

Årsberetning 2024 – Motionsudvalget.

Formål:

Motionsudvalget formål er at rekruttere trænere og stå for uddannelse (herunder førstehjælp).

Medlemmer:

Motionsudvalget har i 2024 haft lidt udskiftning i udvalget. Jørgen Greve, Hanne Schellerup, Lis Møller og Lau Gottschalk Nygaard har i årets løb valgte stoppe i Motionsudvalget. Vi siger tak for deres indsats i årenes løb. MU har fået nye medlemmer og består nu af følgende medlemmer: Lise Mølgaard, Henriette Hemcker, Danni Winsløw, Kim Andersen, Lise Hesselberg, (Karsten Widemann, og Christian Thodsen repræsentanter for bestyrelsen)

Møder:

2024 har været et travlt år for Blvstrød Løvernes Motionsudvalg, hvor mange emner er blevet vent og projekter er sat i søen. Motionsudvalget har i 2024 afholdt 10 motionsudvalgsmøder.

Træneruddannelse:

Motionsudvalget står for træneruddannelsen. I 2023 fik vi godkendt 111 kursusdage, der betød at vi kunne sende de trænere der ikke havde gennemført DGI's trænerkursus afsted på kursus. Vi har brugt 91 kursusdage og har indgået aftale med DGI om, at de resterende 20 kursusdage kan bruges i 2025. Det er et krav at vores trænere har gennemført DGI's modul 1 kursus for at være træner i Blvstrød Løverne.

For at vi kan tilbyde den bedste mulige træning har der været afholdt møde med DGI hvor repræsentanter for trænerne for de forskellige løbhold var inviteret til at deltage. DGI kom med et oplæg omkring træning og træneruddannelse, hvorefter der blev nedsat et udvalg der har udført et stort arbejde for at udarbejdet BLL retningslinjer for træning. Det færdige arbejde kan ses på BLL hjemmeside under træneruddannelsen.

Holdlederkoordinatorer:

Motionsudvalgets medlemmer er ligeledes holdlederkoordinatorer for en gruppe af trænere/hjælpetrænere. Holdene er fordelt således:

Kim: Hold 1, 2,3, 4 og søndagsholdet

Henriette: Hold 5, 6, 6A samt hold 45 A,B,C

Danni: Hold 7, 8, 85, onsdagsholdet

Lise M: Walkerne hold 1,2,3 og 4.

Lise H.: Begyndertrænerne.

Holdlederkoordinatorerne har hver afholdt 3-4 holdlederkoordinatormøder. Her har der været fokus på træneruddannelse, den ugentlige træning, antal deltager pr. træningen, overholdelse af tempo samt sparring trænerne imellem. Det er også her trænerne/hjælpetrænerne har mulighed for at komme med input til motionsudvalget.

Projekter/Aktiviteter

Holdledernes værktøjskasse, har også være under revision. Vi har haft en projektgruppe bestående af Tonni og Lise H (med hjælp fra IT-banden) der på fornemmeste vis har opdateret og digitaliseret Trænernes Værktøjskasse. De enkelte elementer kan nu ses på vores hjemmeside under Trænerrollen og hedder "værktøjer og inspiration for trænere".

I september blev der afholdt Førstehjælpskursus hvor 17 trænere kom godt igennem et veludført kursus. Vi håber, at kunne gennemføre endnu et Førstehjælpskursus i foråret 25.

Der har I år været et projekt med søndagstræning for ikke medlemmer af klubben. Projektet er efterfølgende blevet godkendt til at være et fast tilbud til klubbens medlemmer.

Der har været afholdt 3 gå-en-tur med Helle Aaen, for medlemmer og ikke medlemmer af BLL. Det var en stor succes med fuldt udsolgt på alle 3 turer. Walkerne var repræsenteret for at gøre opmærksom på vores walkertilbud.

I forbindelse med begyndertræningens afslutning 2024, er der gennemført en brugerundersøgelse. Her bliver der givet stor ros til træningen og det frafald der har været skyldes primært skader. Dette vil der i 2025 gøres noget ved, hvor der vil være ekstra fokus opvarmning, udstrækning og styrketræningsøvelser blandt andet med hjælp fra vores sponsor Nordsjællands sportsfysioterapi

Tøjudvalget

MU består også af tøjudvalg, der har til opgave at koordinere og bestille trænertøj. Henriette taget ansvar for opgaven og i foråret blev der udleveret tøj til trænere og hjælpetrænere, så vi stadigvæk altid fremstår synlige over for vores medlemmer.

Lise Mølgaard
Forperson for motionsudvalget.

LIM/17.1.2025