Allerød Atletik og Motion Marts 2025

# Formandens Beretning for 2024

## 50 års jubilæum

2024 var jubilæumsår for vores forening.

I 1974 blev atletik udskilt fra Gymnastikafdelingen i LIF (Lillerød Idræts Forening) til en selvstændig afdeling: LIF Atletik.

Nogle år senere blev Lillerød Idræts Forening opløst som hovedforening og LIF Atletik fortsatte som en selvstændig forening. I 2003 blev navnet ændret fra LIF Atletik til Allerød Atletik og Motion.

Vi markerede 50 året for vores forening med et jubilæumsarrangement lørdag den 23. juni, hvor vi startede med et atletikmærkestævne om formiddagen for vore unge atleter, efterfulgt af et "opvisningsstævne" hvor ældre atleter kunne demonstrere deres måske lidt rustne færdigheder indenfor spydkast og andre discipliner. Til slut var der stafet for alle generationer med 5 mandshold: 2 x 5 x 100 m. Det var en festlig afslutning med ca. 75 deltagere, inden alle kunne gå til den fine buffet, som var stillet frem i og omkring Atletikhuset. Vejret var godt og alle kunne spise udenfor. Der var et flot fremmøde med 55 deltagere i buffeten, spændende fra de nuværende unge atleter med forældre til de modne atleter helt fra foreningen start i 1974.

Ifm forberedelsen af jubilæet fik vi lavet en oversigt over alle bestyrelsesmedlemmer gennem de 50 år, og mange af dem mødte til vores store glæde frem på dagen. Listen er vedhæftet denne beretning.

## Bestyrelse og administration

Vores eksistensberettigelse er "atletik og Motion" og de hertil hørende aktiviteter på stadion og i vore skønne nærtliggende naturområder.

Men en forudsætning herfor er, at den bagvedliggende administration fungerer både effektivt og uden unødigt træk på frivillig arbejdskraft.

Vi bruger holdsport.dk til kalender, medlemsadministration, kontingentopkrævning, kommunikation med medlemmerne om både sportslige og sociale aktiviteter m.m. Det er en meget stor lettelse, så vore frivillige kræfter kan fokusere på vores væsentlige aktiviteter.

Det forudsætter imidlertid en høj disciplin blandt medlemmerne:

- Nye medlemmer skal straks melde sig ind via Holdsport.
- Hvis man har problemer med at bruge / få adgang til holdsport, skal man straks få det løst.
- Ved sociale arrangementer og stævner, hvor det er vigtigt for arrangørerne at kende deltagerantallet, skal man sørge for tilmelding inden den angivne frist.
- Man skal læse beskeder og i givet fald respondere herpå.

Svigt her trækker unødige kræfter ud af vores frivillige, både på den administrative og på den sportslige side.

Det er her en stor hjælp, at Peer Rosenmejer som både administrator og superbruger på holdsport.dk ofte træder til med hjælp til brugere, der søger hjælp til selvhjælp.

Jeg vil også gerne takke Reza Nikbakht for hans uvurderlige varetagelse af posten som kasserer, hvor han både proaktivt og selvstændigt håndterer alle opgaver omkring vores økonomi, samtidig med at han via vore bestyrelsesmøder sikrer den indsigt i økonomi og regnskab, som en bestyrelse skal have.

Også tak til Gitte Hansen, som trådte til som sekretær ved GF i 2024 og har sørger for administration omkring vore bestyrelsesmøder.

**Ungdomsafdelingen**

I 2024 har ungdomsafdelingen fået nye trænere. Frem til sommeren 2024 var Mads, Laura, Alma, Sebastian og Lisa trænere, men ingen af dem havde mulighed for at fortsætte efter sommerferien – og med dem forsvandt en masse engagement og viden om atletiktræning, som umiddelbart var svær at erstatte. Det er heldigvis lykkedes at få nye trænere til at træde til, og træner-teamet består i dag både af unge trænere - Camille og Simon - og desuden Karl Elkjær, Birgitte Pedersen, , Jens Toft Ellerød og Simone Gramsbergen, som er forældre til børn i klubben.

Alle trænere tog imod klubbens tilbud om DGIs børnetrænerkursus, som blev afviklet på stadion den 1. september 2024 – og det gav både viden om atletiktræning og inspiration til øvelser, som alle trænere har haft stor glæde af i arbejdet med at lære børnene de enkelte atletikdiscipliner og give glæden ved atletik, leg og bevægelse videre.

Simone har desuden sørget for at lægge træninger, stævner og andre arrangementer på "Holdsport". Og ikke mindst, så har Simone sørget for, at vore unge er kommet afsted til stævner i et omfang, som vi ikke har set i flere år. Stor ros til Simone.

Ved vores netop afholdt nytårskur blev der uddelt atletikmærker til mange børn i forskellige aldre - og også gavekort til Intersport, som en anerkendelse til børn, som havde sat en ny klubrekord.

Jeg vil også gerne fremhæve Karl, som en drivende kraft i planlægning og gennemførelse af træningen, så der normalt vil være tre trænere til hver træningssession, dog kun en til den udendørs træning om torsdagen i vinterhalvåret. Her det Karl, som møder trofast op hver torsdag aften.

Der er pt. 33 antal børn, som er tilmeldt atletik, men det bør overvejes, hvordan man kan tiltrække flere medlemmer og gøre opmærksom på tilbuddet om at gå til atletik. I flere år blev der med stor succes afholdt en atletiksommerskole, som bidrog til kendskabet til klubben og som mange børn deltog i. Med den nuværende træner-besætning må vi tænke kreativt for at kunne bemande sommerskolen, ligesom vi må forsøge med andre tilgange for at tiltrække nye medlemmer.

