

Næstved Senior-Motion

Møde mellem Instruktører og Bestyrelsen,
torsdag, den 16. marts 2017, kl. 12.00 -16.00

Sted: NIF`s klublokale, v./boldbaner overfor hal 1, Rolighedsvej, 4700 Næstved

Mødedeltagere:

Tai Chi & Qi Gong v. Aase S.C.- Crockett v. Preben & Niels

Gymnastik v. Marianne, Mogens, Inge, Henning, Ingvar, Kirsten L. C., Rita S.

Svømmehal v. Erik, Bent Christensen, Anne B. J., Helle, Kirsten, Anne-Mari, Lars, Bruno, Erik H., Steen B.

Cykeltur: v. Kirsten, Gurli

Stavgang v. Tove, Herdis, Solveig, Signe P., Sonja, Erik, Kirsten M., Pearl,

Øvrige: Per, Karen, Lisbeth, Bent S., Steen J. (Bestyrelse)

Afbud fra: Signe L. (Bowling)- Carrie (Line & Square Dance) - Inge Margrethe (Gymnastik), -

Steen B. & Irene S.(svømning) -Irene A & Irene M (Stavgang) - Finn (Bestyrelsen)

	REFERAT: v. Signe Pedersen
1. Velkomst – præsentation af evt. nye medlemmer.	<i>Formand Bent bød alle velkommen. Gave blev overrakt til Aase i anledning af hendes fødselsdag.</i>
2. Godkendelse af referat. (fra mødet i september 2016)	<i>Godkendt. Der var ingen bemærkninger til september referatet.</i>
3. Tilbageblik på efterår /vinter aktiviteterne. <ul style="list-style-type: none">• Evaluering af Aktiviteterne.	<p><i><u>Svømning v. Anne:</u> Mange deltog i juleafslutningen hvor der blev serveret æbleskiver og gløgg. Vintersæsonen afsluttes den 24. & 28.april med vin og småkager. (10 kr. pr. deltager). Vagtplanen mellem deltagerne blev fordelt på møde den 2.jan.</i></p> <p><i>Der er rigtig mange medlemmer som deltager i svømning såvel mandag og fredag – ca. 70 pr. hold. Der er forsat ikke fundet nogen løsning for at undgå kollision mellem rygsvømmere og alm. svømmere. Saunagus hver 14. dag er forsat et hit, her møder mange frem.</i></p> <p><i><u>Gymnastik v. Marianne:</u> Perioden har været præget af mange gæsteinstruktører.</i></p> <p><i><u>Skånegymnastik v. Henning:</u> Faldende medlemstal over de sidste to år. Hvordan kan man rekruttere nye medlemmer? Måske bruge hjemmesiden og opslag på sundhedscenteret?</i></p> <p><i><u>Spil v. Karen:</u> Havde optalt 150 medlemmer som spillede i hallen i dag efter gymnastikken.</i></p> <p><i><u>Bordtennis v. Lars:</u> Udtrykte glæde og takkede for de to nye borde, der er indkøbt til de ca. 25 spillere. Der er nu 6 borde til de 7 kvinder og ca. 19 mænd som spiller bordtennis.</i></p> <p><i><u>Tai Chi & Qi Gong v. Aase:</u> Rigtig mange medlemmer deltager i de to aktiviteter. Deltagerne er gode til at fordele sig i rummet og generelt er der en god stemning under seancerne. Aase udtrykker glæde over det gode samarbejde, hun har med Carrie. Der har været afholdt to workshop a`1 times varighed. Der deltog mellem 30 og 40 deltagere. Stemningen var god og der blev udvist stor spørgelyst. Lokal kinesisk læge deltog i nr. to Work shoppen. Der afholdes sæsonafslutning den 25/4 med spisning på den kinesiske restaurant. Aase forespurgte om oprettelse af ekstra hold.</i></p>

