

Referat generalforsamling 11.03.2025

Dagosorden

Generalforsamling 2025

Tirsdag den 11. marts i Foreningshuset

Der er spisning kl. 18.15 og generalforsamlingen starter kl. 19.00



1. Valg af dirigent

Bestyrelsen foreslår Ole Colberg

2. Bestyrelsens og udvalgenes beretning for det forløbne år.

- a. Bestyrelsen
- b. Løbsudvalg
- c. Træningsudvalg
- d. Spiseudvalg/festudvalg
- e. Rejseholdet

3. Behandling af evt. indkomne forslag.

4. Forelæggelse af regnskab for det forløbne år til godkendelse samt budget for det kommende år

Bilag: Regnskab 2024 og budget 2025

5. Valg af kasserer (ulige år)

Valgperiode 2 år

Jørgen Høj Jensen er på valg og modtager ikke genvalg

6. Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer (ulige år)

Valgperiode 2 år

Kirsten Toftegaard Larsen er på valg og modtager gerne genvalg

Christina Kruse er på valg er på valg og modtager gerne genvalg

7. Valg af 2 suppleanter til bestyrelsen

Valgperiode 1 år

Janni Bo Møller (1. suppleant) og Emil Hedemand Bank Andersen (2. suppleant) er på valg

8. Valg af 2 revisorer og 1 revisorsuppleant

Valgperiode 1 år

Revisorerne Lars Petersen er på valg

Carsten Buhl er på valg

Revisorsuppleant Susanne Hansen er på valg

9. Valg af udvalg og udvalgsformænd

Valgperiode 1 år.

Nuværende udvalg:

- a. Løbsudvalg
 - i. Jacob Petersen
 - ii. Jesper Dissing
 - iii. Christina Kruse
 - iv. Jimmi Malling
 - v. Lis Hugger Schustin
- b. Træningsudvalg
 - i. Emil Hedemand Bank Andersen
 - ii. Lisette Veje Lynge
 - iii. Marlene Jørgensen
 - iv. Claus Kruse Andersen
 - v. Kristine Jensen
- c. Spiseudvalg/festudvalg
 - i. Kirsten Toftegaard Larsen
 - ii. Claus T Degn
 - iii. Lene Storkfelt
 - iv. Ella Jørgensen
 - v. Lynda Ougen
 - vi. Merete Vedel Jensen
- d. Rejseholdet
 - i. Christina Kruse
 - ii. Lisette Veje Lynge
 - iii. Marlene Jørgensen
 - iv. Karsten Nielsen

10. Eventuelt

Referat

Antal deltagere (inklusive bestyrelse): 72

1. Valg af dirigent

Ole Colberg valgt

2. Bestyrelsens og udvalgenes beretning for det forløbne år.

Bestyrelsens beretning

Et stort tillykke – tillykke til din, min og vores klub! På lørdag runder vi nemlig et skarpt hjørne, det er 40 år siden, at Holbæk Løbe- og Motionsklub blev stiftet.

Jeg har været med i klubben i 8 år, så jeg kender faktisk kun en lille del af klubbens historie.

Og netop historien, den synes jeg er utrolig spændende. Jeg er sikker på, at der sidder mange her i aften med en dybere viden om klubbens fortid end jeg har.

Jeg vil derfor opfordre jer alle til at dele jeres minder, gamle resultatlistes, billeder, rekorder og anekdoter. Jeg har selv en gammel resultatliste fra et løb jeg selv deltog i den 26. september 1987, hvor Holbæk Løbe- og Motionsklub afholdt Fun Run, som var et løb med 5 og 10 km i Knud Skoven.

Der var 37 deltagere og vinderen på 10 km var Per Kristensen fra HLMK, der løb de 10 km i 34 min.!!!

Bestyrelsen må komme med en indrømmelse: Vi har fejlet!

Vi har afholdt 8 bestyrelsesmøder.

På første møde, den 26. maj, aftalte vi, at vores fokus skulle være på 2 ting:

- *Klubhus*
- *Inspirationsture til andre klubber*

Desuden blev der på generalforsamlingen sidste år, gav vi udtryk for, i forbindelse med en vedtægtsændring, at bestyrelsen ville arbejde videre med "En større gennemgang til et mere nutidigt sprogbrug."

