



**Hornbæk Idrætsforening  
Gymnastikafdeling  
Årsberetning sæson 2021-2022  
Generalforsamling onsdag d. 27.4.2022**

Som traditionen byder, indleder vi med en årsrapport fra "Gang & Løb".

Efter en lang coronanedlukning, måtte vi i gang med vores dejlige ture igen. I året 2021 var vi på i alt 6 ture. Her en lille oversigt over turenes forløb:

1. tur - 12/4 -21. "Forårstur ad tipvognssporet i Ålsgårde"

En dejlig tur, hvor der var 9 deltagere. Vejret var meget skiftende. Fin tur med frokost ved Hammermøllen.

2. tur- 10/5-21. " Forårstur i den lysegrønne skov"

Her var vi 18 deltagere, der gik ad de gamle istidsskrænter til Helsingør. Vejret var pragtfuldt med høj sol. Turens længde var på 9 km.

3. tur-12/6-21. " Fra FIRHØJ til Gilleleje sejlkub"

Vi var 13, der gik af sted i strålende sol. Vi fik kaffe og kage i Gilleleje sejlkub, hvor Troels var vært. Turen var på godt 6 km.

4. tur - 16/8-21. "Ruslands bakker"

Dejlig tur i de lyngklædte bakker. Spiste frokost ved "SØRENS CAFE". Turens længde: godt 6 km.

5. tur-1/11- 21. " Tur i den efterårsfarvede skov"

10 friske stavgængere fik en farverig oplevelse i den efterårsfarvede skov. Gik næsten på et gyldent tæppe af blade. Turen var på 7 km. Spiste de medbragte klemmer i "EDENS HAVE".

6. tur-6/12-21 " Tur med gløgg og æbleskiver". Efter vores sædvanlige tur endte vi i HALLEN til et hyggeligt julearrangement.

Dette var en kort oversigt over de 6 ture.

Annette Lund Poulsen "Gang og stavgang"

Herefter går jeg over til beretning for Hornbæk IF's gymnastikafdeling:

Denne beretning dækker sæson 2021 -2022. Normalt dækker min beretning et kalenderår, men da vi havde et ønske om at lade vores regnskabsår følge sæsonen og ikke kalenderåret, lagde vi denne generalforsamling ved sæsonafslutning. Og det lader sig gøre, fordi vi ikke kunne afholde generalforsamling i februar, som vi plejer p.g.a. Corvid19, men afholdt den d. 7. juli 2021. hvorfor min sidste beretning dækkede helt til sæsonafslutning 2021,

Vi har efterfølgende erfaret, at generalforsamlingen skal være afholdt senest 14 dage inden Hovedafdelingens generalforsamling. Jeg havde dog forespurgt, om det var lovligt og fik ja, men det viste sig ikke at holde. Så fremover vil vores regnskabsår igen følge kalenderåret, ligesom beretningen vil. Men denne beretning dækker altså sæson 2021 til og med d.d.

Inden sæsonstart 2020-2021 havde vi udfordringer ift. instruktører til Voksen/barn-holdet, til Lopperne og til All Round-pigerne. Vi søgte på alle tænkelige måder efter instruktører til disse hold – og vi kom meget tæt på sæsonstart inden tingene faldt i hak. Vi kunne således ånde lettet op, da Emma Rej Rosenquist tilbød sig som instruktør på "Lopperne", og hurtig derefter ringede Allan Pandorff og tilbød sig som instruktør til Voksen/barn-holdet. Som han sagde, "min søn skal jo have et hold at gå på", så kan jeg lige så godt blive instruktør.

Både Emma og Allan er ubeskrevne ark i denne sammenhæng, og der var da også noget nervøsitet at spore hos dem begge. Men de har klaret så det flot – og der er taget rigtig godt imod dem på holdene. Det er både de og vi meget glade for.

En overraskelse kom, da vi umiddelbart efter sæsonstart blev kontaktet af Sofie Mai, som syntes det var ærgerligt, at vi ikke kunne få gang i All Round (piger 14 -18 år) efter vores tidligere instruktør Eva flyttede til København. Så Sofie tilbød sig som instruktør. Og hvilket tilbud!!! Sofie laver bl.a. musikvideoer, tv- og live shows og har arbejdet som danser, coach og underviser/koreograf. Hvor heldig kan man være Og således faldt alt på plads i aller sidste øjeblik.

