

# Årsberetning 2020, Motionsafdelingen – status juni 2021.

Nu er tingene på vej i gang igen; herligt at vores værdifulde aktive fællesskab nu bliver muligt – med fortsat omtanke for hinanden.

Motionsudvalget denne periode: Jørgen Bang, Anette Mortensen, Jimmy Nielsen, Finn Andersen og Inger Olesen.

Trænerudvalg er Jørgen Bang og Frank Roed Andersen.

Koordinator arrangementer: Nina Thøgersen, fællesspisning: Niels Henrik Simonsen.

2020's første arrangement var inspirerende foredrag med Simon Grimstrup, trailløber med masser af vilde oplevelser.

På første møde i **februar** blev opgaver fordelt og årets møder aftalt. Flere ønsker om bus til forskellige løb: dette bevilges, når mindst 20 løbere tilmelder sig. Endvidere fin plan for årets Serieløb, som Finn og Niels Henrik står for. Nogle af disse løb også i samarbejde med Tri-afd.

Marathon Runners kommet godt fra start, stiler efter Lillebælt halvmaraton 3/5 og Skagen maraton 3/10. Herefter ønsker udvalget mere samarbejde omkring daglig træning, da trænergruppen behøver flere personer.

**Marts til maj/juni** nedlukket for samling i Klubben. D 8/5 virtuelt løb med ca 200 deltagere – STOR glæde at se/hilse på røde trøjer undervejs.

**Fra juni** prøves, at de forskellige løbegrupper skal mødes på forskellige spots på stadion, altså ikke nemt at ændre denne vane – selvom der ikke er fælles opvarmning!

Skovtroldeløbet må aflyses pga manglende hjælpere til afvikling. I år arrangeres løbet d 3/7 af Keld Vejlgaard, ros for initiativet.

Klubtur til Skånsø i **august**, god dag, herligt løbevejr, grill og drikke.

På møde i august drøftes mulighed for børnepasning (fra 3 år) i forbindelse med træning mandage og onsdage, ide godkendt af bestyrelsen. Unge fra atletik vil blive spurgt. Spændende med videreudvikling, når muligt.

Lidt gang i vanlig træning og kaffe indtil oktober. En del vælger at træne selv.

**Fra oktober** aflysning af fest, løb, møder og fællesskab – som vi kender det. HELDIGVIS ret ofte at møde en SAM'er ude på egen løbe-gå-cykel tur. Mange har deltaget i virtuelle løb; sådan blev også Nytårsløbet d 3/1-21. Her deltog 26 på distancer mellem 5 -42,2 km

Starten på 2021 været stille i udvalget, Finn holdt afdelingen opdateret på retningslinjer og muligheder via gode Nyhedsbreve. Der har været træning i velkendte grupper. Nu kommer der igen trænere på listen, opvarmning, adgang til klubhuset og fælles kaffe.

**Maj 21** \* Udvalgsmøde, hvor bl.a bedre profilering af gå-gruppe ønskes. Ideen startet af 60+, men alle kan være interesserede i denne mulighed (alternativ motion ved f.eks skade). Drøftes også på trænermøde senere. Klargøring til Generalforsamling, Finn og Inger modtager ikke genvalg.

Sluttelig har vi i øjeblikket ca 200 medlemmer i motion. De mange aflyste ting bliver forhåbentlig snart aktiveret igen.

TAK for et "mærkeligt" år, hvor vi har formået at passe på hinanden og alligevel holde fast i at få motioneret.

GLÆDER os til arrangementer, kurser, fest, løb og samvær i SAM.