



Løbeklubsmøde 2011 Referat

Tirsdag d. 15. november 2011 kl. 20⁰⁰ - 21³⁰ i klubhuset.
32 fremmødte til mødet.

Dagsorden:

- Pkt. 1 – Valg af dirigent og referent.
- Pkt. 2 – Beretning ved Formanden.
- Pkt. 3 – Fremlæggelse af regnskab.
- Pkt. 4 – Fremlæggelse af budget.
- Pkt. 5 – Forslag.
- Pkt. 6 – Valg af formand for 2 år.
Der skal ikke vælges formand i år.
- Pkt. 7 – Orientering om fremtiden.
- Pkt. 8 – Eventuelt.

Ad. Pkt. 1. Valg af dirigent og referent:

Fleming dirigent

Vibeke Referent.

Ad. Pkt. 2. Beretning ved Formanden:

Siden sidste års løbeklubsmøde har klubben været inde i en rygende udvikling. Vi er gået fra 56 medlemmer fra sidste års Løbeklubsmøde, og til pt. 132 medlemmer, fordelt på 121 senior og 11 ungdom, meget flot. Det må jo siges, at det er meget tydeligt, at der er behov for en løbeklub i Nørre Alslev, og mon ikke fremtiden byder at vi bliver endnu flere.

Trænerne har været meget flittige, og især nu efter det sidste begynderhold startede, er der flere der er nød til at træne 2 gange på en aften, først på begynderholdet kl. 18.00 og bagefter på deres eget hold kl. 19.00, så stor tak skal lyde til trænerne, for



Nørre Alslev Løbeklub



at de vil bruge så meget af deres tid her i klubben. Nu er det jo ikke kun træning tiden går med, alle vores trænere har været på kursus, og pt. har 4 gennemført DGI's træneruddannelse. Mon ikke året 2012 giver flere helt uddannede trænere.

Vinteren var lang og til tider rigtig barsk, men det forhindrede ikke en del gæve løbere i at fortsat møde til træning 2 gange om ugen. Mange frygter vinteren og de til tider glatte og snefyldte veje og fortove, men hvis man løber med fornuften, og er ekstra agtpågiven ved de glatte områder, er det såmen ikke spor "farligt", men derimod en flot og frisk tur man ikke vil være foruden. Håber I vil møde op til træning på trods af sne og frost.

Sidste vinter, vil nogen måske have hørt, at Wendy som var træner, desværre trådte forkert og brækkede sin ankel 2 steder. Det var et pokkers ærgerligt uheld, der desværre har gjort at Wendy ikke er kommet på løbeben endnu. Det er til alt held meget sjældent, at der er nogen der kommer til skade, og stor tak til vores skaber for det. Wendy's uheld kunne lige så godt være sket om sommeren, Så ingen grund for at have en bekymring for at løbe om vinteren.

Da årets sidste dag meldte sin ankomst, var der sørme 2 friske NALK-løbere der lige syntes de skulle løbe en halvmaraton før nytårsfesten. De deltog i et arrangement i København som hedder socialmarathon. I det nye år har NALK-løber deltaget i flere store løb bla. BT kvart- og halvmaraton, Klinteløbet, Powerrade, Eremitageløbet og en del andre mindre løb, som vores gode naboklubber afholder, og ikke at forglemme vores eget løb: Byfestløbet som i år desværre led under, at byfesten ikke blev til noget, og vejret var lidt hård ved os. Det stod ned i tove 2 timer før løbet, så folk havde ikke meget lyst til at komme til Nørre Alslev, så vi var kun ca. 60 til løbet. Ærgerligt når det nu var det fineste tørre og dejlige vejr under løbet.

Den 8. marts fejrede vi vores 1. års fødselsdag. Den blev holdt på Nørre Alslev Skole, hvor vi havde et lagkage løb, som gik ud på først at hente ingredienserne og derefter at lave lagkager, og til sidst spiste vi dem. Stort set alle handlende i byen havde sponsoreret en gave til vores tombola, og 2 damer fra Sundhedscenter Nyk. F. var med en stand og demonstrerede fivefingers sko.

