

Beretning til generalforsamlingen i TIK Gymnastik 2023

Indledning med medlemstal m.v.

Vores medlemstal for 2022 er steget til 794 medlemmer; en lille stigning på 12 medlemmer. Faktisk kunne vi have været ca. 50 medlemmer mere, hvis vi havde haft plads til dem på holdene. Det er nemlig det antal, der står på venteliste. Men der skal være både plads og instruktørhænder til at tage imod dem, så det var desværre ikke muligt.

I 2021 var vi faldet i antal medlemmer efter corona. Men nu er vi altså i gang med at indhente det tabte.

Stigningen i antal medlemmer fordeler sig pænt på alle gymnastikarter. Stigningen er størst for børnene, mens antallet af voksne mellem 25 og 59 er stagneret, og antallet af voksne over 60 er direkte faldet.

Men alt i alt ser det altså rigtig fint ud

12 nye instruktører er det blevet til i denne sæson – og heldigvis uden at sige farvel til ret mange af de gode, gamle instruktører.

Vi har også budt på nye hold, som medlemmerne har taget rigtig godt imod, hvilket vi kommer tilbage til senere i denne beretning.

I løbet af 2022 har vores hjælpeinstruktører været på i alt 8 hjælpeinstruktøruddannelser.

Derudover har vores instruktører deltaget i 27 kurser i DGI. Så i TIK Gymnastik står vi ikke stille. Vi udvikler os, så vi hele tiden er med på nye trends til gavn for medlemmerne.

Vi gør meget for at holde på vores instruktører. Når man skal lægge så meget frivillige tid i en forening, så skal det være rart at komme der. Derfor sørger vi altid for, at der er hygge og socialt samvær til instruktørmøderne, ligesom vi holder en sommerfest og en julefrokost. Vi har et par gange været på La Santa, hvor klubben betalte kursusdelen, mens instruktørerne selv betalte for opholdet. Det har været ture, hvor alle er blevet rystet rigtig godt sammen, hvilket betyder meget, når man skal bruge så meget tid med hinanden hver uge.

Voksenholdene

Vi har en super god gruppe af erfarne, stabile og dygtige vokseninstruktører, som fortsat udvikler sig og prøver nyt. Deres hold bliver altid hurtigt fyldt op, og holdene består dels af medlemmer,

som er glade for at gå på holdet og tilmelder sig år efter år og dels af nye medlemmer, som synes, at vores voksenhold er spændende.

I denne sæson har vi også været heldige at få oprettet en række nye spændende og forskellige voksenhold. Vi har blandt andet startet et ekstra mandehold med Jacob som ny instruktør, og et HIIT træningshold med Mari Louise som instruktør. Endelig har vi startet hold op med forskellig træning med forskellige instruktører, hvor de erfarne instruktører Susanne, Staus, Brit, Jane og Pernille har fået trænet vores medlemmer. Dette hold har vi fortsat her i foråret med Susanne, Staus, Brit og Jane som instruktører.

Lørdags Power for de morgenfriske er fornyet med Mia som instruktør, og Hold dig i Form, hold 32, er fornyet med Kirsten som instruktør.

Børnehold

Vi er dækket godt ind med børnehold og kan godt mærke, at der er god efterspørgsel på disse. Og da sæsonen startede var der fyldt godt op på alle holdene.

Der er også sat nye ideer i spil igen i år:

Lørdagssjov, et hold som mødtes hver den første lørdag i hver måned, er blevet til et nyt koncept Familiefræs. Det er et gratis og skønt koncept, hvor der både er træning for både børn og voksne. Vi har også i år sagt pænt goddag til Motorikheltene, der er et helt nyt hold for børn med særlige behov i alderen 6-12 år. Instruktørerne, Nadia og Dorthe, er begge nye i TIK Gymnastik men erfarne i forhold til motorisk udfordrede børn.

Som sidste skud på stammen er der startet et dansehold for piger med den nye instruktør Emily.

Det er dejligt at se bevægelsesglæden og de glade børn og voksne, når jeg som kontaktperson kommer rundt og besøger holdene.

I år var TIK Gymnastik igen repræsenteret med børnegymnastik til Årets Idrætsevent i City2, og vi deltager i 'Sjov Søndag' i TIC.

Springafdelingen

I indeværende sæson er vi fuldt besat i alderen 6-8 år – i alt 41 børn.

På mix 9-11 år er vi lidt færre i denne sæson, 25 i alt, heraf kun 5 drenge.

På det ældste, hold 18, er der i alt 84 gymnaster i denne sæson.

I marts 2022 var vi til 'Roskilde Dagene', og her var TV2 Lorry forbi og lavede et fint opslag om bl.a. TIK Gymnastik.

Link til [TV2 Lorrys indslag](#)

I november 2022 var vi på Stevns Idrætsefterskole med 25 gymnaster og 8 instruktører i weekenden den 5.-6. november. Det er altid en fantastisk tur med aftengåtur i skoven med lommelygter, og i år var "den hovedløse mand" også med.

Børnene springer fra de kommer, til de forlader skolen næste dag efter frokost. Vi spiser sammen med efterskoleeleverne, og Emil (tidligere gymnast i TIK) og en god ven af Emil lavede opvarmning for os.

Forældrene bidrager med egenbetaling, kager og frugt.

Tak til vores instruktører for at give ekstra af jeres fritid til sådanne arrangementer. I gør en stor forskel.

Vi mangler desværre instruktører på holdene. Lykke og I andre gør et stort job ved at tage 6 unge under jeres vinger og stå for deres uddannelse som hjælpeinstruktører. TIK Gymnastik gør meget for at sende alle på kurser.