Som tidligere nævnt måtte vi sige farvel til flere instruktører efter sidste sæson, hvilket betød at flg. hold har fået nye instruktører:

Voksen/barn: Allan Pandorff

Lopperne: Emma Rej-Rosenqvist

MGP Dansespirer og GymGirls: Laura Skovgaard

All Round: Sofie Mai Søeberg

Ministjerne: Helle Rasmussen

Småstjerner og Stjerner: -Ulrik Rasmussen og Karina Hartvig Hedelund

Motion MK: Käthe Sølvhøj og Ludo Sølvhøj

Når jeg sådan ser det på skrift, bliver jeg helt forpustet. Kun seks af vores instruktører var "Gamle i gårde". Det er en virkelig voldsom udskiftning, og vi var faktisk også meget spændte på, hvordan tilmeldingen til holdene ville blive.

Men vi må sige, at vi ikke havde grund til bekymring. Der blev faktisk flot tilslutning til alle hold med et par undtagelser, med en flok toptunede instruktører.

Lige inden sæsonstart afholdt vi vores årlige opstartsmøde, hvor alle vores instruktører deltog. Det er en super positiv måde at sætte sæsonen i gang på. Alle er så meget tændte på at komme i gang med deres hold, og der er en helt speciel stemning af fællesskab og foreningsånd.

Spørgsmål bliver afklaret, ønsker om nyt materiel bliver vendt, der bliver truffet aftaler instruktørerne imellem, og der bliver lavet aftaler mellem instruktører og hjælpeinstruktører på de enkelte hold.

Et af de temaer, der herudover blev diskuteret var, hvordan vi gør opmærksom på vores eksistens og tilbud. Der var bred bekymring om, hvorvidt vores tidligere medlemmer – og potentielle nye – havde fundet andre interesser under Corona-nedlukningen. Det gav en livlig diskussion og mange gode ideer.

Et forslag om en klub-trøje til instruktører og bestyrelse med vores logo samt teksten "Fællesskaber for livet" trykt på det ene ærme, blev vedtaget. Trøjen er i første omgang uddelt til instruktører og bestyrelsesmedlemmer. Vi forventer at kunne sætte den på shoppen senere.

Således blev sæson 2021-2022 skudt godt i gang og vi krydsede fingre for, at der ville blive fin tilslutning til alle hold, og at sæsonen ville blive forskånet for diverse Corona-restriktioner.

Men vi havde ingen grund til bekymring for tilslutning bortset fra Stjerneholdene. Fra sæsonstart så det ud som om vores medlemmer var vendt tilbage

For Stjerneholdets vedkommende mærkede vi fra sæsonstart en tydelig afmatning. Men når unge mennesker mister en "gammel" og super afholdt instruktør, som Jesper Appelrod var, falder nogle fra, - og andre følger med.

Det betød en nedgang i deltagertal på både Småstjerne 1 og 2 samt Stjerneholdet. Da det viste sig, at Stjerneholdet desværre ikke kom til at fungere rigtigt i år/for få tilmeldte, resulterede det i, at vi lukkede træningen om torsdagen ned midt i oktober, så der kun er blevet trænet om tirsdagen.

Men Ulrik, der tog over efter Jesper som chefinstruktør på Stjerneholdene – er entusiastisk og satser på at bygge et nyt Stjerneteam op, og han og Karina – som er medinstruktør på Stjerneholdene – har fra sæsonstart satset på at fremme fællesskabsånden på holdene og på at skabe opmærksomhed og interesse for springholdene. Bl. a. ved at stille op til Hornbæk Kulturnat og ved at tage holdene med på ture til X-Jump (indendørs springlandskaber).

Desværre blev nogle af de øvrige ideer bl.a. en Spring Camp for interesserede foreninger aldrig gennemført pga. Covid19. Derudover har alle springinstruktører og deres hjælpeinstruktører har været på opdaterings- og inspirationskurser i sæsonens løb for at bliver endnu dygtigere.

