

Beretning fra Region Hovedstadens Senioridræt – 2017-2018.

Her hen over jul og nytår 2018, er det tiden til at begynde aflæggelse af beretning for endnu en periode, og perioden august 2017 til februar 2019, har været travl, sjov og udfordrende.

Ved idrætsmødet i 2017 fik vi valgt et udvalg med 7 medlemmer. Kirsten Herhold - Tapeten Ballerup, Birte Frederiksen - Øbro Motion og Allan Hansen - IF 32 Motion og trivsel var de nye medlemmer i udvalget. Johanna Jakobsdottir - Tapeten Ballerup, Hanne Foss – Livslang idræt, Lis Lunn - Frederikssund og Anette Schneider - AIK Kbh., udgjorde den gamle del af udvalget. Birte måtte desværre hurtigt melde fra p.g.a. sygdom i familien, og senest har Kirsten måtte melde fra. Der skal lyde en stor tak til begge for stort engagement og arbejde i udvalget.

Økonomi

Økonomien kører rundt. Vi har et ønske om, at aktiviteter bør være udgiftsneutrale eller skal give et mindre overskud. Vi har nogle muligheder for at søge Idrætsudvalget i DAIs Forbund om tilskud. Vi kan kun få tilskud til det idrætslige, og vi har da benyttet muligheden i den forgangne periode. Vi søgte bl.a. tilskud til padletennis, som var et helt nyt forsøg.

Aktiviteter

I perioden som denne beretning dækker, har vi sammen med IF 32 Motion og Trivsel og Veteransport i Taastrup afholdt arrangementer. Der skal lyde en stor tak til de foreninger der på denne måde er med til at hjælpe os med arrangementer, og som gør det muligt af afholde disse arrangementer til en rimelig pris. Vi ved godt selv, at vi ikke altid er nemme at samarbejde med. Vi er derfor i gang med at lave en tjek-liste, så vi altid får alle oplysninger fra underviseren omkring krav til lokalet.

En anden udfordring som kan blive aktuel fra midt i 2019, og som ikke kun vil ramme udvalget men også foreningerne med lokaler i København, er den afgift som man har vedtaget i Københavns Borgerrepræsentation. Der er stadig mulighed for at der sker ændringer, men ellers vil der fra medio 2019 blive opkrævet gebyr for brugen af lokaler i Københavns Kommune.

Afholdte aktiviteter i 2017:

- Rygkursus
- Padle-tennis

2018:

- Din krop er din fremtid
- Motion og aldring
- Fødder
- Seniorfitnesstest

Næsten alle aktiviteter har haft pænt fremmøde, og vi håber derfor at vi har ramt de rigtige aktiviteter. Instruktørkurserne ligger gerne med et gennemsnitligt deltagerantal på 25-30. Inspirationskurserne trækker næsten samme antal deltagere – eller lidt mere. Vi har også haft aflyste arrangementer, vi gætter på årsagerne, men kender dem ikke. Dette er dog noget vi meget gerne vil vide fra jer! I 2018 måtte vi aflyse et naturmotionsarrangement p.g.a. meget få deltagere.

Spring for Livet er et samarbejde mellem Københavns Kommune, DGI og DAI. Første gang blev dette afholdt i 2013, og siden gentaget hvert år, nu i Nørrebrohallerne. Mere end 700 seniorer besøger

Nørrebrohallerne og har mulighed for at afprøve forskellige idrætter. Det er en stor succes, og vi kan som organisation være stolt af at være medarrangør.

Cykeludvalget havde i 2017 i samarbejde med DAI/IF 32 Motion & Trivsel og IFS (Idræt For Sindet) afholdt cykelløbet La Vuelta på Vestegnen, en rundstrækning på 10 km. – hvor du selv bestemte om du ville cykle en, to, tre eller flere runder, med start og mål ved Glostrup Hallen. Det var et velbesøgt arrangement og alle havde en hyggelig dag.

Det selv samme arrangement blev gentaget i 2018. Denne gang var der knapt så mange deltagere tilmeldt som vi kunne ønske.

I 2018 blev medlemsforeningerne tilbudt Mountainbike Camp for hele familien i Hedeland ved Roskilde. Dette arrangement kunne desværre ikke gennemføres på grund af manglende tilmeldinger.

Men hvad skal vi arrangere i 2019 – lad os få en debat på idrætsmødet!

Samarbejde med andre regioner

Vi har et godt samarbejde med de andre regioner, og vi afholder også nogle fællesmøder. Hvert år samler DAI alle regioner og alle idrætter til Idrætsforum. Dette finder som regel sted i februar måned, på disse møder udveksler vi erfaringer med de andre regioner. I august 2018 lykkedes det endelig at få gennemført en seniorcamp. Den blev gennemført på Musholm ved Korsør med omkring 80 deltagere. Der har været stor ros for arrangementet, og p.t. arbejdes der på en gentagelse – i august 2019 i Nordborg på Als. Tak til de foreninger der deltog, og bakkede op omkring dette nye tiltag.

Vi har i perioden fået Allan Hansen ind i cykeludvalget på landsplan. Naturmotionsudvalget på landsplan ligger lidt i dvale p.t., og der er ingen mødeaktivitet.

CSIT

I juli måned 2019 afholdes CSIT World Sport Games i Spanien. CSIT er det internationale arbejder idrætsforbund. Fra Danmark forventer vi igen, at en stor gruppe Senior 55+ vil få mulighed for at deltage. For Seniorernes vedkommende er formålet at lave erfaringsudveksling med andre lande og få inspiration.

Tiltag

Seniorfitness-testen har været et tiltag som er gjort over hele landet. Vi har haft god respons fra foreningerne i hovedstadsområdet, og der er fortsat mulighed for at få en test ud i klubben. I skal blot henvende jer til Allan Hansen, det er Allan der p.t. styrer testen i Hovedstaden.

Udvalget arbejder med planer om to arrangementer, hvor det skal være muligt at komme og afprøve nye spændende tiltag. I foråret håber vi at gennemføre udendørs aktiviteter, og i eftersommeren indendørs aktiviteter.