Og jeg kan lige så godt sige det som det er:

- *Vi har ikke arbejdet videre med vedtægterne.*
- *Vi har ikke været på inspirationsture til andre klubber*
- *Og vi har ikke fået noget klubhus!!!*

Vedtægtsændringer/justeringer må vi tage fat i i den kommende tid.

Inspirationsture til andre klubber var for at blive klogere på, hvordan man gør i andre klubber. Er der noget vi kan lære af andre. Det er en god idé, som vi også må tage videre.

Klubhus er også stadig en drøm

Jeg skrev i et nyhedsbrev

"Bestyrelsen har en drøm. Vi ved ikke om drømmen på et tidspunkt kan gå i opfyldelse eller den vil forblive en drøm, men hvis vi sammen afsøger mulighederne, kan det måske lade sig gøre.

Vores drøm er, at vi gerne vil have et klubhus!

Et klubhus hvor, vi kan åbne køleskabet og få noget koldt at drikke efter en varm løbetur. Et

klubhus, hvor kaffen er klar, når vi kommer i mål efter en blæsende efterårsdag. Et klubhus, hvor der er nogen der sætter en gang supper over, til efter en kold løbetur i januar måned. Et klubhus hvor man lige kan sidde og få en sludder. Et klubhus hvor vi kan hænge et billede op af årets klubmestre m.m.

Vores klubhus skal ligge centralt. Et sted, hvorfra det er godt at løbe.
Måske vores klubhus skal være i fællesskab med en anden klub eller forening.

Vores klubhus skal være til at betale - også driften af den.
Meld ind til bestyrelsen hvis du har gode idéer eller sidder inde med en viden om hvordan vi kommer videre."

Det gælder stadig - gode idéer modtages med kyshånd.
Vi har prøvet at række ud politisk, men har ikke selv været så gode til at holde fast.

Til gengæld har vi forsøgt at booke Foreningshuset en gang om måneden fremadrettet, så vi lige kan komme ind og få varmen, måske en kop kaffe/te og en lille sludder

Sidste år havde vi lige fået en aftale om klubbetøj på plads med KSO. Og rigtig mange var inde ved siden af for at afhente det nye klubbetøj. Fusion, som er vores mærke, opsagde aftalen med KSO, som så ikke længere kunne levere det tøj, som vi gerne ville have.

Vi afsøgte så mulighederne og fik lavet en aftale med Intersport.
Så nu samarbejder vi altså både med KSO og Intersport med begge kæders velsignelse.

Så husk at vi får gode rabatter på sko og løbetøj i de to klubber.

Vi har fået nedsat et rejsehold/klubbetoursudvalg, efter at en gruppe de seneste år har været i henholdsvis Berlin og Riga. I år går turen til Kolding - og heldigvis er der mange der bakker op. Og der er plads til endnu flere. Man kan både gå og løbe og der er 1 mile, 5 og 10 km og halvmaraton.

Vi har lejet en bus den 3. maj. Så fylder vi bussen og kører til Amager Strandpark, hvor der afholdes ParkRun. ParkRun er et gratis 5 km løb, hvor der er plads til både løbere og gængere. Vi sørger for godt vejr, lidt at drikke og en sandwich.
Nyløberne er kommet så langt til den tid, at de skal se, om de kan komme igennem 5 km - og selvfølgelig kan de det!

Holbæk Løbe- og Motionsklub - 40 år

Vi har 40 års jubilæum. Men hvorfor løber eller går man i en klub, når man bare kan løbe eller gå en tur selv?

I dag er det 5 år siden, at Mette Frederiksen afholdt pressemøde og lukket landet ned, pga covid 19. Løbefællesskabet blev sat på prøve dengang. Vi måtte finde på kreative måder at holde sammen på fællesskabet. Men det blev aldrig det samme. Og det blev aldrig lige så let, sjovt og givende, som når vi nu kan løbe og gå sammen.