Hele byen summede af aktiviteter og hygge, da Hornbæk Kulturnat 2021 blev afviklet fredag d. 17. september – og vi endelig kunne få lov til at være sammen – mange sammen – så befriende. Igen kunne byen myldre af liv, og det blev en dejlig aften. Vi stillede igen op i Hovedgaden, hvor rigtig mange

benyttede sig af vores sjippetove, hula-hop ringe, vimpler m.m.m., som vi havde lagt ud til fri afbenyttelse. Dejligt at se, hvor mange børn - og voksne - som fandt sit lege-gen frem. Og for første gang kunne vi reklamere aktivt for vores springhold, idet alle springinstruktører og hjælpeinstruktører stillede op med diverse springredskaber, så alle, der havde lyst kunne afprøve redskaberne under kyndig vejledning- og det var der mange, der gjorde. Et dejligt og super- attraktivt indslag.

Det er efterhånden blevet en tradition, at alle de unge mennesker fra vores børne- og ungehold optræder med en fællesdans. Det er et fantastisk syn, når alle de unge mennesker myldrer ud på midten af Hovedgaden og giver den gas. Tak til vores mange unge gymnastikmennesker, som dansede så alle blev helt glade i låget.

Vores lille konkurrence "Hvor længe kan du stå på et ben med lukkede øjne" blev vundet af Neelas Wirth, som vandt et gavekort sponsoreret af Det Luc's, Hornbæk.

Ved skolernes idrætsdag, som blev afholdt d. 15. oktober var Hornbæk IF Gymnastik - sammen med Hornbæk IF Tennis, Hornbæk Golf, Hornbæk IF Badminton, Hornbæk IF Fodbold samt Hamlet Rugby Klub - igen i år - med til at skyde Hornbæk Skoles udskolingsklassers efterårsferie i gang ved dette års Motionsdag, som blev afviklet på vores idrætsanlæg.

Vores superdygtige og inspirerende underviser **Sofie Mai** bød ind med "Dans og bevægelse". De unge mennesker arbejdede suverænt sammen under Sofies dygtige instruktion, og der var både koncentration og spontan glæde. Tusinde tak til Sofie Mai for fantastisk undervisning.

I mellemtiden spidsede Corona-situationen til. Der blev sprittet af, holdt afstand, afleveret børn ved døren o.s.v., men vi mærkede tydeligt, at noget var på vej. Vi fik flere meldinger – specielt blandt børnene – om Coronatilfælde, men alle var supergode til at give besked, så vi kunne melde ud til holdene, når der var positivt testede, så alle kunne tage deres forholdsregler. Det betød, at vi stort set ikke havde aflysninger, idet alle instruktører og hjælpeinstruktører var parate til at dække ind i de få tilfælde, hvor det var vore egne, der blev ramt.

Da den stigende Coronasmitte florerede specielt blandt børn, blev det besluttet at aflyse årets Juletræsfest – og af samme årsag valgt vi at aflyse den planlagte Gym Camp 2021. Trist – men vi blev nødt til at passe på hinanden. Men vi kunne holde fast i, at den almindelige træning fortsatte uhindret – blot var der stort fokus på at holde smittetallet nede.

Efter nytår intensiverede nogle af vores børne- og ungehold deres træning ift forårets opvisninger. Og ved DGI's Forårsopvisning i Hillerød lørdag d. 5. marts. var Gymnastikafdelingen således flot repræsenteret med 3 hold: GymGirls, Hornbækpigerne og All Round. Der var stor ros til alle tre hold, som lavede nogle flotte programmer med meget høj standard.

Desværre var der – for første gang i mange år - ikke deltagelse fra Stjerneholdene. Tilslutningen til Småstjerner 2 og Stjerneholdet har, som tidligere nævnt, været meget lille i denne sæson. Så lille, at vi som tidligere nævnt stoppede træningen om torsdagen for holdene allerede i oktober, så alle tre stjernehold kun har trænet om tirsdagen. Ulrik og Karina valgte derfor at

melde fra til DGI´s opvisning, da de ikke kunne stille med Stjerneholdet og ikke mente, at Småstjerneerne var parate til en opvisning. Trist – men de kommer helt sikkert med i 2023!

