGI Aspirantholdet. Vi havde over 70 til prøvetræning og knap 50 blev udtaget. Holdet består af rytme- og springgymnaster i alderen 17-30 år. Emilie Frost Ebstrup, som er en af instruktørerne og ansvarlig for rytmedelen er en stor del af årsagen.

6. Konkurrencehold

6.a. Grand Prix (GP)

I sæsonen 17/18, har vi 4 Grand Prix hold (33 gymnaster), som spreder sig over aldersgruppen 5-16 år. Mini 10-12 (Enya) og Junior (Octavia) blev tilbage i november 2017, udtaget til internationale konkurrencer. Enya deltager til Spring Open i Finland og Spring Breeze i Estland, og Octavia deltager i Europamesterskaberne i Estland og Verdensmesterskaberne i Ungarn.

På de 4 måneder holdene har konkurreret er det blevet til hele 3 guldmedaljer, 1 sølvmedalje og 3 bronzemedaljer fordelt på 4 konkurrencer.

Julestævne

- Enya: Guld
- Octavia: Sølv

DM 1. Runde

- Maliva: Guld
- Enya: Guld
- Octavia: Sølv

Denmark Open (international)

- Enya: Bronze
- Octavia: Bronze

SM

- Enya: Guld
- Octavia: Bronze

Grand Prix afdelingen har afholdt det årlige julestævne samt SM 2018. To vellykkede stævner, som har fået meget ros fra deltagere samt GymDanmark.

Mål:

- Vedligeholde vores eksisterende hold samt udvide vores grand prix konkurrence afdeling med et nyt hold pr. sæson og Grand Prix Aspiranthold.
- Udvikle en sund fødekæde af gymnaster, som senere kan uddannes til instruktører
- Arbejde på at fastholde/gense vores ældre rytmegymnaster (16-19 år)
- Fortsat at afholde vores årlige julestævne samt stævner i samarbejde med GymDanmark

Hvordan når vi vores mål:

Vedligeholdelse af 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.

Et nyt konkurrencehold pr år og Aspiranthold:

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.

Fastholde de ældste gymnaster:

Det er ofte en aldersgruppe som er svær at fastholde, så vi vil have fokus på at gøre træning, som gymnasterne ønsker det, i forhold til træningstid og ambitioner.

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. Kvindelig Idrætsgymnastik (KIG)

6.b. Kvindelig Idrætsgymnastik (KIG)

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 i konkurrencer. Ideen er at have Spring og redskabsholdene som fødekæde til aspirantholdet.

Her til forårssæsonen er KIG-aspirantholdet omdøbt til konkurrenceholdet og vi har oprettet et nyt KIG-aspiranthold, hvor nye gymnaster har mulighed for at træne de 4 timer om ugen sammen med konkurrenceholdet.

For 2 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 ønsker fortsat at kunne udbyde kvindelig idrætsgymnastik, men Katharina Balsløw, som har været hovedansvarlig, tager desværre til London for at arbejde indtil marts 2019 og vi arbejder derfor på at finde en ny instruktør til disse hold.

6.c. Ropeskipping (RS)

Ropeskipping begynder at slå an i Farum Gymnastikforening og vi har i år haft et breddehold med 17 deltagere, det lille konkurrencehold med 3 piger, som kun træner 1 gang om ugen sammen med konkurrenceholdet. Vi havde i år sat målet at have min. 20 sjippere i alt og vi har haft 29, så vi er godt på vej til at få skabt en Ropeskipping afdeling.

Konkurrenceholdet består af 3 grupper og det lille konkurrencehold med 1 gruppe. De går til begynder konkurrencer og det er fine resultater de opnår. Til Åbent jysk var der en guldmedalje og en 4. plads til Farums sjippere. Flot gået.

Vores dygtige instruktører Emilie Lykke og Sif Fink Arnbjerg-Nielsen med hjælpeinstruktør Sofie Magnussen gør et kæmpe stykke arbejde for at få Ropeskipping til at være en mere kendt disciplin. Emilie og nogle af sjipperne fortalte om og viste Ropeskipping til en morgensamling på Marie Kruses Skole, hvilket resulterede i flere deltagere.

6.d. TeamGym (TG)

Det skal være sjovt at gå til Gymnastik. Og det har det virkelig været i Farum TeamGym i 2017/18 sæsonen.

Farum TeamGym er fortsat i en meget positiv udvikling. I sæson 2017-2018 er vi ca. 25 % flere medlemmer. Vi er ca. 120 gymnaster fordelt på 11 konkurrencehold. Samtidig har vi som noget nyt i år oprettet en aspirantafdeling, som tæller 55 gymnaster i aldersgruppen 4-16 år.

Året har været præget af et stort forældreengagement. Det absolutte højdepunkt var afholdelsen af Sjællandsmesterskaberne i TeamGym i påsken 2017. Det skulle vise sig at blive det største arrangement som er kørt i Farum Gymnastikforening med mere end 8000 publikum/deltagere, heraf mere end 2000 gymnaster. Samtidig en stor succes og en bekræftelse af, at vi med det nuværende forældreengagement er klar til at løfte TeamGym i Farum Gymnastikforening niveauet højere.