Personligt synes jeg selv, at det er så lækkert at være sammen med andre mennesker, som ikke bare ligner mig selv, men kommer med alle mulige forskellige baggrunde. Forskellig alder, forskellige erhverv, forskellige politiske overbevisninger, forskellige mål, forskellige livshistorier og jeg kunne blive ved. Men vi har én ting tilfælles: Vi vil gerne løbe og gå - og vi vil gerne gøre det

sammen. Og så kan man ellers få gang i alle mulige spændende snakke om alt og intet. Nogle dage er løbeturen stille, og der bliver ikke sagt noget. Det eneste man kan høre er løbeskoenes afsæt fra asfalten og hinanden åndedræt. Men alligevel føles turen lettere, sjovere og mere givende, end når jeg har løbet den alene.

Andre gange bliver der snakket om alt fra børn, til Trump, om sorg, om glæde, om en tilbygning, om arbejde, om vejret, om løb, om rejse, om alt. Og pludselig har vi løbet 12 km og turen føltes lettere, sjovere og mere givende.

Og selvom vi har et godt og stærkt fællesskab, så håber jeg stadig, at vi kan få et klubhus. Et klubhus, som kan blive vores samlingspunkt. Et sted hvor vi kan samle os om vores historie, hylde klubmestre og få en god snak efter løb.

Det er blandt andet det, jeg ønsker mig på klubbens vegne her i vores 40. jubilæumsår.

Løbsudvalg

Beretning fra løbsudvalget i Holbæk LMK 2024-2025
Løb, som HLMK har arrangeret i perioden 2024-2025, er:

- TV2-Øst løbet d. 05/05
- Fjordens Dag d. 18/08
- Nattens Løb d. 30/08
- Børneløbet d. 09/11
- Nytårsløbet d. 31/12

Løbsudvalget har endnu et år haft vokseværk, da Lis Schustin er trådt ind i udvalget. Vi er stadig fem

medlemmer, og synergien i udvalget er god.

Før vi gennemgår de enkelte løb, vil vi endnu en gang bruge vores spaltepads på at takke de frivillige i klubben, som gang på gang stiller op og bidrager til at gøre Holbæk Løbe- og Motionsklub til noget

særligt. Det er takket være jer, at vi kan udvikle nye ideer og skabe gode oplevelser for alle deltagere.

TV2ØST-Løbet i samarbejde med DGI og TV2 d. 5/5-2024

Vi havde igen i år fornøjelsen af at afholde TV2ØST-Løbet efter succesen i 2023. I samarbejde med kommunen og DGI gennemførte vi endnu et vellykket løb og fik stor ros fra DGI samt de deltagende efterfølgende. Med stor opbakning fra frivillige fik vi guidet de 1.445 deltagere sikkert rundt i Holbæk by. Vi håber at kunne tiltrække lignende løb til byen i fremtiden.

KSO-stafetten 2024

Desværre blev vi nødt til at aflyse KSO-stafetten 2024 på grund af for få tilmeldte to uger før løbsdagen. Vi har besluttet ikke at afholde stafetten i 2025, men i stedet nytænke lokationen og skærpe konceptet til 2026 for at tiltrække flere løbere og gøre eventet mere unikt for området.

Fjordens Dag d. 18/8-2024

Endnu en gang skabte vi rammerne for en hyggelig dag i samarbejde med Holbæk Kommune til

ære for fjorden. Lidt over 50 deltagere var med til festlighederne, hvor vi blandt andet serverede is til løbere og walkere. Turen startede ved Holbæk Kystliv i år.

Nattens Løb d. 30/8-2024

Nattens Løb fortsatte sin vækst fra 2023. Vi arbejder stadig på at gøre løbet til en fest i Holbæks natteliv, og det lykkedes endnu en gang. Et af årets højdepunkter, blandt mange, var at løbe gennem butikken hos Kaiser Sport & Ortopædi. Derudover var der fakler langs ruten, musik i KSO og knæklys til løberne – alt sammen for at skabe en unik oplevelse. Endnu en gang var der stor opbakning fra klubbens frivillige, som gjorde det muligt at afvikle løbet langt ud på aftenen.

