



Referat

17 medlemmer og 2 instruktører

Forud for generalforsamlingen genvalgte Sonny Andersen til deltagerrepræsentant i bestyrelsen jf. vedtægternes § 6.

1. Valg af dirigent og referent

Lene Pearlman valgtes til dirigent og HC Bærenholdt til referent.

Dirigenten konstaterede, at generalforsamlingen var lovlig indkaldt (min. 4 ugers varsel og der blev indkaldt 17. februar) og beslutningsdygtig.

2. Bestyrelsens beretning til godkendelse

Formand Helge Hansen aflagde beretning:

Det er jubilæumsår i år, så jeg vil bruge beretningen til at se lidt tilbage på foreningens første 10 år.

Ved starten i 2005 var vi blot 30-40 medlemmer. Den daværende bestyrelse ville have en lille forening, hvor alle kendte alle. Jeg blev formand i 2008, og jeg mente så mange som muligt burde have muligheden for at træne i SOS. I 2009 var medlemstallet steget til 86, og siden er det steget – vi er nu oppe på 103, der træner én eller flere gange om ugen i SOS – halvdelen træner på Østerbro og resten fordelt på Vesterbro, Nørrebro, Vanløse og Ryparken.

Foreningens start:

De unge idrætsstuderende, der startede foreningen, havde en heldig hånd med at

- anlægge foreningen på aftenskolebasis, hvilket gav mulighed for forskellige kommunale tilskud
- ikke bruge autodidakte instruktører, men udelukkende rekruttere instruktører blandt andre idrætsstuderende- det gav en bedre træningskvalitet
- bruge motion på recept og samarbejde med forebyggelsescentrene – det gav mulighed for gratis lokaler og udstyr i den tid, hvor centrene ikke selv brugte lokalerne.

Aldersmæssigt er gennemsnitsalderen på holdene fra 47,6 til 71,1 år – alle medregnet 59,9.

Der er 3 specielle ting fra det forgangne år, som jeg gerne vil fremhæve:

- I. Beslutningen om at ændre forebyggelsescenter Østerbro til et sundhedshus og den deraf følgende udflytning af Østerbrohold til Sølund.

Selvom træningsforholdene på Sølund ikke er ideelle, så var det en god løsning, for ellers havde vi manglet træningsplads til halvdelen af vore medlemmer, og det kunne have betydet lukning af foreningen, men vi vil glæde os til at komme tilbage til et renoveret og nyt sundhedshus Østerbro med 2 træningssale til december. Jeg har været til møde om det sidste uge, og man regner stadig med indflytning første uge i december.

- II. Foreningens næststørste træningssted er blevet Vesterbro. Fra at være ét hold på 12-14 deltagere, steg det pludselig til 19-20 deltagere, og vi måtte starte et hold mere på Vesterbro.

Jeg har spurgt ledelsen på Vesterbro om, hvad de har gang i og også talt med nogen af deltagerne – svaret er enkelt: Camilla

En stor tak til hende for en fremragende indsats.

- III. Et forslag fra 2 instruktører (Ida og Mads) om at koble kost sammen med motion, hvilket gav starten på et forsøgshold i form af en tre-trins-raket med et almindeligt motionshold, en del hjemmetræning og en kostdel, med samtaler om kost, måling af resultater. Holdet består af 6 deltagere, der i alt til nu har tabt 47,5 kg og fået reduceret taljemål med 47 cm – højeste væggtab= 13,1 kg – gennemsnit 7,9 kg – største taljemålreducering 12 cm – gennemsnit 7,8 cm.

Når forsøget er færdigt til april, vil bestyrelsen evaluere det, men så vidt jeg har kunnet se på de 2 bestyrelsesmedlemmer, der er med i forsøget, så er de begge blevet mindre og hurtigere og har fået andre kostvaner – så tak til Ida og Mads for initiativet og arbejdet. Jeg vil slutte med at takke mine bestyrelseskolleger og vores instruktører for året, der er gået. Beretningen blev godkendt.

3. Forelæggelse af det reviderede regnskab for 2014 til godkendelse

I fravær af kasserer Peter Gaardsdal gennemgik HC Bærenholdt det reviderede regnskab. Foreningen har haft en samlet indtægt på kr. 339.186 og udgifter på kr. 358.229, hvilket giver et underskud på kr. 19.043. Foreningen har herefter en egenkapital på kr.37.803 jvf. side 11 og 10 – uddelt kopi fra revisionsårsrapporten. Revisor oplyser, at revisionen ikke giver anledning til forbehold. Regnskabet blev godkendt.

4. Bestyrelsens forslag til budget for det kommende år til godkendelse

HC Bærenholdt gennemgik budgettet for 2015, der viser indtægter på kr. 380.600 og udgifter på kr. 403.700. Dette vil indebære et underskud på kr. 23.100. En del af underskuddet skyldes at vi i 2015 har brugt kr. 10.000 i forbindelse med jubilæum og kr. 7.000 til trøjer til alle. Underskuddet kan mindskes ved større tilslutning/flere deltagere på holdene. Budgettet blev godkendt.

5. Indkomne forslag

Der var ingen indkomne forslag.

6. Valg af formand for 2 år

Helge Hansen blev genvalgt for en ny 2 årig periode.

7. Valg af øvrige bestyrelsesmedlemmer for 1 år + instruktørrepræsentant

Niels Holt, Stig Kring og HC Bærenholdt blev genvalgt – derudover valgtes også Susan Kahraman. Christian Stampe er instruktørernes repræsentant det kommende år.

8. Valg af 2 suppleanter til bestyrelsen for 1 år

Michael Mammen og Jesper Pedersen meldte sig og blev valgt.

9. Valg af revisor og kritisk revisor jf. vedtægternes § 7

Revisorfirmaet TT Revision genvalgtes som revisor, og Randi de Lemos valgtes som kritisk revisor.

10. Eventuelt

Merete Raaschou efterlyste muligheden for endnu lavere pris/større pensionistrabat samt at beretningen kom med ud med indkaldelsen.

Jesper Pedersen havde et ønske om at regnskab og budget kommer ud med indkaldelsen samt en anden mødedag end fredag.

Naomi Stearns mente, hvis alt kom ud, var der ingen nysgerrighed, og dermed mindre fremmøde.

Formanden og dirigenten afsluttede med tak for god ro og orden.

HC Bærenholdt
Referent

Referatet godkendt den 28. marts 2015
Lene Pearlman
Dirigent