Farum TeamGyms Juniormix holds udtagelse til DM var i den sammenhæng et absolut højdepunkt, hvor vi var i stand til at samle alle interesserede fra TeamGym afdelingen og køre i fælles flok i bus til DM i Aarhus.

Generelt ser vi på tværs af alle hold, at niveauet er løftet væsentligt gennem en fokuseret indsats og udnyttelse af faciliteterne i springhallen til et maksimum.

Sikkerhed betyder meget – og vi har bl.a. uddannet egne instruktører ved afholdelse af egne DGI springsikker kurser – formaliseret et uddannelsesprogram på Farum TeamGym, kørt reglements kursus for forældre sammen med GymDanmark.

Vi er samtidig rigtig glade for, at det har været muligt at fastholde vores ældre gymnaster i foreningen igennem et samarbejde med Nivå Gymnastikforening omkring vores to nye fælles TeamGym seniorhold.

Vi har både været i stand til at fastholde gymnaster og samtidig at uddanne egne til instruktører og hjælpeinstruktører. Det er en rigtig bred kreds af vores egne dygtige yngre instruktører, som sammen med de garvede instruktører understøtter holdånden og er med til at løfte Farum TeamGym videre. Vi vil benytte lejligheden til at takke jer alle for en super indsats.

For næste år ser vi frem til Forbundsmesterskaberne for mini, 2. runde i Farum Arena – årets største arrangement fra 12.-13. maj 2018.

7. Markedsføring og PR

Igen i år har vi forsøgt at øge synligheden af Foreningen yderligere i Furesø Avis gennem pressemeddelelser, annoncer og artikler, ligesom vi også i år har investeret i en fotograf til at dække forårsopvisningen. Derudover har vi i år fået etableret en god kontakt til Frederiksborg Amts Avis som har bragt flere udmærkede artikler om foreningen, herunder en reportage fra forårsopvisningen.

Bannere, beachflag og roll ups, som blev indkøbt sidste år, anvendes i stor stil ved div. arrangementer. Sideløbende har vi udvidet vores aktiviteter på sociale medier, hvor Foreningen som supplement til Facebook i år også har fået sin egen officielle instagramprofil, hvor instruktørerne og bestyrelsen i fællesskab bidrager med indhold.

Nedenfor ses artikler og pressemeddelelser for året:

- Hellsidesannonce i Furesø Avis med programmet i juni og august
- Pressemeddelelse i Furesø Avis om Danmarks største gymnastikkonkurrence i Farum Arena,

Sjællandsmesterskaberne i Teamgym

- Artikel i Furesø Avis om Danmarks største gymnastikkonkurrence i Farum Arena, Sjællandsmesterskaberne i Teamgym

Sjællandsmesterskaberne i Teamgym

- Artikel i Furesø Avis med mindeord om en frivillig, der brændte for gymnastik

Farum Gymnastikforening

- Artikel i Furesø Avis om gymnastikgalla i Farum Arena
- Artikel i Furesø Avis om foreningens udvikling og udfordring med tilstrækkelige faciliteter i Furesø kommune
- Artikel i Frederiksborg Amts Avis om foreningens medlemsfremgang og udvikling
- Artikel i Frederiksborg Amts Avis om foreningens instruktør Emilie Frost Ebstrup på Verdensholdet.
- Pressemeddelelser om spring events i Sønderøshallen
- Pressemeddelelse i Furesø Avis om forårsopvisningen
- Pressemeddelelse i Frederiksborg Amts Avis om forårsopvisningen
- Reportage i Frederiksborgs Amts Avis om forårsopvisningen.

Vi havde i lighed med sidste år hyret en fotograf til Forårsopvisningen. I var det Lars Koch og det er en stor fordel at have billeder vi kan anvende i vores markedsføring.

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 facebookside up-to- date. Til gengæld er vi meget tilfredse med aktiviteten på Facebooksiden, som mange benytter sig af, ligesom vi i år har udvidet vores PR-aktiviteter til også at favne instagram med Foreningens egen officielle profil. Profilen har taget en del tid at løbe i gang, men begynder så småt at fungere 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!

9. Økonomi

Igen i år ser Farum Gymnastikforenings regnskab positivt ud. Vi har i år valgt at periodisere kontingentindtægter ud så de passer til sæsonen, og derved giver et mere retvisende billede. Vi kommer ud med et lille underskud på 41 tusinde kr., som følge af denne periodisering.

Foreningen har ultimo 2017 en egenkapital på 3 mio. kr.

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 2018/19. 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
- Vi fortsætter vores DGI Udviklingsforløb, hvor vi kommer til at arbejde med udvalgte områder, som den nye bestyrelse skal være med til at beslutte
- Nye hold på programmet bl.a. Babygymnastik, barretræning og hjernetræning
- Afholdelse af kurser i springsikker, bootcamp, minihjælper (i samarbejde med Værløse Gymnastik) mv.
- Konkurrencedisciplinerne fortsættes og udviklingen inden for hver enkelt gren er en selvfølge
- Oprettelse af DGI rephold ud over DGI aspirantholdet

Nordiske Mesterskaber i Idrætsgymnastik er et af de større stævner, som vi afholder 2018, hvilket kommer til at være i samarbejde med Gefion, som bl.a. har redskaber og frivillige til at kunne gennemføre afholdelsen af stævnet.

5. april 2018

Farum Gymnastikforening
Lisbeth Blom, Formand