Nytårsløbet i samarbejde med Rynkeby d. 31/12-2024

I 2024 oplevede vi en imponerende fremgang for Nytårsløbet, hvor vi så udsolgte startnumre med over 500 deltagere, herunder løbere, walkere og cyklister. En stor nyhed var, at vi flyttede løbet tilbage til Elværket og satte en deltagergrænse på 500. Vi fortsatte vores gode samarbejde med Rynkeby Fjordlandet, hvilket vi ser frem til at videreføre i 2025. Vi er dybt taknemmelige for alle frivillige og farholdere, der gjorde arrangementet muligt. Overskuddet gik igen i år til Børnecancerfonden og Julemærkehjemmene i Roskilde. Konceptet videreføres i 2025.

Børneløb d. 9/11-2024

Cirka 30 glade børn deltog i børneløbet, hvor der efterfølgende blev serveret en lille forfriskning af spiseudvalget. I 2025 har løbsudvalget besluttet at gøre børneløbet til en fast tradition og gentage succesen.

Vi ser frem til endnu et år med fantastiske løbeoplevelser i Holbæk Løbe- og Motionsklub. Vi har flere gode ting i støbeskeerne.

Træningsudvalg

Løb og gang

De almindelige træningstider er foregået på følgende tidspunkter.

*Onsdag – Kl. 17:30 – Lokation: Bjergmarken
Fredag – Klokken 17:00 – Lokation: Kabysen
Søndag – Klokken 10:00 – Lokation: Stenhus*

Torsdagstræning

*Træning er blevet styret af Jacob Petersen og Emil Andersen
Træning har foregået i to perioder i juni - juli måned og september - oktober måned.
Formål: At gøre klubbens medlemmer stærkere over 5 kilometer distancen og samtidig have fokus på teknikøvelser, der kan være fordelagtige til crossløb.
I det sidste forløb forsøgte vi at gøre træning lidt længere, så der kom nogle flere intervaller undervejs. Dette gjorde vi, for at sørge for at holde fokus på ikke at løbe for hurtigt på intervallerne.
Hver træning har haft et fokus på tekniske øvelser, med det formål at skulle løbe mere økonomisk*

fremadrettet.

Træningerne har eksempelvis indeholdt følgende pas, dog med justeringer undervejs grundet vind, vejr og andre forhold:

1. 5x3 minutter intervaller med 1 gang imellem – fokus på at opbygge udholdenhed.
2. Fokus på at tempo er lig med ens 5 kilometer pace, eller lidt langsommere end det.
8x1,5 minuts intervaller med 2 minutters pause ved hvert interval. Fokus på at træne ens Vo2Max, ved at løbe intervaller hurtigere end ens 5 kilometer pace, så syregrænsen opnås.
3. Bakkeintervaller – der blev sat 20 minutter af til bakkerne, så man skulle komme rundt om sportbyens bakke, så mange gange man kunne nå på tiden. Fokus på at løbe op ad bakken og at gøre brug af sine armbevægelser imens dette gøres.
4. 8x2 min med 30 sekunders pause imellem. Fokus på at ligge i det samme pace hele vejen fra første interval til det sidste interval.

Foredrag med Triatlet Joeanna Moesgaard Nielsen

Emil Andersen var tovholder på dette, med hjælp fra bestyrelsen til bookning af lokaler, samt annoncering på Facebook.

Lokation: Foreningshuset bjergmarken.

Torsdag 14.11.2024 klokken 19:30 inviterede træningsudvalget klubbens medlemmer til foredrag med triatlet Joeanna Moesgaard Nielsen.

En hyggelig aften med fint fremmøde, hvor klubbens medlemmer fik mulighed for at høre om drømmene, motivationen, oplevelser i udlandet, erfaring med træning, anekdoter fra de store triatlonløb og mulighed for at komme tæt på en eliteatlets udstyr og grej.

Der blev serveret øl og vand + kaffe og kage.

We Run/We Walk med DGI

Jesper Dissing og Emil Andersen stod for dette.

