

Generalforsamling i Gadstrup Motion

6. marts 2023 kl. 19:30



Dagsorden

1. Valg af dirigent og referent
2. Bestyrelsens beretning. Bilag 1
3. Forelæggelse af revideret regnskab for 2022 til godkendelse. Bilag 2
4. Forelæggelse af budget for 2023 til godkendelse. Bilag 3.
5. Behandling af indkomne forslag.
Bestyrelsen fremlægger følgende forslag (med rødt) til vedtægtsændringer, da lokalaviser er ved at udgå fra markedet.

§ 8 Ordinær generalforsamling

.....

Generalforsamlingen indkaldes med 21 dages varsel med opslag på hjemmesiden og, i motionsrummet samt ved mail.og ved annoncering i lokalavis.

6. Evt. andre forslag. Der er ikke indkommet andre forslag
 7. Valg af
 - a. 4 bestyrelsesmedlemmer
På valg er:
Lars Ellekjær - modtager genvalg
Dorrit Dilling Hansen – modtager genvalg
Merete Olsen – modtager genvalg
Charlotte Gade Olsen – modtager ikke genvalg
 - b. 2 suppleanter
Villy Petersen – modtager genvalg
Jesper Mathiasen – modtager ikke genvalg
 - c. 2 revisorer og 1 revisorsuppleant
Revisorerne Dorte Pilegaard og Lotte Mouritzen – modtager nok begge genvalg
- Bestyrelsesmedlemmer vælges for 2 år, alle andre for 1 år. Suppleanter, der indtræder i en valgperiode, er på valg ved førstkommande ordinære generalforsamling.
8. Eventuelt. Herefter en generel debat blandt de fremmødte om foreningens tilbud og udvikling.

Generalforsamling i Gadstrup Motion
6. marts 2023 kl. 19:30

GADSTRUP
MOTION

Referat

Ad 1:

Dirigent: Anders Pilegaard valgt

Referent:

Jimmy Boa valgt

Dirigenten konstaterede at generalforsamlingen var korrekt indkaldt via mail, infotavle, hjemmeside og Facebook. Den har ikke været i Heden, da den ikke længere eksisterer

Ad 2:

Se bilag 2

Beretningen er godkendt

Ad 3:

Se bilag 1

Regnskabet er godkendt

Ad 4:

Se bilag 3

Ad 5:

Godkendt

Ad 6:

Ingen indkomne forslag

Ad 7:

Bestyrelsesmedlemmer

Lars Ellekjær - valgt

Dorrit Dilling Hansen – valgt

Merete Olsen – valgt

Mette Rehl valgt som nyt bestyrelsesmedlem – varmt velkommen!

Suppleanter

Generalforsamling i Gadstrup Motion
6. marts 2023 kl. 19:30

GADSTRUP
MOTION

Villy Petersen – valgt

Monireh Baqeri valgt som ny suppleant – varmt velkommen!

Revisorer

Revisorerne Dorte Pilegaard og Lotte Mouritzen – valgt

Revisorsuppleant: Flemming Mogensen - valgt

Ad 8:

Klovneløb: afholde klovneløb til fordel for Hospitalsklovne

Hold Byen ren – vær med til at samle affald

Padelbaner: ønske om at deltage i udvalg, der vil arbejde for at skaffe padelbaner til Gadstrup

Der bliver i maj lavet en film om Gadstrup Idrætsforening. Foreløbig er det fastsat til den 23. maj.

Dirigenten siger: Tak for god ro og orden



Anders Pilegård - dirigent

Bilag 1

Bestyrelsens beretning for 2022

Generelt

Det er her i foråret 20 år siden at de første tanker om GM opstod, så vi har et uofficielt jubilæum.

