



# HELSINGØR SKI-OG ORIENTERINGSKLUB

Medlem af Dansk Orienteringsforbund - Dansk Skiforbund - Dansk Atletikforbund  
www.hsok.dk

## Referat fra generalforsamling den 13. marts 2024 kl. 19 i Klubgården

Der deltog 40 – 45 medlemmer i generalforsamlingen.

Referat i flg. Dagsorden:

### 1. Valg af dirigent.

Bjørn Thygesen valgt til dirigent.

### 2. Formandens beretning

Formand Ole Kyhl indledte med 1 min. Stilhed for at mindes gode løbevenner som gik bort siden sidste generalforsamling; Kirsten Nielsen, Frida Nygaard og Bent Carlsen.

### 3. Formandens beretning / Bestyrelsens beretning 2023

- I 2023 kan vi glæde os over at det er første hele år uden corona siden 2020 .
- Det er ikke så meget udsving i medlemsantallet dog er det lidt dalende hvilket måske afspejles i medlemmernes alder.
- HSOK vil gerne takke alle for store indsatser med alt lige fra Vennernes loyale støtte (opvaskemaskine), Korttegning, Træningsplaner, Hjemmesider, Vedligeholde klubgården, Rengøring, Banelægning, Ungdomstræning, Løbsarrangering, Løbsdeltagelse, Sociale aktiviteter, Myndigheds henvendelser, Fælleskommunale løbs afholdelse, Madhold, Rengøring, Kagebagning, Lave pressemateriale, Dele billeder, Være aktive på de sociale medier etc.
- Orienteringsrelaterede arrangementer:
  - Vi har igen i år haft succes med månedens baner, det er Laus der laver banerne og Flemming Wendelbo har klaret udsætningen, og Jan Bjørre har samlet posterne ind.
  - 8. januar lavede Laus et MTB-O løb i Teglstrup Hegn med ca. 45 deltagere.
  - 10. april var der MTB-O CAMP hvor vi afviklede en afdeling af denne, i Danstrup Krogenberg Hegn, Mette som stævneleder og Laus var banelægger.
  - 17. juni var det blevet tid til den årlige, 3 Skåninge og en Dansk, som blev afviklet med Rolf som stævneleder, og Laus som banelægger. Ca. 610 løbere deltog.
  - 1.oktober løb vi om op- og nedrykning i 4 Division. Det klarede vi så godt så vi blev hængende et år mere.
  - 3. oktober afviklede vi et træningsløb for Politiet, det blev afviklet i Teglstrup Hegn med Flemming Wendelboe som banelægger. Løbet var om formiddagen, hvor vi så havde træningsløb om aftenen, hvor Tisvilde også havde mulighed for at deltage.
  - Udover ovenstående arrangementer har vi haft 19 tirsdags træningsløb, disse løb kunne vi godt tænke os lidt større interesse for da det er et stort arbejde at lave/planlægge
  - Også i år har vi haft gennemsnitlig 30 Grå sokker ude hver fredag.
- Løberelaterede arrangementer
  - I løbeafdelingen har vi primært holdt fast i de traditionelle punkter.
  - Vi har de faste ugentlige træningspas. Dvs. mandage kl. 17, hvor vi løber en rolig tur, tirsdage kl. 17, hvor vi løber en lang tur, onsdage kl. 17 hvor der løbes intervaller med



# HELSINGØR SKI-OG ORIENTERINGSKLUB

Medlem af Dansk Orienteringsforbund - Dansk Skiforbund - Dansk Atletikforbund  
www.hsok.dk

skiftende trænere og lørdage kl. 11 hvor der primært løbes tempo løb. Skulle nogen have lyst til at prøve sig af som træner kan de henvende sig til Kenneth.