Der blev i år startet 3 nybegynder hold, noget der har været en stor succes, og med det sidste hold var det lige før at succesen blev for stor. Over 40 personer mødte op første aften. Rigtig flot. I alt er der startet 73 personer op som nye løbere i NALK i år. Bravo til dem.

Taberhold blev der også startet op, og sommerens store taber er kåret. Spændende hvem der bliver efterårets store taber.

Vi har været med til at starte en Dialog gruppe op, hvor alle vores gode kollega klubber er repræsenteret, primært for at kunne høste af hinandens erfaringer, men også for at planlægge arrangementer, så vi ikke dobbelt booker en weekend med løb. Ligeledes kan der arrangeres store løb på tværs af klubberne. Et etapeløb er i støbeskeen.



Nørre Alslev Løbeklub



Slutteligt vil jeg gerne takke trænerne endnu engang for deres store indsats, og tak til alle Jer løbere, fordi I slutter så pænt op om vores klub.

Ad. Pkt. 3. Fremlæggelse af regnskab:

Jan fremlægger årsregnskabet, Andreas kommenterer at det er flot.

Jan takker vores hovedsponsor Tasko på vegne af løbeklubben.

Jan fortæller at regnskabet er til orientering og derfor ikke skal godkendes på mødet.

Ad. Pkt. 4. Fremlæggelse af budget:

Jan fremviser budgettet og forklarer udgifterne.

Ad. Punkt 5. Forslag:

Ingen indkomne forslag.

Ad. Punkt 7. Orientering om fremtiden:

Børneholdet holder vinterpause.

Gåholdet er en begrænset succes. Dette er også tilfældet i naboklubberne, måske fordi der findes mange lignende tilbud.

Gåholdet holder derfor vinterpause.

Begynderholdet: Der oprettes et i det nye år, når der er trænerkapacitet til dette stadig med Mitzie ved roret.

Tirsdag klokken 18 er der et 4 km – 9/11 min/km. hold som Mitzie og Birger styrer.

Klokken 19, som er normal træningstidspunkt:

Børnehold (holder pause til foråret) - Frank

5 km – 8 min/km. – Mitzie

5 - 10 km – 7/8 min/km. – Vibeke

5 - 10 km – 6.5/7 min/km. - Birger

5 - 10 km – 6/6.5 min/km. – Jan

10 km – 6/6.5 min/km. – Flemming



Nørre Alslev Løbeklub



10 km – 5.5/6 min/km. – Brian

Torsdagstræning, som tirsdagstræning. 1 gang om måneden interval, stigningstræning, fartlege, bakkeløb mm.

Uanset hvad jeres baggrund er, kan i alle være med.

Jan fortæller lidt om de forskellige typer løb.

Alle lyttede meget interesserede.

Jan fremviser listen over klubbens A-løb.

Nisseløb i Nørre Alslev – 18. december.

BT Kvant- og Halvmarathon – 22. april.

Klinteløbet – 10. juni.

Eremitageløbet – 7. oktober.

Powerade.

Vores eget løb – Byfestløbet.

TV2 Øst løbet.

Hamborgskovløbet.

Kartoffelløbet.

Guldborgsundløbet.

Gåsetårnsløbet.

Idestrupløbet.

DHL (måske, hvis vi kan finde et firma ☺)

København Marathon.

Støt så vidt muligt, alle vores gode kollega klubbers løb ☺

Jan fortæller lidt om de forskellige løb.

Det bliver afsløret, at flere af klubbens medlemmer drømmer om at løbe et maraton, dette vil klubben støtte op om så vidst det er muligt.

Mitzie opfordrer løberne til at aftale at tage sammen til løb og mødes i klubben. Dette giver en energiindsprøjtning.

Ad. Punkt 8.



Nørre Alslev Løbeklub



Jens fylder 50 år i morgen og sender derfor flødeboller rundt. Stort TILLYKKE fra os alle sammen ☺

Hanne roser trænerne for deres store indsats, entusiasme og gode humør.

Mødet sluttede kl. 21.05, Dirigenten takkede for god ro og orden under mødet.