2022 har været et godt år, hvor vi er kommet i gang efter Coronas begrænsninger. Økonomien er blevet forbedret, eftersom der ikke skal betales nær så meget i husleje, som vi tidligere brugte på drift af pavillonen. Kræfter og penge kan nu primært bruges på vores aktiviteter med instruktører, uddannelse og udstyr til gavn og glæde for vores medlemmer. Som foreslået på sidste generalforsamling blev aldersgrænsen for alm. medlemskab nedsat til 14. år i september og det er gennemført uden større problemer, så det forsætter som en permanent ordning. Åbningstiden er samtidig udvidet til kl. 24.

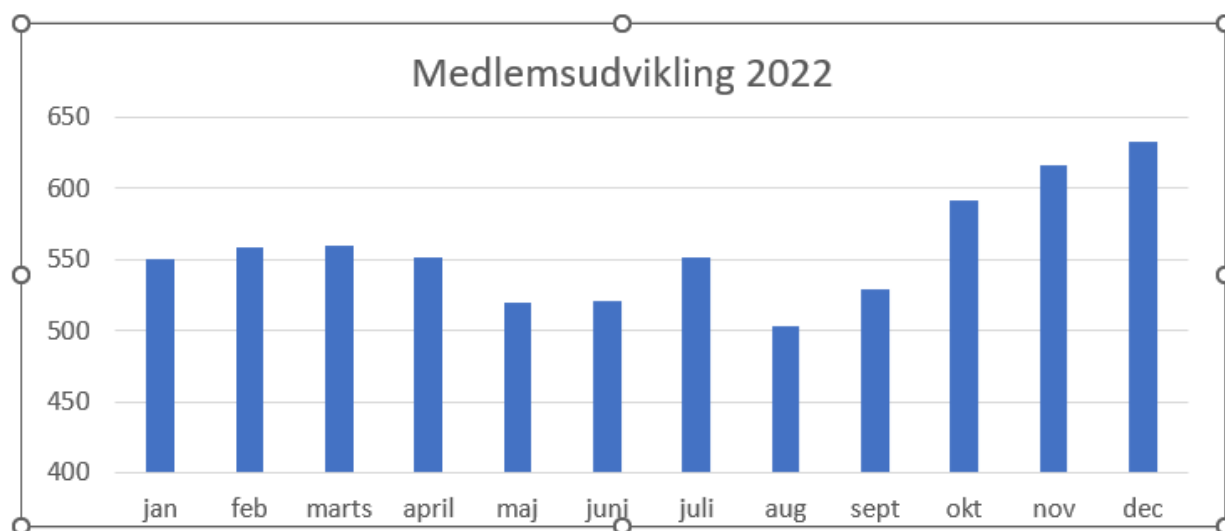
Det er blevet en stadig større butik med stigende medlemstal og der er mange forskellige aktiviteter i centeret, hallens andre lokaler samt udendørs. Vi håber at kunne fortsætte det fremover, under forudsætning af, at vi har rammerne til det. Gadstrupløbet og Gadstrup Grandprix er lagt i graven, men der er andre tiltag i støbeskeen.

Årets Tour de France blev bl.a. fejret med at tilbyde en Roskilde Kommune cykel- eller løbetrøje til klubber og virksomheder i kommunen. Den var designet af en af vores instruktører. Det blev en krævende, men også meget lærerig proces, som blev påvirket af krigen i Ukraine.