- Som andre faste punkter har vi 2x5 km test, Ruslands Bakker, løb på stadion om lørdagen, Kvindeløb, Klubtieren, Gurre Sø rundt til Jul og Nytårsløb (nu rundt om Bondedammen, hvilket har givet flere deltagere).
- Vi sætter stor pris på hjælperne til afvikling af Kvindeløb og Klubtieren.
- Også en tak til de faste trænere onsdag og lørdag (lørdag = Jørgen Olsen).
- Til de mere seriøse løbere har Jørgen Olsen lavet et detaljeret træningsprogram med henblik på at deltage i konkurrencer. Vi har da heldigvis stadig lige ud løbere, der stiller op i konkurrencer. Bl.a. Marathon og Frostcup, hvor vi gør det udmærket. Vi vandt sågar Kronborg Stafetten i år (som igen er vendt tilbage), hvor Henrik Petersen, Sune Larsen, Martin Hulten og Martin Olsen løb sig til en klar sejr og tangerede den hidtidige rekord med 13 runder.
- Klubmester for herre på 10 km blev Sune Larsen. Henrik Petersen førte det meste af løbet, men manglede lige det sidste tæt på mål. Klubmester for kvinder blev Soon Ae Cho (1 sekund foran datteren, som ikke var ved fuld styrke).
- For begge løb er deltagerantallet stadig lavt og vi vil mægtig gerne tiltrække flere men det vigtigste for os er at dem der stiller op har en god dag
- For at dyrke det sociale sammenhold holder vi fast i onsdags øl/vand/chip, AxelBar med jævne mellemrum efter lørdagstræningen, sommerafslutning og den årlige fest efter 10 km klubmesterskab. Vi er også nogle stykker, der fast følger FC Helsingørs hjemmekampe.

## 4. Kassererens beretning

Kassereren gennemgik regnskabet med udvalgte nedslagspunkter:

- Regnskabet viser et underskud på ca. 24.000 kr. som blandt skyldes udgift til ny opvaskemaskine.
- Tilskuddet til ungdomsløbere er lavere end tidligere, da der er færre ungdomsløbere. Der er solgt færre o-løbskort. Der er stigende indtægter fra månedens bane. Tre skåninger og en dansk har ikke givet samme indtægt som tidligere. Det skyldes dels den lave svenske kurs samt at vi som noget nyt stiller toiletvogne til rådighed. Vi har prioriteret at holde en god nytårskur, hvilket også kan ses af budgettet.
- Niels anerkendte at der er gjort indhug i klubbens formue. Det blev bemærket at de nye borde- bænkesæt er en gave fra HSOKs venner og dermed udgør en 0-udgift for klubben. Klubben takkede vennerne for gaven.

## 5. Behandling af indkomne forslag

Ingen indkomne forslag (Bestyrelsen har indmeldt forslag som behandles under pkt. 6).

## 6. Bestyrelsen fremlægger forslag ændring af Love.

Bestyrelsen havde udarbejdet forslag til vedtægtsændringer (vedlagt dagsordenen).

Kenneth Sørensen gennemgik de foreslåede vedtægtsændringer.

Forslaget indeholdt dels en række ændringer af redaktionel karakter og dels en mere principiel ændring om, at klubbens formand og kasserer udpeges af bestyrelsen i forbindelse med dennes konstituering i stedet for som nu, at blive valgt direkte på generalforsamlingen.



# HELSINGØR SKI-OG ORIENTERINGSKLUB

Medlem af Dansk Orienteringsforbund - Dansk Skiforbund - Dansk Atletikforbund  
www.hsok.dk

Det blev drøftet, hvorvidt det kan være et demokratisk problem, at det ikke er generalforsamlingen der udpeger formand og kasserer. Bestyrelsen tilkendegav, at de fornemmede, at der næppe ville være opbakning til vedtægtsændringen, hvorfor bestyrelsen valgte at trække forslaget om vedtægtsændringer tilbage. Bestyrelsen tilkendegav, at de fornemmede, at der efter al sandsynlighed vil være opbakning til de mere redaktionelle opdateringer af vedtægterne. Bestyrelsen vil derfor arbejde videre med dette.