Efter sommerferien vil der igen være udskiftning i trænerstaben – og derfor tænkes der allerede nu på, hvem vi kan række ud til, så vi kan bevare en trænerstab på 5-6 personer.

Alt i alt så har ungdomsafdelingen gennemgået en stor forandring i 2024 på grund af trænerskiftet, men vi har også oplevet et stort engagement fra de øvrige forældre, som bistår til mærkestævner, tager til atletikstævner mv. og det er vigtigt, at vi påskønner deres engagement og italesætter, at den frivillige indsats er rygraden i enhver forening – og at deres indsats skaber glæde blandt alle børnene i klubben.

Vi har i mange år haft en ugentlig træning indendørs Blovstrødhallen i vinterhalvåret: mandage kl. 17-19. Udendørs træner vi tirsdage og torsdage, dvs. andre ugedage, hvilket betyder, at vi ved

overgangene i efteråret og omkring Påske ofte mister nogle medlemmer, fordi tiderne kolliderer med andre af deres aktiviteter. Vi har defor i flere år forsøgt at ændre vores træningstid i Blovstrødhallen til torsdag, men det har hidtil ikke været muligt. Også her i foråret 2025 forsøger vi med henblik på sæsonen 2025-26, og Birgitte Pedersen er her trådt hjælpende til med en aktiv indsats.

**Seniorafdelingen**

Seniorafdelingen består af en lille trofast skare på ca 15 medlemmer, hvoraf en mindre del møder frem ret trofast tirsdag, torsdag og lørdag til løb, cykling eller vandring efter forudgående koordinering. Det sociale samvær er en væsentlig komponent og den månedlige fælles frokost i Atletikhuset efter motionen er månedens højdepunkt. Frokosten arrangeres på skift mellem deltagerne og det gastronomiske niveau er ganske højt.

**Nogle ting vi kan være stolte af og glade for**

Vores hjemmeside (allerodatletik.dk) er nødlidende og holdes kun nødtørftigt i live af formanden. Heldigvis har Jens Toft Ellerød nu meldt sig til posten som web-administrator.

Derimod fremtræder vi flot på de sociale medier- både Facebook og Instagram, hvor Simone Gramsbergen sørger for hyppige opdateringer med korte fakta og masser af fantastiske billeder, så både medlemmer og andre interesserede kan følge med i vore aktiviteter.

Atletikhuset er også en meget værdifuldt komponent i vores klubliv. Her kan både vore unge og ældre mødes i det store rum og køkkenet med alt nødvendigt udstyr gør det muligt at lave mad til fællesspisning eller varm kakao til vore ungeatleter efter en regnfuld træningssession en kold og mørk efterårsaften.

Vi passer også godt på både inventar og bygning i det hele taget, med god hjælp af nogle "oldfruer" i vores medlemskreds.

**Medlemstal**

Vores medlemstal er 65 ultimo 2024 mod 74 ultimo 2023.

**Økonomi**

Jeg henviser her til regnskabet.

**Fremtiden**

Jeg vil som nævnt sidste år gerne afløses på formandsposten, men ønsker primært at trappe ned på ungdomsarbejdet, som for mig er og har været er den store tidsforbruger. Jeg er på valg i år og ser gerne en afløser.

**Afslutning**

Sluttelig vil jeg takke vores sponsorer. Intersport Allerød, har i starten af 2024 doneret et pænt stort beløb baseret på de bon'er, som klubbens medlemmer afleverer til os efter indkøb hos Intersport

Olav Holst / Marts 2024

Allerød AM

Liste af bestyrelsesmedlemmer i foreningens 50 årige historie

# AAM 50 år 1974-2024

| Formænd | | | Kasserer | | | Sekretær | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| 1974 | Erik Christiansen | | 1974 | Knud Frederiksen | | 1974 | John Hansen |
| 1975 | Mogens Jørgensen | | | | | | |
| 1978 | Erling Nørgaard | | 1978 | Michael Kaspersen | | 1980 | Stig Hjermin Pedersen |
| 1982 | Flemming Johansen | | 1982 | Inge Sørensen | | 1982 | Toni Strøbæk |
| | | | | | | 1983 | Winnie Johansen |
| | | | | | | 1984 | Maja Olsen |
| 1985 | Stig Hjermind Pedersen | | | | | | |
| | | | 1986 | Flemming Aanæs | | | |
| 1987 | Flemming Aanæs | | 1987 | John Kissow | | | |
| | | | | | | 1988 | Gitte Gandrup |
| | | | 1989 | Ib Hansen | | | |
| | | | | | | 1990 | Helle Grunert |
| | | | 1991 | Elsebeth Christiansen | | | |
| | | | 1992 | Elisabeth Mortensen | | | |
| 1994 | Benny Ravn | | | | | | |
| | | | | | | 2000 | Eva Holst |
| 2001 | Michael Vogel | | | | | | |
| 2011 | Kasper Ladefoged | | | | | | |
| 2013 | Lene Ravn | | | | | | |
| | | | | | | 2018 | Maja Olsen |
| 2019 | Jesper Borrisholt | | | | | | |
| 2021 | Olav Holst | | | | | | |
| | | | 2022 | Reza Nikbakht | | 2022 | Lene Eide Johnsen |
| | | | | | | 2024 | Gitte Steen Hansen |