<ul style="list-style-type: none"> • Evaluering af Nytårskuren 	<p><i>Tilkendegivelser til/om nytårskuren:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Godt arrangement. • Januar måned er et fint tidspunkt. • Må gerne gentages.
<p>4. Udkik til forår/sommer & efterårs sæson 2017 / 2018.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktivitetsplan for senior motion. • Herunder plan for Ferielukning. • Sommerfest ansvarlig efterlyses. • Medlemskontrol – hvordan? Hvornår? • Rekruttering instruktører 	<p><i>Niels og Preben undersøger om petanque og krocket tidsrummet skal ændres fra 2018. Renovering af skuret aftalt med Næstved kommune, som sørger for reparation af taget. Seniorsport står for malerarbejdet. Årsplanen blev gennemgået. Drøftet muligheder for afholdelse af julefrokost – stedet skal rumme 300 mennesker. Bestyrelsen vil drøfte hvordan ansvaret/opgaven fordeles if. til petanque/vikingspil. Fælles Ferielukning blev drøftet og forsætter i den nuværende form, med at lukke ned i faste uger/dage hen over året. Følgende principper efterleves:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Såfremt der er ændringsforslag for afholdelse af aktiviteten, aftales dette konkret med formanden. • Ændringer må ikke stride mod lokale planlægningen. <p><i>Bent vil efterlyse personer, som vil have opgaven som sommerfest ansvarlig via opslag på hjemmesiden. Hører gerne fra deltagerne, hvis der er nogen, som vil have tjansen. Følgende ideer fremkom omkring kontrol: Udøve kontrol efter og ikke før gymnastikken. Udøve kontrol i de små grupper. Instruktører udfører kontrollen. X antal instruktører melder sig selv som kontrollør. Medlemmer udstyres med skilte med årstal.</i></p> <p><i>Der blev sagt om Rekruttering:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Brug for en ekstra indslusningsmodel for nye instruktører. • Anvende en "føl" model når nye indlemmes. • Giv frivillige chancen for at afprøve instruktør opgaven. • Bruge frivillige eller betalende instruktører! • Andre krav og forventninger fra medlemmer til betalte aktiviteter. • Fastholde frivilligheds princippet. • Uddannelse – ingen uddannelse – Lov og regler? <p><i>Følgende emner/dilemmaer blev også berørt: Skal vi forsat dele aktiviteter op i efterår/vinter sæson og Forår/sommer? Hvilken betydning har det for antallet af deltagere i aktiviteterne?</i></p>
<p>5. Foreningen i tal og medlemstal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Økonomien. 	<p><i>Steen fortalte at der pt er 410.000 på kontoen. Der er indmeldt 800 personer. 750 har betalt. Kontingent. Bent C. og Bent S. har personlig kontakt med, de der er i restance.</i></p>

<p>6. Velux – Nyt fra arbejdsgruppen. <u>Udviklingsmuligheder:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mindfulness kursus. 	<p><i>Marianne orienterede om Mindfulness kurset.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Det afholdes over to fredage a 5 timers varighed. • Der udleveres manual og lytte filer • Der vil være øvelser som hjemmeopgaver. • Du medbringer selv frokosten • Der udleveres frugt under kurset. <p><i>Tilmelding kan ske på den rundsendte seddel. Udgifterne afholdes af de velux midler, der er i overskud.</i></p> <p><i>Ingvar orienterede om Rygtrænings kursus. Kurset omhandler musklers bevægelighed. Varighed: 1,5 times foredrag. Pris: 3.200 kr. Ingvar undersøger tid og sted. Finder ud af om det kan være et kursus målrettet instruktører? Eller om det er stilet til medlemsgruppen.</i></p>
<p>7. Information.</p> <ul style="list-style-type: none"> • DAI kursus 	<p><i>DAI kursus afholdes i Idrættens Hus den 18-19 april. Deadline for tilmelding er den 7/4. Emnet er "STOL på idræt 1 og 2" Det koster 1.200 kr. pr. deltager. Mail med flere detaljer om kurset vil blive udsendt af Bent C. Tove efterlyser inspirations kursus målrettet stavgang.</i></p>
<p>8. Evaluering af dagen.</p>	<p><i>Klapsalve blev leveret.</i></p>
<p>9. Eventuelt.</p>	<p><i>Lars opfordrede Bent C. til at forhandle klippekort fra det lokale fitnesscenter. Forslag om at hjemmesiden bliver udstyret med billeder af instruktørerne. Forslag om at stavgangs instruktørerne fremsender ansøgning om nye jakker. Emner der også blev drøftet; Hvordan skabe gode samværsformer og omgangstone hinanden imellem! Og derved måske være i stand til at takle brok, sladder og utilfredshed. Understøtte den gode dialog ved at tale med hinanden og til hinanden og ikke om hinanden?</i></p>