## 7. Fremlæggelse af aktivitetsplaner

Orienteringsområdet v. Birgitte K.:

- Månedens bane er en succes og fortsætter med gode kræfter som gør et stort stykke arbejde.
- Træningsudvalget eksperimenterer med forskellige ideer omkring træning.
- Der er henvendelser fra fra Stauninggården og en skole i Espergærde som der følges op på.
- Vi er involveret i at hjælpe med en opdatering af det landsdækkende Find-vej-koncept for så vidt angår skovene omkring os – og i byen.
- 3 skåninger og en dansk afholdes den 15/6. Der er brug for mandskab
- Der er divisionsmatch 14/4 i Vestskoven, 8/9 i Rørvig og 29/9 i Valby Hegn.
- DM holdes i Vester Thorup den 14 og 15/9. Hvis der er interesse kan det være at der er nogen der arrangerer en klubtur.
- Gråsokkerne løber hver fredag med blandt andet stafet, sociale arrangementer.
- MBTO. Der arrangeres muligvis et SM.

Løbeområdet v. Michael Knudsen:

- I løbeafdeling holder vi fast i alle de traditionelle punkter som er nævnt under pkt. 3. Nye ideer er mere end velkomne. Det er bare at tage fat i en fra bestyrelsen.
- Vi vil afholde Kvindeløb og Klubtieren (som også er klubmesterskab).
- Vi ser også gerne nogle flere lige-udløbere tilslutte sig. Udfordringen er, hvordan vi får det til at ske.
- Vi har stadig brug for hjælpere ved diverse løb. Til Kronborg Stafetten kan jeg forestille mig, at der er brug for mange hjælpere.

## 8. Fastlæggelse af kontingent

Bestyrelsen foreslår uændret kontingent.

Vedtaget.

## 9. Valg af bestyrelsen, revisorer og revisorsuppleant

Nuværende bestyrelse.

Formand:	Ole Kyhl, ønsker ikke genvalg
Kasserer:	Birgitte Andersen, ikke på valg
Bestyrelsesmedlemmer:	Birgitte Krüger, ønsker genvalg
	Jacob Wrisberg, ønsker genvalg
	Michael Knudsen, ønsker genvalg
	Peter Balstrup, ønsker genvalg
	Jakob Vang, ønsker ikke genvalg



# HELSINGØR SKI-OG ORIENTERINGSKLUB

Medlem af Dansk Orienteringsforbund - Dansk Skiforbund - Dansk Atletikforbund  
www. hsok.dk

Revisorer: Kenneth Sørensen, ønsker ikke genvalg  
Kirsten Ellekilde  
Henrik Pedersen  
Revisorsuppleant: Sune Larsen

Følgende blev valgt til bestyrelsen:

- Peter Balstrup – Formand
- Birgitte Andersen- kasserer
- Birgitte Krüger
- Jacob Wrisberg
- Laus Seir
- Michael Knudsen

## 10. Eventuelt

- HSOK har haft en repræsentant i den projektgruppe som har arbejdet med projektforslag for naturnationalparken. Arbejdet har ligget stille da man har afventet beslutning fra den nye regering. Det er nu besluttet at der skal nedsættes bestyrelser for alle naturnationalparkerne. Vi er blevet spurgt om vi vil deltage i bestyrelsen fra Teglstrup Hegn enten via DOF eller DIF. Det har vi takket ja til. Jacob Wrisberg deltager på klubbens vegne og vil løbende informere om fremdrift.
- 
- Henning har taget initiativ til en klubgårdsdag den 4. maj, hvor der skal laves forskellige praktiske vedligeholdelsesarbejder. Der er sat en seddel op hvor man kan melde sig til.
- 
- John Stenfeldt HSOKs venner takkede HSOK for lån af klubgården. Årets skulderklap fra HSOKs venner gik til Lene Jensen.
- 
- Bestyrelsen takkede de afgåede medlemmer herunder formanden for det gode arbejde igennem årene.