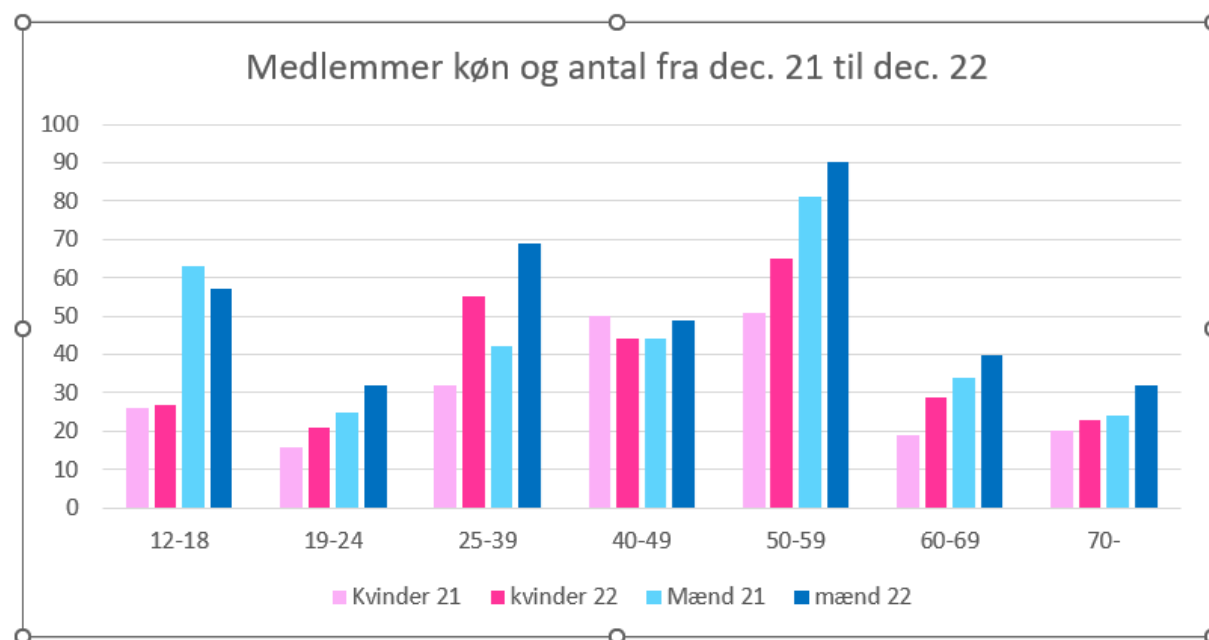
Foreningen er medlem af hovedforeningen i GIF og her arbejdes der med Ramsøhallen som udførende i at deltage i etablering af en fælles paddelbane. Håber den kommer op at stå i 2023 eller 24.

GM's medlemmer

Det har kun gået en vej i antal medlemmer i 2022 og det er opad. Lidt over 100 flere medlemmer på et år. Der ses et dyk om sommeren, og derefter stigning fra september til marts.



Figur 1. Antal medlemmer ved månedens udgang



Figur 2. Alders- og kønsfordeling 2021 og 2022

Vi har godt gang i alle aldersgrupper og alle køn. Der er ca. 100 flere drenge/mænd end piger/kvinder, men vi har fået 50 piger/kvinder flere på et år og 56 flere drenge/mænd. Den største stigning er sket i aldersgruppen 25-39 år, men vi har flest medlemmer mellem 50-60 år. Hvis det fortsætter – så må vi jo inddrage resten af Ramsøhallen eller?

Bestyrelsens arbejde

Bestyrelsen har holdt 10 bestyrelsesmøder. Vi har det godt sammen, men har talt om, at der mangler noget hygge efter at alle møder holdes i hallens møderum. I 2023 vil vi lægge mere vægt på det sociale fx med flere møder holdt privat.

Generalforsamling i Gadstrup Motion

6. marts 2023 kl. 19:30



Bestyrelsen mener det er vigtigt at skaffe de redskaber og faciliteter, der er nødvendige for at sikre et center af høj kvalitet og udvikling og det er også det, vi stiler efter.

Sidste års udviklingsarbejde fødte følgende 3 visioner for GM:

Sportslig

Gadstrup Motion skal søge konstant udvikling med henblik på tilbud om mest mulig motion til flest mulige

Social

GM stræber efter sociale såvel som sportslige fællesskaber

Organisatorisk

GM skaber rammer og retning, som gør det attraktivt at være frivillig

GM har også haft en repræsentant i paraplyorganisationen Gadstrup IF (GIF) og i Halbestyrelsen. Herigennem ved GM, hvad der foregår og kan også ønske forbedringer og nye tiltag mht. til faciliteterne. Her er samarbejde og kommunikation på tværs af foreningerne vigtig. Vi har ønsket en udendørs trækbane til supplerende træning i Boxen.

