

# HLM Generalforsamling 2022

---

## DAGSORDEN FOR GENERALFORSAMLING:

1. Valg af dirigent
  - a. Bestyrelsen foreslår Jan de Linde
2. Formandens/udvalgenes beretning
3. Orientering om regnskab  
Regnskab fremlægges til godkendelse på hovedgeneralforsamlingen
4. Valg af formand
  - a. Allan Graver Christensen (formand) – er ikke på valg!
5. Valg af bestyrelse
  - a. Niels Munksgaard - er ikke på valg!
  - b. Rasmus Niebuhr - er på valg og modtager ikke genvalg!
    - i. Bestyrelsen foreslår Michael Overgaard, som nyt bestyrelsesmedlem.
  - c. Thomas Uldall Thygesen - er på valg og modtager genvalg!
6. Indkomne forslag\*
  - a. Fremtidigt setup for løbeklubben
7. Eventuelt

\*Jvf. vedtægterne skal forslag der ønskes behandles på generalforsamlingen, være formanden skriftlig i hænde senest 8 dage før generalforsamlingen, indsendes på [allan@harlev-ik.dk](mailto:allan@harlev-ik.dk)  
Vedtagelse af vedtægtsændringer kræves 2/3 af de afgivne stemmer  
Andre forslag vedtages ved simpelt stemmeflertal

## Formandens beretning 2022

2022 var et år hvor vi fortsatte med at tilpasse løbeklubben til det "nye" liv efter Corona. Mange ting har ændret sig og vi ønskede at finde ud af hvordan vi fik løberne tilbage til løbeklubben. Det har længe været et problem, men er bestemt ikke blevet mindre efter Corona. I samarbejde med DGI fik vi udarbejdet et spørgeskema, hvor vi spurgte både medlemmer og ikke medlemmer omkring løbeklubben, hvad de ønskede sig af løbeklubben. Det gav en masse brugbart input, som efterfølgende blev analyseret for at finde ting vi kunne arbejde med. Dette har vi siden forsøgt at implementere noget af.. Vi har blandt andet arbejdet med uddannelse af instruktører, fællesskabet og kommunikationen om hvad vi laver og kan tilbyde!

I slutningen af februar måned afholdt vi et opstartsmøde, hvor undersøgelsen blev fremlagt, og deltagerne kunne komme med kommentarer og spørgsmål. Der var et flot fremmøde og emnerne blev grundigt debatteret. Efterfølgende blev deltagerne opdelt på de enkelte hold for at der kunne snakkes om specifikke behov for løberne. Et af de emner, som fyldte meget, var holdenes tempo, og problematikken med, hvad instruktørerne skal gøre, hvis en deltager løber for hurtigt eller langsomt i forhold til det tempo, som der ifølge programmet, skal løbes i. Der skal være fokus på at sikre at alle kan være med og samle op undervejs for at samle gruppen.

I starten af 2022 tog vi også imod et tilbud fra DGI om deltagelse i KICK - Din Løbestart, som var målrettet voksne, der godt kunne tænke sig at komme i gang med at løbe. Opstarten var foråret 2022, med afsluttende mål i deltagelse til Royal Run.

Tilbud var samtidig en uddannelse af vores instruktørerne med henblik på bedre at håndtere ny-løbere fremadrettet. De blev undervist i alt fra rekruttering til fastholdelse af ny-løbere i foreningen. Spændende forløb at være en del af samtidig med at man kunne bruge det til sparring med andre løbeklubber i området.

Vi afholdt i Harlev en generalprøve for vores Kick løbere med et Royal Siderun, hvor vi med udsmykning og sjov forsøgte at give løberne et selvtillidsboost inden den store finale. Forløbet blev, som nævnt tidligere, afsluttet med til 5km løb til Royal Run 2. Pinsedag i Aarhus, hvor der yderligere var adgang for løberne til en eksklusiv KICK zone før og efter løbet.

Til vores træninger kommer vi af gode grunde til at se meget af Harlev og omegn hele tiden og derfor kan det være godt med lidt luftskifte. Derfor har vi indført en "tur ud af byen" en gang om måneden. Dette har givet os nogle gode ture ud og se områder omkring Hasle Bakker, Hinnerup og Skanderborg.

### Bestyrelsen

I bestyrelsen har vi fortsat vores arbejde fra sidste år med at forsøge at skabe en god struktur for klubben og noget som vi tror vil være til gavn for vores løbere. Vores udvalgs-setup har fortsat den gode start fra 2021. Når der er brug for input, går det hurtigere og er mere specifikt, nu hvor opgaven er delt på flere, og dem der har rollen, kender deres opgave.

Der har i bestyrelsen været en del arbejde med fokus på medlemstallet i klubben og hvordan vi kan forbedre dette.. Der arbejdes med en langsigtet plan for at øge medlemstallet.

### IT udvalg

I dette udvalg er arbejdet med den eksterne kommunikation fortsat i 2022 med kurser hos DGI. Dette er stadig for at opnå vores mål med forhåbentlig at få flere medlemmer til klubben og give et

# HLM Generalforsamling 2022

---

bedre indtryk af hvad det er klubben laver. Der har været et kursus i brugen af Instagram, som er et bedre medie til at udbrede budskabet om løbeklubben i forhold til Facebook.

## Trænerudvalg

I trænerudvalget har der udover den "normale" udvikling af vores træningsprogrammer også været fokus på sammenholdet på tværs af holdene. Det er til tider svært at finde den rigtige balance og det kræver en del arbejde at få det justeret ind. Vi synes dog at vi har ramt et fint kompromis og noget som mange løbere giver udtryk for er dejligt. Helt sikkert noget vi gerne vil fortsætte med.

