

Beretning for året 2022 i Møns Løbe – og Motionsklub. Til generalforsamlingen den 10. februar 2023.

Så smuttede endnu et år, og vi har taget hul på 2023, et år, hvor vi godt kunne håbe på lidt mere fred i verden.

Heldigvis har vi fred i vores – måske lidt lille – Løbe – og motionsklub. Ved årets udgang var vi i alt 47 navne på listen. Heraf er de 24 +60, 15 er mellem 40-59 og de sidste 8 er under 25.

Så der er plads til flere, men der dukker da heldigvis også pludselig et nyt ansigt op, og tak for det.

I bestyrelsen drøfter vi, hvad vi kan gøre for at få flere medlemmer, også gerne nogle unge. Vi skal bl.a. have en snak med DGI ved næste bestyrelsesmøde.

Husk at reklamere for os ved enhver lejlighed!

På trods af et aktivt år kan jeg se, at vi kun har holdt 4 ordinære bestyrelsesmøder, men vi snakker jo også sammen til træning og pr. mail mv.

Jeg nævnte, at året har været aktivt, og ja det kan f.eks. ses på vores bankbeholdning, som vi har reduceret med godt kr. 14.000,-, at vi har brugt penge på flere aktiviteter.

Og hvad er det så, vi har lavet i et år, der ikke har været præget af Coronaen på samme måde som 2021

Vi har holdt fast i vores **tirsdagstræning og også om torsdagene**. Torsdage dog med færre deltagere.

Der har været nogle gode **1. søndag i måneden Walk and talk**.

Børnefastelavnsløb den 5. marts i Stege. Det var en fin succes.

Førstehjælpkursus den 8. marts i lokalerne hos Stege Fyioterapi. Vi var 17 deltagere, hvor klubben afholdt alle udgifter. En god og lærerig aften.

Den 20 marts var vi sammen med Handelsstandsforeningen med i **løb for Ukraine**
Generalforsamling holdt vi den 25. marts på Cafe Storebro med god tilslutning, hvor vi efter den formelle del fik god mad, en forsinket julefrokost, hvor klubben også havde spenderbukserne på.

Vi havde såvel løbere som hjælpere med til **Havn til Havn løbet**.

Uddeling af flyers i foråret var en opgave, vi påtog os for Dancenter Klintholm. Vi fik uddelt 1699 stk, og vi tjente kr. 2123,-. Tak til alle der hjalp med denne opgave.

Tirsdag den 12. juli arrangerede vi med stor succes Børneløb i Stege, hvor vi havde 68 glade børn igennem. Vi fik tilskud fra Kommunen. Det skal helt sikkert gentages.

I uge 31 var der som sædvanlig Etape Møn, hvor vi også havde deltagere med – løbere såvel som gængere.

Lørdag den 20. august var der nogle stykker, der hjalp med afvikling af South Coast Ultra, hvor vi tjente kr. 2.560,- til klubben. Her er vi også blevet bedt om at hjælpe den 19. august i år.

Den 2. september havde vi en lidt anderledes og aktiv Sommerfest i Spejderhuset, hvor nogle løb rundt og samlede poster til de, der lavede forretten.

Den 18/9 fik DGI hjælp af et par af vores medlemmer til at danne bagtrop ved en vandretur på Klintekongens Rige.

Den 19/9 holdt vi i samarbejde med DGI Kurset: Hvordan bliver vi ved med at løbe/gå efter de +60. Vi havde inviteret deltagere fra de andre klubber, men vi endte med kun at være os selv, 11 deltagere, men vi havde en udbytterig aften.

I Lyserød lørdag den 8. oktober var vi også repræsenteret.

I Danmarks Motionsuge 41 opfordrede vi andre til en gå- eller løbetur med os om tirsdagen. Det gav dog ikke respons, men vi andre luftede vores røde jakker.

Søndag den 30. oktober gik og løb vi i Klinteskoven med efterflg. grillpøler og kaffe/kagemand. En rigtig god tur med fin tilslutning.

Søndag den 13/11 startede Crossløbene Vi kan ikke være med alle steder, og det er desværre gået ud over Crossløbene, hvor vi dog heldigvis har et par hurtige løbere med.

Tirsdag den 15/11 startede rødvinlisten og den er fortsat godt i gang.

Tirsdag den 20/12, sidste tirsdag før jul udvidede vi vores Nissehue juletræsløb med efterflg. at få gløgg og æbleskiver på Torvet ved byens fine juletræ.

Og så sluttede vi året af med vores sædvanlige **champagnegalop**

Udover ovennævnte aktiviteter har vi også tilført klubben nogle nye ting, nemlig: **4 sikkerhedsbælter**, så hver gruppe kan have sådan et med til i hvert fald tirsdagstræningen.

Vi har fået lavet **flotte varme røde veste med vores logo**, og 17 medlemmer har takket ja til at købe en, hvor klubben har givet et pænt bidrag. De har allerede været godt i brug.

Godt nok er vi ikke så mange medlemmer, men når vi ser på rækken af aktiviteter, så synes jeg faktisk, at der sker meget.

Er der nogen, der har gode ideer til aktiviteter, så kom endelig frem med det. Så kigger vi på det.

Til slut tak til alle vores medlemmer – både aktive og passive. Tak for løbende opbakning og hjælp til diverse opgaver og også tak fordi I kom i aften til vores generalforsamling og tak for samarbejdet i bestyrelsen. Jeg er sikker på, at vi i bestyrelsen fortsat vil arbejde på, at vi får et godt og aktivt år 2023. Ja det startede allerede den 8/1 med vores Fit for Fight Dag i Fitnesscenteret☺.

Endelig skal jeg sige, at vi plejer at kære årets løber/gænger her på Generalforsamlingen, men det skete i stedet på Fit for Fight dagen.

Et velfortjent valg gik nemlig til Poul, som vi vidste ikke kunne deltage på GF.

Poul har været med siden 2014, kommer stort set til alle træninger, hjælper når der er behov og kan både løbe med de hurtige men også være en god social løber, når der er behov. Så en velfortjent trøje til Poul

Vinnie den 30. januar 2023.