Idrætsgrenene

Indoor Cycling

Det kører derudad og der er kommet flere på holdene i løbet af året og vi satte også en del hold på programmet i efteråret, som langsomt blev mere fyldt op. Cyklerne skal hele tiden repareres, men det er der også penge til, da vi i oktober blev helt færdige med at betale på leasingkontrakten. Alle cykler er nu vores. Et nyt tiltag er festlig fredag, hvor Indoor cycling kombineres med træning i boksen for den halvgamle del af medlemmerne 50/60+. Andre bliver i spinning og så er der fælles 3. halvleg ovenpå. Super initiativ.

Fitness

Det er svært at få armene ned med så godt et instruktørteam. Der bliver i et væk sagt goddag og velkommen til nye medlemmer, oprettet nye kort til gamle medlemmer, ja vi har haft travlt her efter Corona. Det samme mønster gælder for ungdommen mellem 12 og 14 år.

Vi er blevet mange instruktører. Derfor kan vi være to på hver gang vi har timer i centeret og kan derfor yde en bedre service med nøglekort udleveringer, fremvisninger af centeret, tage imod forespørgsler omkring klubben og alt i alt være mere til stede over for vores medlemmer.

Man kan godt mærke at der kommer mange mennesker igennem centeret. Det tærer på diverse kuglelejer og materiel, så ser man noget der er defekt, så ring eller skriv til Tommi, der hurtigt vil fixe det.

Det blev vedtaget på sidste generalforsamling, at man skulle prøve at nedsætte alderen for ungdommen fra 15 år til 14 år. Der var megen skeptisk omkring det både inde for bestyrelsen og for instruktørerne, men stor ros til jer unge. I har i store træk vist, at I kan træne under eget ansvar.

Generalforsamling i Gadstrup Motion

6. marts 2023 kl. 19:30



Fordi der er kommet flere instruktører og dermed flere bemandende timer, blev vi opmærksom på, at nogle trænede gratis fordi de blev lukket ind af andre. Dette er der lagt låg på med skærpede regler med bl.a. advarsler og karantæner.

Crossfit og Kettlebell

Det er skønt og inspirerende at være instruktør i boxen. Ni instruktører tilbyder ialt 16 hold fordelt over ugen. Der er specialiserede hold for hhv vægtstænger og kettlebell til hold med diverse funktionelle øvelser. Der har været afholdt en kursus dag med fokus på Styrkeløft. Tilbuddet var for både instruktører og medlemmer, et rigtig godt kursus. Holdene er generelt godt besøgt og nye medlemmer kommer til stadighed til.

Nye hold tilbud som HIT(High Intensive Training) med 45 min intensiv træning er et hit. Seneste tilbud med pakke +50/60 kombinationen af spinning og træning i boxen er rigtig populært. Vi mangler af og til cykler og plads i boxen på dette hold.

Boxen er for øvrigt også udlånt 1 time pr. uge til ungdomsklubben til unge med udfordringer. Klubben er glade for det og vi fortsætter samarbejdet i 2023.

Bordtennis 60 +

Aktiviteten bordtennis 60 + er inde i en rigtig god periode. Siden sidste generalforsamling har vi haft en fremgang på ca. 100%, og vi har et gennemsnitligt fremmøde på 17 personer ud af 22 mulige pr. gang.

Vi har i denne sæson været så heldige at få en "Amicus" boldrobot til træning af forskellige slag, men målgruppen vil helst ikke spilde tiden, og derfor prioriterer de spillet med andre højt og går direkte til bordene og tæller point.

Vi har derfor booket ekstra træning nogle søndage med robot og frit spil i denne sæson.