I Uge 19 og Uge 41 afholdte DGI to løbe- og gangkampagner.

Formålet var at få folk til at bevæge sig, løbe og gå sammen.

Holbæk LMK inviterede til åben fællestræning i forbindelse med dette, som vi afholdt på vores normale træningsdage.

Der var fartgrupper i 5:00, 5:30, 6:00, 6:30, 7:00, 7:30.

Ruterne blev løbet som 5 km ruter med mulighed for at stige af og på undervejs.

Gængerne afholdt på samme måde træning som åben træning, på de normale træningsdage.

Vi annoncerede begivenhederne på Facebook.

Fællestræninger – CPH Marathon - CPH Half Marathon -TV2 Øst løbet

Emil Andersen har stået for dette, med hjælp fra Jesper Dissing til annoncering, samt medlemmer fra træningsudvalget til depot.

Fællestræninger er blevet afholdt i samarbejde med Sparta Atletik og løb, som åben træning med mulighed for ikke-medlemmer at løbe med.

Træninger er foregået på vores normale træningstider om søndagen klokken 10:00.

Turene er blevet løbet som sløjfer på 5-7 km med mulighed for at stige af og på undervejs.

Der har været fartgrupper i tempo 4:45, 5:00, 5:30, 6:00, 6:30, 7:00 og 7:30.

17.Marts – Træning mod CPH Marathon + TV2 Øst løbet – 21 km.

21. April – Træning mod CPH Marathon + TV2 Øst løbet – 25-30 km.

30. Juni – Træning mod CPH Half Marathon – 10 km.

14. Juli – Træning mod CPH Half Marathon – 12 km.

11. August – Træning mod CPH Half Marathon – 15 km.

1. September – Træning mod CPH Half Marathon – 17 km.

26. Januar – Træning mod CPH Marathon – 15 km.

23. Februar – Træning mod CPH Marathon – 20 km.

Gymnastik

Beretning er skrevet af tovholder – Lone Bolander

Beretning fra gymnastik m Britt og Lone. Der er som altid stor tilslutning til mandagsgymnastik, hvor ca 35 deltager hver gang. Nogle kommer fast hele sæsonen, andre kommer når det passer ind. Der er spredning i alder men der masses på uanset alder og træningstilstand, alle bliver udfordret på deres niveau. Træning med plads til et smil og en snak før eller efter. Husk alle er velkomne, om det kun er en gang imellem eller fast. Nye som gamle medlemmer. Vh instruktørerne.

Begynderløb

Beretning er skrevet af tovholder – Christina Kruse

Vi startede ca 36 nyløbere i sportsbyen. Vi er i dag ca 30 tilbage og det er så flot et fremmøde med ca halvdelen af forløbet tilbage. Vi har arrangeret en lille komsammen for nyløbere og hjælpere efter træning om et par uger, så får vi lige mulighed for at rigtig tale sammen på kryds og tværs. Desuden har vi vores afsluttende 5 km løb ved Parkrun på Amager Fælled lørdag den 3 maj - vi fylder bussen med alle der kunne have lyst, også dem som ikke er nyløbere.

Yoga

Beretning er skrevet af tovholder – Lena Lundegaard.

Sidste forår blev der afholdt 5 gange yin yoga i foreningshuset med Lena Friis Lundegaard som underviser. Der var stor tilslutning til holdene. I efteråret har Lena undervist 3 gange i yin yoga og 3 gange i yang yoga, igen med stor tilslutning og nærmest fuldt bookede hold hver gang. Yogaen fortsætter i dette forår, igen med 3 gange yin yoga og 3 gange yang yoga. Der er desuden planer om yoga både i efteråret 2025 og foråret 2026. Alle gange i foreningshuset. Håber det er mere det du har forestillet dig, ellers er du velkommen til at skrive det om. Hvis nogen spørger er yin yoga de lange og dybe stræk og yang yoga er det dynamiske med styrkelse af muskler, sener og led.

Gå-holdet

Beretning er skrevet af Janni Møller.

