



## Ordinær Generalforsamling

Sunds Forenings Fitness 2026 Onsdag d. 25. februar Kl. 18.00

### Valg af dirigent:

Ole Mogensen. Indkaldelsen er modtaget i rette tid – iflg. vedtægterne.  
Dagsordenen er godkendt - dog med ændringer i punkt 5 (Mette genvalg).

### Valg af referent:

Punktet skal i dagsorden fremover  
Søren Skjelmose.

Dagsorden

### 1. Valg af stemmetællere

Vælges hvis nødvendigt.

### 2. Bestyrelsens beretning v/ formanden - se nederst på siden.

Hvor mange medlemmer? - 440 ved udgang 2024 - 470 ved udgang 2025.  
Beretningen er godkendt.

### 3. Aflæggelse og godkendelse af regnskabet med revisorpåtegning se vedhæftede regnskab.

- a) Nye maskiner - hvordan med afskrivninger fremover? - Afskrivning sker samme år.
- b) Udeblivelser - koster 50 kr. pr. gang, man ikke møder op. Bliver trukket fra betalings-kort.
- c) Budget = materiel og udstyr 225.000 - materiel afskrives samme år.
- d) Nye maskiner - Techno-Gym hjælper med opstilling og indretning af lokalet.
- e) Bestyrelsen vil gerne have input fra medlemmer omkring, hvad vi skal indkøbe.
- f) Regnskabet og budget er godkendt.

### 4. Indkomne forslag

Ingen.

### 5. Valg af bestyrelsesmedlemmer og suppleant

#### a. Valg af bestyrelsesmedlemmer

i. Mette Nørgaard – modtager ikke genvalg.

Ny kandidat har meldt sig - Thomas Møller Dalsgaard stiller op.

ii. Jenni Thomassen - modtager genvalg

iii. Annette Kopp - modtager genvalg

Thomas, Jenni og Annette blev valgt.

b. Valg af suppleant.

i. René Andersen - modtager genvalg. Valgt.

## **6. Valg af revisor og revisorsuppleant**

a. Valg af revisor

i. Helle Reinevald - modtager genvalg. Valgt.

b. Valg af revisorsuppleant

i. Marlene Smed Hansen - modtager genvalg. Valgt.

## **7. Eventuelt**

Bestyrelsen fremlagde udkast til husregler, idet flere situationer viser at medlemmer er i tvivl om hvad der er tilladt og ikke. Bestyrelsen bad om input og feedback.

**a)** Udkast til Husregler drøftes.

**b)** Diskussion om man må træne i strømpesokker.

**c)** For rigide regler kan give dårlig stemning i centret.

**d)** "Hyggesnak ved cafebordet - ikke ved maskinerne" = (der er ikke plads til, at andre kan træne).

Nogle træner trænings-pas med 45 sek. pause - skal de væk derfra?

**e)** "Maskiner skal deles under pauser mellem sæt" = man kan spørge, om man må bruge en maskine.

**f)** Vi har en forsikring, der dækker, hvis man kommer til skade pga. beskadiget maskine.

**g)** Ingen børn i centret - gælder også babyer i lifte. Ikke rimeligt medlemmer skal tage hensyn hertil og tænke over, hvor de skal træne for at undgå at skade babyer. Børn må ikke benytte maskiner.

**h)** Måske en idé at have mor-barn træning engang om ugen midt på dagen.

**i)** Ventilations-systemet skal rengøres indvendigt een gang årligt - det sørger hallen for.

**j)** "De gode vaner" på skærmen skal stå i længere tid ad gangen - 10 sekunder er ikke nok.

**k)** Skrifttypen er svær at læse - den er for lys/utydelig.

**l)** Drikkekrus - kan vi opfordre til at bruge egne drikkedunke pga. miljø?

**m)** Det er tilladt at medbringe egne klude til aftørring - dog er det ikke hygiejnisk at bruge samme klud til alle maskiner. Papir skulle være mest hygiejnisk - husk at skifte papir mellem hver maskine.