Og så var vi godt på vej mod vores egen Gallaopvisning 2022. Selve planlægningen gav lidt kriller i maven. I bestyrelsen plejer denne planlægning at køre på skinner, men vi kunne godt mærke, at vi var ude af træning – det var trods alt tre år siden vi afholdt sidst.

Vi afholdt Gallaopvisningen lørdag d. 2. april, og det blev et brag af en dag med overraskende flere publikummer end i 2019.

Det blev en superflot opvisning, hvor alle vores børne- og ungdomshold – samt et enkelt voksenhold – viste hvad de har fået ud af deres træning hen over vinteren. Vores dygtige instruktører havde lavet nogle flotte programmer, som blev modtaget med både hujen, piften og mange klapsalver.

Det giver en klump i maven, når man iagttager gymnasterne – alle er de pavestolte og lidt benovede, når de fyrer den af på hal-gulvet med fantastisk lyd og lys leveret af B-e-c-h Event. Opvisningsdelen sluttede med, at alle gymnaster løb på gulvet og leverede en fællesdans som næsten fik hallens tag til at løfte sig. Et fantastisk syn, hvor glæden og energien virkelig nåede helt ud til de bageste bænkerækker.

Traditionen tro blev der uddelt 5 og 10 års medaljer til de af vores børne- og ungdomsgymnaster, som har gået til gymnastik i afdelingen i hhv. fem og ti år i træk.

Da vi ikke har kunnet afholde Gallaopvisning de forrige to år, valgte vi også at uddele års-medaljer til de gymnaster, der skulle have modtaget i 2020 og 2021.

Der blev uddelt i alt 22 5-års medaljer – et imponerende antal.

Amalie Kristensen fra Stjerneholdet modtog 10-års medalje – en ganske flot præstation at have gået 10 år i træk!

Årets modtager af Gymnastikafdelingens vandrepokal blev i år Leah Krista Rindal fra Småstjerner 1. "Årets Figther" blev Oliver Boalth Petersen også fra Småstjerner 1. Begge de stolte modtagere er valgt af instruktørerne.

Til lykke til jer alle medaljemodtagere samt til Leah for anerkendelsen med vandrepokalen og til Oliver for at blive valgt som "Årets Figther".

Der skal mange til at få så flot et arrangement som vores Galloppvisning er arrangement afviklet. Tak til jer alle, der på én eller anden måde bidrog.

Efter Gallaopvisningen, som er det officielle punktum for sæsonen, er vi nu forsat med Sommergymnastik. Og med ikke mindre end syv tilbud!

Yoga, Smidighed og Styrke, Dance It, Motion MK og Sommerspring, har været en del af vores sommerprogram i nogle år, men i år er også Voksen/barnholdet og All Round kommet med. Som det ser ud nu med fin tilslutning til alle hold. Og overraskende nok er der superfin tilslutning til "Sommerspring". Det kan godt give os håb om større tilslutning til springholdene i den kommende sæson.

Det kommende sæsonprogram ligger næsten klart – de fleste aftaler er på plads. Nyt i 2022-23 bliver aften-Yoga med vores populære yogalærer Grete Mærsk. Vi er spændte på, om holdet bliver godt modtaget.

Havnefesten blev ikke afholdt i 2021 – Coronasmitten var for høj til at man ville tillade så mange samlet på havnepladsen.

I stedet valgte forretningsudvalget at forsøge sig med en julekoncert i Hornbæk Hallen, som blev afholdt lørdag d. 4. december.

Der blev nedsat et koncertudvalg, som sammen med en række frivillige fik arrangeret en koncert, som blev et brag af en aften med musik leveret af Beverly Hills Orchestra og efterfølgende med Sweet Charlie 5. Koncerten genererede et overskud på ikke mindre end 153.000 kr. En net sum, som forretningsudvalget har valgt skal bruges dels til medfinansiering af modernisering af legepladsen på idrætsanlægget, men også til ungdomsarbejdet i Hornbæk Idrætsforening.

Ved hovedbestyrelsesmødet d. 31. maj overrakte Hovedformand Peter Poulsen i den anledning gavebeviser for i alt 105.000 til ungdomsarbejdet i følgende afdelinger: Fodbold, Håndbold, Gymnastik, Badminton, Golf, Tennis, Basketball og Venskabsklubben Hornbæk IF- Barass Sports Centre). Gymnastikafdelingen modtog kr. 15.000, som vi er supertaknemmelige – og takker - for. Hvad pengene skal bruges til, har vi endnu ikke taget stilling til, men de er øremærket til ungdommen.