Vi går onsdag fra Bjergmarkskolen kl. 17.30, "fartholder" er Janni. Fredag fra kabyssen kl. 17, "fartholder" er Georg og Janni. Søndag fra Stenhus p-plads kl 10. "Fartholder" er Georg. Vi er altid 1-2 der fører Jer rundt i Holbæks gader. Vi går ca. en god times tid og når omkring 5-6 km. Hvis der er nogen der har et forslag til en god tur enten i Holbæk eller uden for Holbæk, så er de mere end velkommen til at tage førertrøjen på og føre os rundt Humøret er altid højt, der er grin og gode snakke. Mottoet er: Sammen går vi ud og sammen kommer vi hjem. Vi laver ture ud af Holbæk for at opleve noget andet. Det er ture på omkring ca 10 km og vi slutter altid af med kaffe og kage. Vi har været på ture til Brorfelde og Maglesø, Hønselsskoven, Bromme plantage, Tuelsø og Ulkerup skove.

Spiseudvalg/Festudvalg

Vi er mest en servicedel til vore forskellige arrangementer, hvor vi prøver at gøre noget for den sociale del af klubben.

Vi har arrangeret BMO - bolle m/ost og brunch efter søndags løb.

I år stod vi for børneløbet og vi sørgede for gløgg og æbleskiver til nisseløbet.

Vores største arrangement er klubfesten, hvor vi har prøvet at gøre det sjovt og hyggeligt at deltage, så det sociale i klubben styrkes på tværs af alle grupper.

Vi håber vi kan arrangere nogle gode arrangementer i år i forbindelse med vores 40 års jubilæum

Rejseholdet

Vi var en håndfuld stykker fra løbeklubben der i maj måned sidste år (2024) fløj til Riga og deltog i Riga halvmaraton, 10 km og 5 km løb. Vi syntes alle, at det var en super hyggelig tur og på baggrund af dette, valgte vi at nedsætte et rejsehold i klubben.

Formålet med Rejseholdet er at finde et til to løb om året, og gerne løb, hvor der er mulighed for at deltage på flere distancer, så flere medlemmer kan deltage. Vi bestræber os på at finde løb både i Danmark og i udlandet.

Vi valgte at starte med at finde et løb her i foråret 2025. Et socialt løb i Danmark, hvor alle kan være med. Klubturen tigger i weekenden 31.05.2025 - 01.06.2025.

Vi skal deltage i "Kolding Half" søndag 01.06.2025. Der er mulighed for at løbe 5 km, 10 km og halvmaraton / DM i halvmaraton + 5 km gang. Der er også et børneløb for børn op til 8 år.

Tilmeldingen til løbet klarer man selv på hjemmesiden koldinghalf.dk og tilmeldingen til selve klubturen inklusive overnatning og mad på Danhostel Kolding foregår på vores hjemmeside under Event. De findes også en begivenhed på vores facebookside med informationer og ellers er I velkommen til at tage en flyer med herfra.

I skrivende stund er der 36 tilmeldte og vi kan godt være flere. Deadline 23.03.2025.

Vi håber at vi får en fantastisk tur til Kolding. Programmet for lørdag kommer snart med start fra frokosttid.

Vi arbejder i øjeblikket på at finde et løb i efteråret 2025 men da det efterhånden er noget svært at finde et spændende løb som ikke er udsolgt, har vi ikke noget konkret endnu.

En stor tak til alle for den store opbakning til Kolding Half. Vi glæder os til at arrangere flere klubture i fremtiden.