Udendørs cykeltræning

I 2022 var der dels udendørs cykeltræning ved Bo, som sædvanlig med afgang fra GM hver tirsdag kl. 17:30. Det har været fin deltagelse primært af mænd på carboncykler, hvor der bliver kørt stærkt. For kvinderne blev der mulighed for et hold om torsdagen kl. 17, hvor ca. 10 kvinder har kørt godt og stabilt. Igen her er der en udfordring med forskelligt niveau. Seks kvinder gennemførte Tøserunden i en absolut god tid. At der også var held indblandet – siger vi ikke til nogen.....

Powerwalk

Vi "powerwalker" hver mandag og onsdag, hvor vi mødes ved hallen kl. 10:00, hvor vi går forskellige ture i Gadstrup og omegn på ca. 6 – 10 km.

Vi har i år været 11 personer og der har ikke været tilgang af nye medlemmer. Vi har alle Gadstrup Motions gule veste på, så vi er lettere at se i trafikken og samtidig gør vi opmærksom på foreningen.

Vi skiftes til at give kaffe en gang om måneden, hvor vi hygger os og snakker om løst og fast. Det er også her vi aftaler ture ud af Gadstrup for at afsøge nye himmelstrøg, det kan gå til Hedeland, Boserup Skov, Køge og andre smukke områder.

Generalforsamling i Gadstrup Motion

6. marts 2023 kl. 19:30



Afslutningen på året fejrede vi med en julefrokost.

Rengøring

For rengøringens vedkommen er vi ikke i tvivl om at centeret bliver besøgt meget mere end før. Vores rengøringspersonale kæmper en brav kamp med nullermændene - godt gået alle fire - i gør et stort arbejde.

Fremtiden

Den ser overordnet lys ud. Vi skal fortsat tilbyde og udvide mængden af aktiviteter, der er af høj kvalitet, sjove og attraktive, og hvor styrke, kredsløb og/eller mobiliteten bliver styrket. GM må holde øje med udviklingen i antallet af medlemmer og tænke på løsninger, når trængslen i lokalerne bliver uacceptabel.

Det frivillige arbejde i GM kan tælles op til mange årsværk, men det gør vi ikke – for så ryger det sjove.

GM er langt den største forening i GIF hvilket gør, at vi måske også kan/bør tage et ansvar for hele områdets andre problemstillinger.

Til slut er der bare at sige tusind tak til:

- Alle vores dygtige instruktører, der er vokset i antal i 2022 til 32 personer. I knokler og får ikke en kr. for det. Tager initiativ til nye aktiviteter til glæde for os alle. Håber at det kan fortsætte sådan.
- Bestyrelsen for at tage ansvaret, den gode tone og for at se løsninger frem for begrænsninger.
- Dem der gør så fint rent, webmaster, maskinsmører, blomster vander og de praktiske grise. Det er dem, vi ringer til, når noget skal fixes og så gør de det.
- Dirigent og revisorer af vores omfangsrige regnskab. Det er også et stort ansvar.
- Og ikke mindst og det det hele drejer sig om - alle vores medlemmer, som træner fra tidlig morgen til sen aften.