Til forskel fra kommercielle tilbud er foreningsidræt baseret på fællesskab og frivillighed. Under Covid19 havde fællesskabet trange kår og i bl. a. det frivillige foreningsliv har det været - og er - et spørgsmål om, hvorvidt eller hvordan det har påvirket os som mennesker. Undersøgelser har vist, at 2½ års manglende mulighed for almindelig social adfærd gør noget ved os – og især børn og unge mennesker, for hvem det er en supervigtig del af deres udvikling at være i samspil med verden omkring dem.

Ikke kun derfor, men også derfor – er det supervigtigt, at vi giver de unge mennesker al den mulighed, vi kan, for at opleve det fantastiske fællesskab der er mulighed for i en forening.

Bestyrelsen vil derfor i den kommende tid arbejde med, hvordan vi kan medvirke til at understøtte og udvikle det forpligtigende fællesskab i foreningen og fællesskabsfølelsen i særdeleshed på de enkelte hold samt hvordan vi kan få flere forældre inddraget i at deltage aktivt og engagerede omkring deres barns hold – eller som voksent medlem – på eget hold. Skulle der være nogle, der har lyst til at deltage i dette arbejde, er I mere end velkomne.

Jeg har nu aflagt min beretning for sæsonen 2021-2022. En sæson som vi kunne gennemføre uden de helt store påvirkninger i forbindelse med Covid19 og en sæson, som på trods, blev en sæson med en masse dejlige gymnastikoplevelser.

Jeg vil gerne takke min bestyrelse for vores fantastiske samarbejde. Det har været dejligt at kunne mødes fysisk og ikke holde møder via en skærm! Vi fordeler opgaverne imellem os efter interesser og evner og det betyder, at vores afdeling kører på skinner. Vi klarer både driften, som vi er rigtig gode til

OG så får vi indimellem også lige vendt "årets gang i Lidenlund" – men der skal udvikling til, så der er ingen tvivl om, at vi godt kan bruge nyt blod i bestyrelsen – **og** vi leder bl.a. stadig efter en formand, der kan afløse mig! 22 år som formand giver én supermeget erfaring og viden indenfor den frivillige idrætsverden – og jeg har fået SÅ mange fantastiske oplevelser gennem årene, som jeg ikke ville have undværet for noget, plus at det udviklet mig personligt på alle planer. Men jeg er nået dertil, hvor jeg gerne vil noget andet – og det tænker jeg, at ingen kan fortænke mig i?

Tak til alle vores superdygtige instruktører for jeres indsats - både nye og "gamle". I klarer det fantastisk og bruger så mange mange timer af jeres sparsomme fritid på dels at tilrettelægge jeres undervisning og dels på at møde op uge efter uge og selv på sure, regnfulde mørke dage og på at levere en motiverende og inspirerende undervisning. Tusinde tak for jeres indsats og engagement. Også en tak til alle vores hjælpeinstruktører for jeres indsats og engagement.

Også tak til Annette Lund Poulsen og Karin Stumpe Christensen for godt samarbejde og for at tage jer så flot af driften af "Gang & Stavgang".

Tak til Stig for godt samarbejde og fordi du altid er parat med råd og hjælp, når vi kalder på dig. Og tak halpersonalet i øvrigt for jeres imødekommenhed, når vi har brug for jeres hjælp.

Også tak til Idrætssektionen i Helsingør kommune for altid at stå til rådighed med hjælp og vejledning, når vi har brug for det.

Tak til Hovedformand Peter Poulsen for hans store og utrættelige indsats i Hornbæk Idrætsforening med at drive og udvikle i vores store forening. Også tak til forretningsudvalg og Hovedafdelingen for godt og konstruktivt samarbejde.

Og endelig tak til DGI Nordsjælland og øvrige samarbejdspartnere for godt samarbejde.

Jeg sætter hermed min beretning til debat og forhåbentlig godkendelse.

Kirsten Grønlund – Formand

Hornbæk d. 27.4.2022