Vi er igen i år tilmeldt Roskilde opvisningen og selvfølgelig vores egen opvisning i Taastrup.

Floorball:

Floorball rykkede på Borgerskolen efter sommerferien, hvor der er en fuld hal, så vi kan have flere baner i gang. Der er to hold:

Motionsholdet ved Mads og Peter har 19 tilmeldte – blandet mænd og kvinder.

Familiefloorball ved Ivan og Helena har 8 børn tilmeldte med en forælder hver. Loftet er p.t. på 12 personer. Mari Louise har hjulpet os med en rigtig god artikel i avisen, og den første har allerede henvendt sig.

Der er tre nye børn, som her efter nytår har prøvet holdet, og som nu er opfordret til at tilmelde sig.

Vi har været ude og indkøbe ekstra overtræksveste efter nytår, så vi har til alle.

Konkurrenceafdelingen

Igen i år har der været flotte resultater fra konkurrenceafdelingen.

Ved Sjællandsmesterskaberne blev det til 1 guldmedalje for vores minier. Derudover fik vi 3 sølvmedaljer og 4 bronzemedaljer.

Ved Danmarksmesterskaberne blev det til intet mindre end 1 guld, 4 sølv og 1 bronze, samt 5 officielle danske mesterskabstitler til Alma Sofie Pedersen - en meget flot præstation. Alma vandt også RG Friends Masters og repræsenterede Danmark ved Europamesterskaberne i Israel i juni, samt ved Verdensmesterskaberne i Bulgarien i september.

Tilbage i marts havde vi 3 gymnaster udtaget til de Nordiske Mesterskaber i Sverige. Alma kvalificerede sig her til 2 finalepladser. Medaljer blev det desværre ikke til.

Det blev det til gengæld til, da vi i maj havde en lille delegation på 4 gymnaster med til en venskabskonkurrence i Holland. Her fik 2 af vores piger, Trine og Isabella, hver en bronzemedalje med hjem i bagagen.

Vores opvisningshold, bestående af mange tidligere konkurrencegymnaster, har rejst rundt til mange forskellige opvisninger. De modtages hver gang med kæmpe klapsalver. Deres mål med holdet er at vise, at man sagtens kan lave seje og svære ting med håndredskaber, selvom man ikke træner fuldtid mere. Og spektakulært ser det altid ud. Gymnasterne deltager for TIK Gymnastik og er en sammensætning af "gamle" gymnastikpiger fra hele landet.

En stor forskel ved konkurrencerne i 2022 var, at der igen kom tilskuere i hallerne efter coronatomheden. Det er altid dejligt at kunne mærke stemningen med folk i hallerne.

TIK Gymnastik er så heldige at have en rigtig god samarbejdspartner i RG Friends, som altid står klar. De sørger for at videofilme, streame, finde sponsorgaver og hjælpe, hvor der er brug for det. Vi har sammen med dem de sidste par år afholdt både træningslejre med udenlandske og danske trænere samt konkurrencer.

TIK Gymnastik har derudover en fantastisk skare af forældre, der også hjælper ved vores konkurrencer. Uden dem kunne vi ikke afvikle så gode konkurrencer.

Da TIK Gymnastik er en eliteklub i Høje Taastrup Kommune har vi et samarbejde med Henning Hansen fra Sportshouse. Sammen med ham har vi udarbejdet en udviklingsplan for vores klub, samt en sportslig strategi for vores konkurrenceafdeling. Bestyrelsen mødes med ham cirka hvert andet år. Mens konkurrenceafdelingens trænere og to fra bestyrelsen mødes med ham en til to

gange årligt for at tjekke op på, om vi får opfyldt vores målsætninger, og om der skal ske justeringer. En god mulighed for at se, om der sker den udvikling, vi ønsker.

Kommunikation

Vi er så heldige at have Mari Louise og Karoline til at hjælpe os med at kommunikere. Mari Louise passer Facebook og skriver til lokalavisen. Og sammen laver de lækre videoer om livet i en gymnastikforening; præsenterer instruktører, nye og gamle hold, opvisningen og meget andet. Målet er at sætte ansigt på foreningen, så vi kan vise, hvad der sker i sale og haller - og ikke mindst vise de dejlige mennesker, der er aktive i TIK Gymnastik. Det virker, når vi ser på antallet af nye medlemmer og instruktører.

Vi har kunne markedsføre en ny sæson for mindre end 200 kroner. Både fordi alle i foreningen sørger for at bidrage med godt indhold, som det er værd at skrive og læse om, og fordi vi alle sammen deler, liker og kommenterer opslagene. Vi har nemlig de bedste ambassadører inde i selve foreningen – instruktører og medlemmer. Så tak for hver en deling eller kommentar på Facebook. Det betyder rigtig meget for vores rækkevidde.

Lige nu har vi 886 følgere på vores side på Facebook.

Vi har været i Lokalavisen blandt andet med vores opvisning, frivillighedspriser, Mandeholdet og med Familiefloorball. Vi har bevist, at foreningsidrætten er værd at fortælle om.

Mund-til-øre-metoden virker også godt. Mange af de nye instruktører, vi har fået, er kommet, fordi eksisterende instruktører har fortalt dem, at her er godt at være. Det er en metode, der aldrig går af mode.

Tak til jer alle

En forening er kendetegnet ved de mennesker, der indgår i den; medlemmer, instruktører og ledere. Og her er vi heldige. Vi har de bedste af slagsen. Tusind tak til jer alle for jeres engagement. Det er det, der gør TIK Gymnastik til den dejlige forening den er.