Generalforsamling i Gadstrup Motion
6. marts 2023 kl. 19:30



Bilag 2: Regnskab

Generalforsamling i Gadstrup Motion

6. marts 2023 kl. 19:30

GADSTRUP MOTION

Regnskab

GADSTRUP MOTION

DRIFTSRESULTAT		31 12 22	31 12 21	Specifikationer		
	Indtægter fitness	864.539	653.494			
	Tilskud	110.221	14.194			
	Indtægter i alt	974.760	667.688			
	Lokaleudgifter	209.099	164.214	Investeringer	2022	2021
	Administrationsudgifter	98.490	80.757	Spinning	58.956	73.909
*	Aktivitetsudgifter	623.655	461.203	Fitness	256.405	221.416
	Omkostninger i alt	931.244	706.174	Crossfit	14.287	40.754
	Renteudgifter	727	174	Nøglebrikker mm	37.379	
	DRIFTSRESULTAT	42.789	-38.660	Bordtennis	16.350	
				Anskaffelser i alt	383.377	336.079
				Øvrige aktivitetsudgifter	2022	2021
	STATUS	31 12 22	31 12 21	Uddannelse	36.576	22.700
	Bankindestående	132.025	223.086	Blade, musik og tøj	106.424	42.446
*	Tilgodehavender	40.049	41.183	IT og hjemmeside	32.224	20.886
	Inventar og maskiner	1.021.887	1.021.887	Vedligeholdelse	28.650	21.675
	Afskrivninger	-1.021.887	-1.021.887	Arrangementer	36.404	17.417
	AKTIVER i alt	172.074	264.269	Øvrige udgifter i alt	240.278	125.124
*	Skyldige poster	12.881	47.865	* Aktivitetsudgifter i alt	623.655	461.203
	Egenkapital i alt	159.193	116.404			
	PASSIVER I ALT	172.074	164.269			
	Ferieløn og A-skat	2.141		Kreditorer forudbetalt	22.345	
	Indbetalt 12 timers spin	950		Tilgode hos nets	14.180	
	udlæg jul- og nytårsfester	9.790		Tilgode hos medlemmer	3.524	
	* Skyldige poster	12.881		* Tilgodehavender	40.049	

Leasingforpligtelser		Bemærkninger til regnskabet for 2022	
Fitnessudstyr	27 mdr a 18.514	499.878	
		2022 har været et godt år for Gadstrup Motion	
Aktive medlemmer 31/12		Der er indbetalt næsten 1 million (974.760 kr.) og der er 633 medlemmer ved udgangen af 2022 - det største antal siden start! Driftstilskud fra Roskilde kommune på 41.112 som blev tilbagebetalt i 2021 har vi modtaget som coronatilskud i alt 45.124 kr.	
Bestyrelse	9	Spinnercyklere er færdigbetalt i september 2021 efter corona i 2021 har instruktørerne købt tøj for ca 50.000 mere end i 2021.	
Instruktører	32	Huslejen er for 12 mdr i 2022 og 2021 var der lukket i 4 mdr. hvor vi ikke betalte husleje.	
IT, service og rengøring	10		
Medlemmer over 24	421		
Medlemmer 14 - 24 år	132		
Medlemmer 12 - 14 år	13		
Power walk	6		
Bordtennis	10		
medlemmer i alt 2022	633		
medlemmer ultimo 2021	527		

