

Ordinær generalforsamling Ranum Motionscenter  
Tirsdag d. 31/1-2012  
Formandens beretning.

På sidste generalforsamling modtog Grethe og jeg genvalg. Jens Damgård trak sig som suppleant og Jeppe Andersen fra instruktørgruppen blev ny suppleant og aktiv i bestyrelsen. Bestyrelsens intentioner om både at konsolidere og investere i nyt er gået over forventning. Der er indkøbt kettelbells og mindre håndvægte så springet kun er 1kg. Angående elastikkerne, mente vi først at det ville være for svært at fastholde dem i centret og udskød beslutningen. Siden kom vi frem til at vi ville prøve alligevel, men da var de i restordre og vi venter stadig, men de kommer.

Angående spinningcyklerne så valgte vi at søge sundhedspuljen om de 4 cykler med begrundelse i at vores motion på recept folk havde glæde af dem. Sundhedspuljen kom os imøde og gav os 2 cykler som er udlånt til gymnastik så længe de opretter spinning hold. Motion på recept er pt. i Ålestrup.

Anet har atter i det forløbne år stået for kontakten mellem bestyrelse og instruktørerne. Instruktørgruppen har klaret opgaverne på fornem vis, selvom vi pga færre antal instruktører har måtte skære åbningstiden om torsdagen væk. Der kommer et instruktørkursus i Fjerritslev i februar, hvor vi regner med at kunne sende 4 nye af sted. Tak til instruktørerne for deres store arbejde med at introducere nye medlemmer og servicere de gamle. Og tak til Olav Smidt som fortsat udføre et stort arbejde med at rengøre maskinerne.

Efter sommerferien kom en gruppe af unge med en liste over ønsker til nyt udstyr ,for at få mere udfordring i træningen. Ud over nogle mindre ting så gik forslaget på en ordentlig bænk til bæk-pres, skiver til dødløft i olympiske mål. Vægtstang i olympisk mål og vægt. Samt en curlpult, så man slap for at bruge ryg-maskinen.

Bestyrelsen var lidt skeptiske til start, men besluttede at tage på studiebesøg hos Ak-jyden i Nørresundby. Det blev Jeppe og mig der tog af sted. Her fik vi demonstreret fordelene ved deres forslag. Jeg må sige at vi blev overbeviste. Den nye bænk-pres kan stilles i højden med 2cm mellemrum så der er til både korte og lange arme, og ikke mindst er der sidestativer så man ikke får stangen ned over sig i tilfælde af uheld. Det sidste synes vi er super godt da mange træner alene.

Dødløft er en øvelse som bliver meget anbefalet også til kvinder og seniorer m/k da det i høj grad styrker knoglerne. De vægtskiver der var fra starten gjorde det stort set umuligt at foretage et ordentligt løft, da man skulle alt for langt ned for at hente stangen, især hvis man tog under 50 kg. Med de nye skiver af gummi kan vi nu tilbyde dødløft ned til 20 kg med korrekt udgangsposition.

Vægtstangen med olympiske mål tog vi med da vi synes at det ville være godt med en stang til, så flere kan være i gang på samme tid. Curlpulten købte vi for at tage noget af presset af rygmaskinen.

Fra bestyrelsens side synes vi at disse nye tiltag ikke bare har styrket brugsværdien af centret for de unge, men for alle som vil variere sin træning. Med de nye indkøb mente vi at det ville være en fordel at flytte om på tingene, så

vægtskiverne blev koncentreret i den ene ende. Dette medførte så at vi tog trappen væk for at få mere plads og flyttede ribberne op til cardiomaskinerne.

Vi har nok ikke været gode nok til at forklare hvad vi havde gang i og det har taget længere tid end det var meningen, pga dårlig kvalitet på gummigulvet og juleferien. Det beklager vi, men vi er frivillige og ulønnede.

I forbindelse med omflytningen mm. Har der været klager over at de unge er blevet tilgodeset for meget og at der nu ikke er plads til motionisterne. Det bliver fremstillet som som en modsætning mellem ”unge og ældre”.

Jeg mener dog at i den tid centret har kørt er der brugt flere penge på motionisterne og de har fået ligeså meget plads som de unge. I et lille center som vores kan vi ikke undvære hinanden, hvis vi skal ha økonomien til at fortsætte. Så jeg synes at vi skal være glade for at der er plads til alle og vise hinanden hensyn.

Fremad vil vi stadig tænke på at konsolidere centret så der er noget at stå imod med. Der er da også blevet ca 16000kr i overskud som sammen med de tidligere år gør at vi i dag har 168000kr på kistebunden. Dette samtidig med at vi har afbetalt 260000kr på vores lån. Vi er ved årets slutning ca 156 halvårige og 36 helårige medlemmer, og der kommer løbende nye til. Det er ikke helt så mange som i starten, men det giver alligevel en rigtig god økonomi.

Vores ønske for det nye år er 1. at få malet væggene i centret og 2. at udskifte squat-stativet med et stativ fra samme firma som bænkplassen. Dermed vil man kunne få mulighed for at indstille højden så den passer alle ,og man slipper for at skulle gå så mange skridt for komme fri af stativet.

Til slut vil jeg gerne takke hele bestyrelsen, Connie fra hallen, samt Mogens og Marianne for et godt og konstruktivt samarbejde.

Med venlig hilsen.

Anders Bugge