

Årsberetning 2024 SKIF Løb og Motion

Som et nyt tiltag startede vi året 2024 med at køre tilbud i januar på 6 og 12 måneders medlemskab, hvilket gav lidt flere medlemmer.

Vi har i SKIF Motionscenter haft en mindre medlemstilgang i 2024. Helt konkret et fald på 38 medlemmer i alt (12 færre har tegnet årsmedlemsskab og 26 færre har tegnet periodekort). Årsagen hertil kan være mange, men vi har set at nabobyerne Starup og Hejnsvig har fået etableret motionscentre i deres lokale by, hvilket bl.a. har bevirket færre medlemmer i SKIF Løb og Motion.

Som det fremgår af regnskabet, har vi i 2024 et lidt større overskud, men der er heller ikke lavet nye og større investeringer. Der er brugt lidt penge på nye greb til maskinerne, købt sjippetove og købt Spotify Premium, så der ikke længere er reklamer hele tiden når der spilles musik. Der er dog i 2024 blevet investeret i en ny vandautomat, hvilket var nødvendigt, da den gamle var brændt af.

Derudover bliver der hvert år brugt penge på 2 x service af maskinerne. Det er en lidt større men nødvendig omkostning, da vi er nødt til at sikre at maskinerne er i orden, så det bliver ved med at være attraktivt at træne i motionscentret.

I efteråret 2023 og foråret 2024 prøvede vi med et Yogahold, som blev fyldt op med det samme. Da vi ikke havde egnede lokaler til Yoga i hallen, blev holdet efter julen 2023, flyttet ud til Idrætscentret, hvilket fungerede okay. Vi havde håbet, at der ville være stor tilslutning til Yogaholdet der skulle starte op i hallens nye lokaler i november 2024, men der var desværre for få tilmeldinger til, at holdet kunne oprettes. Vi undersøger om der er grundlag for at starte et hold op igen til efteråret 2025.

I SKIF Løb og Motion har vi Cirkeltræningshold hver mandag fra kl. 18.30-19.30 ved Mille, hvor der er stor tilslutning til holdet. Efter træningen er blevet flyttet ind i hallen, er der kommet flere deltagere på holdet. Der er altid mellem 10-15 personer på holdet. Det højeste antal der har været en aften var 22 personer. Cirkeltræning er et holdtilbud, hvor man får alsidig træning til hele kroppen hvor alle kan være med, uanset niveau. Derudover er det et hold med en god stemning og sved på panden. Holdet kører fra start september til og med marts måned.

Derudover er der Motion om dagen hver onsdag kl. 9.30 – 10.30 ved Margit. Det er et hold hvor der trænes inde i motionscentret med fokus på at få trænet hele kroppen og maskinerne bruges flittig. Holdet er for medlemmer af Motionscentret, men der kan også købes et 10-turs kort hertil. Der er også her en fin tilslutning til holdet.

Der er spinning i Motionscentret tirsdag, torsdag og søndag. Vi har desværre oplevet et lille fald på spinningsholdet. Men der bliver cyklet og svedt på holdet, for de medlemmer der er med. Tirsdag er den dag der er flest deltagere på holdet, hvor der er tilbagegang på holdet om torsdagen. Vi håber at der i efteråret 2025 vil blive mere interesse for at gå til spinning igen. Spinning kører i perioden september – marts/april.

Det er muligt at tilmelde sig alle holdtræningerne via online booking, hvilket fungerer rigtig godt. Det er nemt for medlemmerne at tilmelde sig holdet og det er nemt og overskueligt for trænerne at se, hvor mange og hvem der er tilmeldt holdet. En rigtig god løsning.

2024 har været et stille år i SKIF løb og motion. Vi forventer at vi her i 2025 får mulighed for at investere i lidt nye maskiner til Motionscentret, da det er vigtigt at vi bliver ved med at være et attraktivt motionscenter for vores nuværende og for nye medlemmer. Vi kan nævne, at vi i øjeblikket er ved at få tilbud hjem på en ny motionscykel, en trappe maskine og en hacksquat, som alle er attraktive nye maskiner til motionscentret.

Vi ser frem til masser af træning og forhåbentlig flere medlemmer i 2025.

SKIF Løb & Motion

Lone Hansen