På vegne af Rejseholdet

Christina, Karsten, Marlene og Lisette

3. Behandling af evt. indkomne forslag.

Ingen

4. Forelæggelse af regnskab for det forløbne år til godkendelse samt budget for det kommende år

Regnskab Holbæk LMK 1.1.2024 til 31.12.2024

| | | Resultat 23 | Budget 24 | Resultat 24 | Budget 25 |
|------|---------------------------------------|--------------------|-------------------|--------------------|-------------------|
| | Kontingent | | | | |
| 1010 | 37 medlemmer under 25 år | 8.742,00 | 52.000 | 8.305,00 | 8.300 |
| 1010 | 237 medlemmer over 25 år | 42.222,00 | | 53.196,00 | 54.000 |
| 1011 | Indmeldelsesgebyr | 900,00 | | 0,00 | 0 |
| 1040 | Kurstilskud fra Holbæk Kommune | 4.647,00 | | 0,00 | 1.000 |
| | | | | | |
| | Sponsorer & renteindtægter | | | | |
| 1510 | Sponsorer | 75.000,00 | 65.000 | 65.000,00 | 65.000 |
| 1600 | Renteindtægter | 422,42 | 1.000 | 1.086,11 | 500 |
| | | | | | |
| | Løbsarrangementer | | | | |
| 2303 | TV2Øst Løbet | 28.571,40 | 25.000 | 22.724,15 | |
| 2101 | KSO Staffetten | -12.789,40 | -5.000 | -867,50 | |
| 2104 | Natløb | -9.314,20 | -10.000 | -3.306,92 | -6.000 |
| | Nytårsløbet | 18.020,18 | | 39.792,94 | |
| | Indtægter i alt | 156.421,40 | 128.000,00 | 185.929,78 | 122.800,00 |
| | | | | | |
| 3100 | Daglig drift | | | | |
| 3200 | Fællesomkostninger løb | 17.879,73 | 10.000 | 4.879,83 | 5.000 |
| 3300 | Begyndertræning | 0,00 | | 1.638,87 | 5.000 |
| 3310 | Løb betalt af klubben | 3.209,00 | 10.000 | 5.397,30 | 20.000 |
| 3400 | Crossløb | 4.340,00 | 5.000 | -1.825,00 | 5.000 |
| 3500 | Gymnastik og yoga | 8.470,45 | 10.000 | 9.600,00 | 10.000 |
| 3510 | Kontorartikler | 67,00 | | 39,95 | |
| 3520 | Gebyrer | 6.621,70 | 7.000 | 6.344,88 | 8.000 |
| 3641 | Traktement ifm event | 3.228,25 | 10.000 | 6.891,67 | 15.000 |
| 3640 | Udvalgsmøder | 316,00 | 1.000 | 690,70 | 4.000 |
| 3650 | Bestyrelsesmøder mm | 2.415,65 | 4.000 | 5.693,90 | 8.000 |
| 3700 | Generalforsamling | 3.095,50 | 10.000 | 8.127,25 | 12.000 |
| 3800 | Kontingent DGI, DAF, Holbæk Byforum | 9.682,00 | 10.000 | 12.322,00 | 13.000 |
| 3810 | Klubfest indtægt | -11.586,00 | -12.000 | -11.200,00 | -13.000 |
| 3811 | Klubfest udgift | 18.243,21 | 20.000 | 13.362,39 | 30.000 |
| 3900 | Klubmesterskab | 0,00 | 2.000 | 0,00 | 3.000 |
| 4000 | Bestyrelseshonorar, telefонтalskud mm | 9.000,00 | 9.000,00 | 9.000,00 | 9.000 |
| 4100 | Garageleje | 5.067,00 | 5.000 | 4.800,00 | 4.800 |
| 4200 | Klubmodul | 21.736,25 | 22.000 | 22.928,75 | 24.000 |
| 4300 | Foredrag m.m. | 13.587,00 | 10.000 | 4.610,00 | 10.000 |
| 4400 | Kurser for medlemmer | 7.492,00 | 5.000,00 | 1.365,00 | 5.000 |
| 4410 | Klubtøj | 6.925,00 | 25.000,00 | 25.977,46 | 25.000 |
| 4501 | Diverse | 442,20 | | 948,00 | 5.000 |
| 4502 | Donation - Team Rynkeby | 13.515,00 | | 29.844,71 | |
| | Donation - Julemærkefonden | 4.505,18 | | 9.948,23 | |
| | Udgifter ialt | 148.252,12 | 163.000,00 | 171.385,89 | 207.800,00 |
| | | | | | |
| | Resultat | 8.169,28 | -35.000,00 | 14.543,89 | -85.000,00 |