**n)** Vi kan desværre ikke bruge tid på vask og tørring af klude - vi er en frivillig forening.

Bestyrelsen tager feedbacken med, og drøfter udkastet og den videre proces på kommende bestyrelsesmøde.

o) Vi har netop fået 25.000 kr. af DIF og DGI – pengene skal bruges til udendørs fitness-træning.

p) Medlemsfordeling = *se nederst på siden.*

Formanden takkede af for en god aften med mange gode input. Og understregede at det er et rigtig godt center vi har og alt hvad bestyrelsen gør, er for forenings bedste.

## **Bestyrelsesberetning**

Kære medlemmer i Sunds Forenings Fitness

Så er endnu et år gået, og jeg kan aflægge en bestyrelsesberetning for et rigtig godt år i vores skønne center.

Året har været præget af udvikling, fællesskab og engagement. Vi har fortsat den positive fremgang og oplever et center, der summer af liv, aktivitet og gode relationer.

### **Investeringer i centeret**

Vi har i årets løb foretaget flere vigtige investeringer, som er med til at løfte kvaliteten af træningsoplevelsen for alle medlemmer.

Vi startede året ud med at investeret i 2 nye løbeband, som bliver flittigt brugt. Dernæst måtte der to nye Tv-skærme til, så vores sponsorerers reklamer igen kunne fremstå klart og tydeligt, og en forstærkere skulle der også til, så der igen kunne god musik ud til alle. Vi må erkende at mere og mere materiale begynder at være slidt op efter flere års brug. Så vi må forvente udskiftningerne i de kommende år.

### **Vores instruktører – dem der holde hjulene i gang**

Vi er utrolig stolte af vores dygtige og engagerede instruktører. Som en tak for deres store indsats fik vi lavet et nyt sæt tøj til alle med vores nye logo – som vi er i gang med at udskifte rundt omkring i centeret, vi har afholdt en hyggeaften og alle fik en julegaver. Det er fuldt fortjent, for uden deres frivillige engagement og smittende energi ville vi ikke have det samme stærke tilbud og flotte center, som vi har idag.

En kæmpe tak !!

### **Fællesskab og sociale arrangementer**

Sammenholdet i Sunds Forenings Fitness er noget helt særligt. Der er plads til alle, og vi mødes på tværs af alder og niveau.

Jeg vil gerne fremhæve julefrokost for vores seniorer – her fik jeg igen lov til at kigge forbi, til en altid hyggelig og vellykket dag med god stemning og fællesskab.

Det sociale aspekt er også en vigtig del af vores forening, det er noget vi mærker i centeret, flere og flere træner sammen og vi har fuldt hold på vores holdtræninger, her bliver der grint og svedt – og man glæder sig jo ligefrem til den hårde træning når man ved at man skal træne sammen.

Men fællesskabet viser sig også i centeret ved at alle respekterer hinanden og passer godt på tingene i centeret.

Vi har som en reminder og på opfordring sidste års generalforsamling, haft vores 4 gode vaner på skærmene – vi håber de bliver efterlevet.

### Indflydelse og åbenhed

I Sunds Forenings Fitness har alle mulighed for indflydelse. Vi ønsker en åben og lyttende kultur, hvor gode idéer og initiativer altid er velkomne. Foreningen er vores allesammen, og det er netop engagementet fra medlemmerne, der er med til at drive os fremad og forme det center som medlemmerne ønsker. Så tøv ikke med at skrive jeres feedback til os [infor@sundsff.dk](mailto:infor@sundsff.dk)

### Et center med kultur og glæde

Vi kan se tilbage på et år, hvor vi ikke blot har udviklet vores faciliteter, men også styrket vores kultur. Sunds Forenings Fitness er et dejligt center kendetegnet ved imødekommenhed, glæde og respekt.

Tak til alle medlemmer, instruktører, frivillige og vores sponsorerer for jeres opbakning, jeres engagement og jeres bidrag til det stærke fællesskab.

Vi ser frem til endnu et år med udvikling, fællesskab og masser af god træning.

Tak for ordet.

### Medlemsfordeling:

Relation	Udøvere																Trænere		Ledere		I alt
	0 - 6 år		7 - 12 år		13 - 18 år		19 - 24 år		25 - 39 år		40 - 59 år		60 - 69 år		70+ år		0 - 24 år	25+ år	0 - 24 år	25+ år	
Køn	K	M	K	M	K	M	K	M	K	M	K	M	K	M	K	M					
Fitness					8	19	24	32	39	32	76	68	36	34	37	50			1	14	470