

## Årsmøde 4. februar 2015

Øj hvor tiden går hurtigt - det sir vi tit til hinanden, jeg synes også denne sæson er gået hurtig. Vi har lige gået ind i 2015 og alligevel er det allerede 6 uger siden. Nytårsaften tænker vi tilbage på året der er gået, og der er parallel til årsmødet, vi ser også et år tilbage.

"Liv uden bevægelse kan være godt for gulerødder og kålhoveder" siger Grundtvig. Men Livet bliver først livligt, når det sættes i bevægelse. Da er det vi bevæges.

Jeg tror ikke Grundtvig lige har tænkt på idræt, men hvem ved, idræt om dagen har folkelighed og fælleskab, som en naturlig del af vores form for motion.

Når jeg nævner sund motion, tænker jeg på den motion som passer hver enkelt af os. Vi tar motionen i den mængde, vi hver især har det godt med. Er det noget der blir for hårdt, må vi selv vide at holde igen, omvendt er det jo fint, hvis vi som instruktører kan provokere til lidt mere motion og sjov, end I havde bestemt jer for hjemmefra. Vi vil alle gerne muligheder og lokkes, og så selv bestemme.

Vi kommer her hver onsdag, fordi vi kan mærke, det er godt for kroppen, vi har det godt efter at have bevæget os.

Vi har det godt efter en kop kaffe med snak og sang, for derefter at gå videre til svømning, ringo, hockey, bowls, badminton, eller vi vælger at sige nu er det nok for I dag.

Alt det har vi friheden til.

Nu ville jeg gerne have sagt noget smart om sundhed, men som man siger: det har vi folk til

Alle tv kanaler, med respekt for sig selv, har udsendelser om mad og sundhed. Vi blir opdateret med gode opskrifter på: Kongerigets mad, kongerigets kager, og viden om indhold i bouillon terninger. Nak og æd er en helt anden kategori, men underholdende

Det er da også meget underholdende at se Mette Blomsterberg lave lækre kager, og bagefter Kristian Bits's slankekur for hele Danmark. Det lægger op til et valg - eller et både og. Balance, balance, balance.

Vi har i år kunnet opretholde de fleste aktiviteter fra sidste sæson.

Den fælles opvarmning og træning er vi så heldige at være fire om. Vi gør det på hver vores måde, det gir en god afveksling, og så kommer vi rundt om de fleste af vores mange muskler.

Altid en mulighed for at blive ømme et eller andet sted.

Folkedansen har Ejgil styr på, og vi har da opnået ros her først på året.

Hans giver os mulighed for at vi kan tilbyde svømning. Det er dejligt at have med som tilbud.

Af nyheder i år, er Bowls blevet en god aktivitet, det blev en mulighed at købe spillet i samarbejde med DGI. Muligheden opstod ved de ekstra penge, vi af vores forening fik lov til at tjene ved at sidde badevagt ved marked. Øh nu kom jeg så lige til at nævne marked.

Lige som året føles nyt, og alligevel går hurtigt, så kommer markedet også hurtigt, i al fald det med at skaffe folk til at hjælpe i de forskellige aktiviteter.

KFUM idrætsforening har brug for alle hænder der kan hjælpe. Vorbasse marked er en enestående mulighed for at tjene penge til foreningslivet og dermed holde kontingenter nede.

Den tak sender vi videre til grundejerforeningen. Vi bruger hallen, svømmehallen, og det gør alle foreningens andre afdelinger i KFUM idræt også. Det skal der tjenes mange penge til.

I siger flittigt ja når vi spørger om I vil hjælpe, I kender bedst ordene, ja det kan jeg godt, og mange tak for det. Jeg vil bare lige sige at et nej - også forstås.

Efter påske tar vi hul på endnu en sæson med gåture i vores dejlige naturlige. Anne Margrethe, Ingrid, og jeg har ideer til et program. Programmet er ikke færdigt, så har I en tur I synes vi skal prøve, og i rimelig afstand fra Vorbasse, så kom frem med den.

Gåturene I 2014 gav gode oplevelser, og dejligt at vi var flere til at arrangere turene, vi får set meget forskelligt på turene.

Det vil vi gerne fortsætte med og har allerede spurgt flere af jer.

Tak

Tak for et godt samarbejde med jer alle om Idræt om dagen, tak til musik og sangformand, til alle der rydder væk, kører væk og tørrer af, sætter baner op, rydder baner væk. Tak for jeres gode humør - det gir masser af energi og lyst.

Tak til trænerne for et godt og værdifuldt arbejde, med gymnastik, folkedans og svømning. Der er altid noget nyt, eller noget vi elsker at gentage.

Vi tager på kurser i de nyeste trends, og hvad I kan vente jer fremover er ikke til at forudse.

Tak til bestyrelsen for dejligt samarbejde og hjælp til at huske og ikke mindst rette.

Tak til hallen for altid venlig behandling og god teknisk hjælp til musikken.

Jeg glæder mig til resten af sæsonen sammen med jer alle.

På vegne af Idræt om dagen

Emmy