Lotte Mouritzen
Revisor

Walther Østerstrøm
Kasserer

Jesper Mathiasen

Charlotte Gade Olsen

Dorte Pilegaard
Revisor

Jimmy Boa
Næstformand

Tommi Gadbert

Villy Petersen
suppleant

Merete Olsen
Formand

Lars Ellekjær

Dorrit Dilling-Hansen

Generalforsamling i Gadstrup Motion

6. marts 2023 kl. 19:30

**GADSTRUP
MOTION**

2022 specifikationer

Konto	Saldo pr.	31 12 22	31 12 21
1020	Indtægter Motion	794.469	430.437
1030	Andre indtægter Fitness	7.100	172.798
1050	Indtægter Ungdomsfitness	18.889	13.985
1070	Indmeldelses gebyr, nøgler, mm	36.600	30.150
1080	Salg tøj, pulsbælter, mm	7.481	6.124
1090	Indtægter GM i alt	864.539	653.494
1145	Aktivitetstilskud Roskilde Kommune	58.420	41.904
1146	Driftstilskud Roskilde Kommune	45.124	-41.112
1147	Leder/træner tilskud RIU	6.677	13.402
1190	Øvrige Indtægter i alt	110.221	14.194
1990	Indtægter ialt	974.760	667.688
2040	Leje af hal	84.838	63.305
2070	Drift og vedligeholdelse	0	9.425
2200	Forsikringer	9.560	23.563
2300	Rengøring af lokaler	85.916	48.017
2310	Rengøringsartikler	28.785	19.904
2390	Lokaleudgifter i alt	209.099	164.214
2410	Småanskaffelser	0	3.397
2435	Globus Data - halbooking	21.993	20.716
2440	Kontorartikler	6.406	272
2450	Udgifter møder	1.193	2.537
2470	Forsikringer	20.219	19.999
2480	Gaver	36.682	23.228
2490	Gebyrer	11.997	10.608
2599	Administration i alt	98.490	80.757
2610	Koda afgift	16.727	11.338
2615	Hjemmeside og IT	32.224	20.886
2624	Uddannelse instruktører	36.300	22.495
2627	Rejse og ophold	276	205
2636	Instruktørrangementer	24.272	9.142
2637	Medlemsarrangementer	12.132	8.275
2640	Beklædning instruktører	62.712	13.228
2645	Blade, musik - instruktører	26.986	17.880
2650	Anskaffelser	383.377	336.079
2660	Service og vedligehold Maskiner	28.650	21.675
2699	Aktivitetsudgifter i alt	623.655	461.203
2700	Omkostninger i Alt	931.244	706.174
2871	renteudgift	727	174
4990	Driftsresultat	42.789	-38.660
6022	Nordea bank	132.025	223.086
6029	Tilgodehavender	40.049	41.183
6310	Inventar Fitness	464.914	464.914
6320	Inventar Indoor cyckling	556.973	556.973
6350	AFSKRIVNING	-1.021.887	-1.021.887
6990	Aktiver ialt	172.074	264.269
7001	Skyldig løn, am & ferieløn	2.141	1.091
7010	Skyldige poster	10.740	46.774
7015	Lån Asfaltspecialisterne	0	100.000
7050	Driftsresultat	42.789	-38.660
7500	Egenkapital	116.404	155.064
	Egenkapital ultimo	159.193	116.404
7990	Passiver ialt	172.074	264.269
9000	Balance	0	0

Generalforsamling i Gadstrup Motion
6. marts 2023 kl. 19:30

	2022	2021
beklædning instruktører		
9 instruktører		13.228
25 instruktører	43.761	
TDF og prøver	18.951	
i alt	62.712	13.228

investeringer		
leje cykler	58.956	73.910
leje fitness	222.168	221.416
fitness	31.123	40.754
crossfit	1.089	
bordtennis	16.350	
nøgler	37.379	
info TV	11.975	
tavle, mm	1.937	
netværk	2.400	
i alt	383.377	336.080

lårmaskine	23.750
instruktør pc	5.499
MIB mediaplayer	4.338
andet udstyr	7.167
i alt	40.754

service maskiner		
spinning	17.333	21.675
fitness	8.317	
bordtennis	3.000	
i alt	28.650	21.675

Generalforsamling i Gadstrup Motion
6. marts 2023 kl. 19:30

Bilag 3. Budget 2023

Budget for året 2023

	ARET	jan	feb	mar	apr	maj	jun	jul	aug	sep	okt	nov	dec
Medlemsindbetalinger	800	60	60	60	60	60	50	50	80	80	90	90	60
Tilskud	20		20										
Indtægter i alt	820	60	80	60	60	60	50	50	80	80	90	90	60
Lokaleudgifter	222	20	15	20	12	20	15	20	20	20	20	20	20
Fitness investering	300	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Crossfit investering	20			5			5			5			5
Spinning investering	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Andet	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Aktivitetsudgifter i alt	440	35	35	40	35	35	40	35	35	40	35	35	40
Administration	112	30	3	3	7	3	3	7	3	3	7	3	40
Renter	6									6			
Udgifter i alt	780	85	53	63	54	58	58	62	58	69	62	58	100
Driftsresultat	40	-25	27	-3	6	2	-8	-12	22	11	28	32	-40

Ultimosaldo i banken	223	198	225	222	228	230	222	210	232	243	271	303	263
----------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Leasing fitnessudstyr	Pr. måned	Pr. år i alt	Rest ultimo 2023
	18.514	222.168	15 mdr 277.710