Status Holbæk LMK 31.12.2024

Aktiver

Tilgodehavende

| | |
|---|-----------|
| Danhostel Kolding | 7.047,50 |
| Natløbet, 1 deltagerbetaling | 185,00 |
| Nytårsløbet, eftertilmelding på MobilePay | 1.045,00 |
| Nytårsløbet, online tilmeldinger via DGI | 54.950,00 |
| Nytårsløbet, dåsepant | 217,00 |

Likvide beholdninger

| | |
|--------------------------|-------------------|
| Spar Nord foreningskonto | <u>459.226,32</u> |
| Aktiver i alt | 522.670,82 |

Passiver

| | |
|---|------------------|
| Klubfest, indløsning af gavekort | 375,00 |
| MobilePay, gebyr | 12,15 |
| Forudbetaling til klubtur | 8.356,00 |
| Klubmodul for 2024 | 22.928,75 |
| Bager Jørgen Pilegård | 1.610,00 |
| Yoga instruktør Lena Lundegård | 1.800,00 |
| Nytårsløbet, Sjællandske Medier | 3.660,09 |
| Nytårsløbet, Facebook | 45,56 |
| Nytårsløbet, Holbæk Kommune | 1.650,00 |
| Nytårsløbet, Team Rynkeby (indkøb) | 13.496,00 |
| Nytårsløbet, Marlene Jørgensen (indkøb) | 262,00 |
| Nytårsløbet, Team Rynkeby, andel af overskud | 26.240,00 |
| Nytårsløbet, Julemærkefonden, andel af overskud | 9.947,94 |
| | <u>90.383,49</u> |

Egenkapital

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Egenkapital primo | 417.743,44 |
| Årets resultat | 14.543,89 |
| Egenkapital ultimo | 432.287,33 |

| | |
|----------------------|-------------------|
| Aktiver i alt | 522.670,82 |
|----------------------|-------------------|

Regnskab godkendt.

Spørgsmål:

Får man medlemstilskud til børn/unge under 25 år ? Svar: Vi har frasagt os det da udbetaling af medlemstilskud kræver særlige træninger for børn/unge.

Skal Nytårsløbet ikke med i budgettet ? Svar: Det går i 0 og derfor medtages det ikke.

5. Valg af kasserer (ulige år)

Valgperiode 2 år

Jørgen Høj Jensen er på valg og modtager ikke genvalg

Niels Emsholm blev valgt

6. Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer (ulige år)

Valgperiode 2 år

Kirsten Toftegaard Larsen er på valg og modtager gerne genvalg

Christina Kruse er på valg er på valg og modtager gerne genvalg

Begge genvalgt

7. Valg af 2 suppleanter til bestyrelsen

Valgperiode 1 år

Janni Bo Møller (1. suppleant) og Emil Hedemand Bank Andersen (2. suppleant) er på valg

Janni Bo Møller genvalgt

Emil Hedemand Bank Andersen modtog ikke genvalg

Simon Sand blev valgt

8. Valg af 2 revisorer og 1 revisorsuppleant

Valgperiode 1 år

Revisorerne Lars Petersen er på valg Carsten Buhl er på valg

Begge genvalgt

Revisorsuppleant Susanne Hansen er på valg

Genvalgt

9. Valg af udvalg og udvalgsformænd

Valgperiode 1 år.

Løbsudvalg

Jacob Petersen
Jesper Dissing
Christina Kruse
Jimmi Malling
Lis Hugger Schustin

Træningsudvalg

Lisette Veje Lyngge
Claus Kruse Andersen
Kristine Jensen
Simon Sand

Spiseudvalg/festudvalg

Kirsten Toftegaard Larsen
Claus T Degn
Lene Storkfelt
Ella Jørgensen
Lynda Ougen
Merete Vedel Jensen

Rejseholdet

Christina Kruse
Lisette Veje Lyngge
Marlene Jørgensen

10. Eventuelt

Udnævnelse af æresmedlemmer. Georg + Jørgen M + Fru Madsen har været medlemmer i 40 år. Sagen tages op på et af de første bestyrelsesmøder.

Klubfesten er 20.09.2025.

Slut 20.55