## Netværksudvalg

Netværksudvalget har søgt om penge hos brugsforeningen til træningsudstyr og her har vi været heldige med at blive godkendt, så der er indkøbt flere remedier til fremtidige træninger. Stor tak til brugsforeningen for denne økonomiske håndsrækning!

Derudover gør vi, hvad vi kan for at pleje gode sponsor Bergs Vinimport, og de er heldigvis altid glade for at byde ind til arrangementer med lidt forskellige ting.

## Aktivitetsudvalg

I 2022 har der igen været sociale aktiviteter på programmet. Der er været lørdagskaffe efter vores lørdagstræninger, så mange gange som muligt. Der har været arrangeret en løbefest, som blev skubbet til oktober, men det gjorde bestemt ikke festen mindre festlig. Det var en fest med helstegt pattegris, fadølsanlæg, drinks og masser af god snak, musik og dans. Mange løbere deltog i festen og var med til at lave en fantastisk aften. Til nytår havde vi vores efterhånden traditionelle nytårsløb, hvor alle kan deltage og dette var der endnu engang stor opbakning til. Efter løbet var der arrangeret champagne i klubhuset, som Bergs Vinimport serverede og der var kransekage fra bageren. Stor tak til begge leverandører for at hjælpe vores løbere med noget lækkert efter løbet.

## Medlemmer

Løb	Mand	Kvinde	Andet
0 - 6 år	0	0	0
7 - 12 år	0	0	0
13 - 18 år	1	0	0
19 - 24 år	0	0	0
25 - 39 år	1	4	0
40 - 59 år	29	24	0
60 - 69 år	3	2	0
70+ år	0	1	0
Samlet antal fordelt på køn	34	31	0
Samlet antal medlemmer for aktivitet	65		

# HLM Generalforsamling 2022

---

I 2022 havde vi 65 medlemmer tilmeldt vores 2 forløb - forår og efterår, hvilket er et fald på 19 medlemmer i forhold til 2021. Vi er utrolig heldige med at en har en god stabil kerne af løbere, men vi kan også godt mærke at det er blevet sværere at få nye medlemmer til vores løbeklub,. Der skal lyde en stor tak til alle vores dejlige medlemmer, som bakker os op med deres altid gode humør, træningsiver og støtte.

## **Frivillige og instruktører**

Klubbens eksistens bygger ligeledes på frivilligt arbejde. Vi er heldige med at få nogle gode hjælpeopgaver hos Aarhus Motion, hvor vi bidrager med pakning og udlevering af løbsnumre, samt står i ølbar til DHL. Heldigvis har vi mange, der gerne vil deltage, når der kaldes på hjælpere, men der kan altid være flere til at hjælpe, da pengene kommer tilbage til løberne. Jeg vil ligeledes komme med en lille opfordring til at flere i klubben vil overveje at tilbyde sin indsats i klubben. Det kan være f.eks. være i diverse udvalg eller som instruktør. Vi er så lille en klub, at det er vigtigt, at alle tilbyder sin hjælp, stor eller lille, på et tidspunkt. Risikoen er, at vi trækker for store vekslers på de få. Stor tak til alle der har hjulpet til i løbet af året om det være sig i form af hjælper til arrangement eller som instruktør.

## **Bestyrelsen**

Stor tak til alle i bestyrelsen for et godt samarbejde.

Med venlig hilsen  
Allan Graver Christensen  
Formand Harlev Løb og Motion

# HLM Generalforsamling 2022

---

## Regnskab 2022

### Løb & motion

Indtægter	2022
Kontingenter	38.395
Sponsorater	36.750
Frivilligt arbejde m.v.	13.600
Diverse indtægter	169
	<b>88.914</b>
<b>Omkostninger</b>	
Løn, honorarer og godtgørelse m.v. til trænere og ledere	0
Møder og medarbejderarrangementer	2.678
Kursusudgifter og kursustilskud	6.550
Materialeudgifter, bolde, net, tøj mv	37.106
Turnerings- og stævneudgifter	5.908
Forsikringer og alarm	1.435
Kontingent hovedafdelingen	3.072
Afslutning, opstart og medlemsarrangementer	9.529
Diverse udgifter	6
	<b>66.284</b>
<b>Resultat før ekstraordinære poster</b>	<b>22.630</b>
<b>Ekstraordinære poster</b>	
Aftale med HI&K	50.000
	<b>50.000</b>
<b>Årets resultat</b>	<b>-27.370</b>

## Oplæg til fremtidigt setup for løbeklubben

### Undersøgelse af kontingent niveau

Medlemmer	55	stk
Kontingent	300	kr
<b>Indtægter:</b>		
Normal indtægt:		
Kontingent	16500	kr
Ekstra indtægt:		
DHL	0	kr
BACH	0	kr
Sponsorat	0	kr
<b>Indtægt ialt</b>	<b>16500</b>	<b>kr</b>
<b>Udgifter:</b>		
Variable udgifter:		
Forplejning (møder og brunch)	500	kr
Materialer	500	kr
Kursus	4500	kr
Fest	3500	kr
Nytårsløb	3000	kr
Faste udgifter:		
Forsikring	500	kr
Alarm	1000	kr
Annonce	0	kr
Bidrag til hovedafdeling	3000	kr
<b>Udgifter ialt</b>	<b>16500</b>	<b>kr</b>
<b>Balance:</b>	<b>0</b>	<b>kr</b>