**Skriftlig beretning for året 2019/2020**

Årets beretning dækker perioden fra sidste generalforsamling til i dag.

I beretningens periode har der været flot aktivitet i Firmaidræt Køge, både med faste aktiviteter og events.

**Møder**

Der har i årets løb været afholdt 8 FU-møder og 7 bestyrelsesmøder samt møder med alle udvalg.

Vi har deltaget i Dansk Firmaidrætsforbunds repræsentantskabsmøde, formandsmøde, Landsdel Øst møder, Regionsmøde, Rigtige Mænd møder, Bike & Run stafet møder, events-møde samt møder med Køge Kommune m.fl.

Så også hvad møder angår har vi været særdeles aktive og været med, hvor vi kunne få indflydelse.

Mette Helt har skrevet mange referater i årets løb.

**Motionscenteret**

Vi har nu brugt udbygningen af motionscenteret over 1 år.

Selve udbygningen - reception og omklædning - har fungeret perfekt.

Betalingsdelen er vi ikke helt tilfredse med, da det har drillet en del, og vi lægger os fladt ned og siger undskyld.

Vi arbejder hårdt på, at de sidste ”fejl” bliver tilrettet.

Ved indførelse af IT-systemet har vi prøvet at gøre det så let for jer, men så sandelig også for adm. i Firmaidræt Køge.

Jeg skal beklage de ulemper det har givet, jeg håber, vi er tæt på, at systemet virker ”perfekt”

Stor tak til Susanne og Mette for deres store indsat med at få Conventus til at fungere tilfredsstillende.

Susanne fortæller senere om Motionscenteret m.m.

**Padelbaner**

Som I måske har hørt og set, er vi i samarbejde med Køge Badminton Klub og Ravnsborghallen ved at lave 2 padelbaner på græsset udenfor cafeteriet.

Padel er en mellemting mellem tennis og squash. Hver bane er 10 x 20 meter med glasvæg m.m. Underlag er kunstgræs med sand.

Vi har købt 2 baner, som koster ca. 1 mio. kr. i alt inkl. app til adgangskontrol, betaling, reservation af baner og meget andet.

Padel er den sport i Danmark, der har den største fremgang. Vi har pt. ingen konkurrenter i nærheden.

De 3 partnere har lavet en samarbejdsaftale. Hver af de 3 partnere indskyder ca. kr. 333.000,-.

Dansk Firmaidrætsforbunds **Lokalforeningspulje** støtter Firmaidræt Køge med kr. 200.000,-.

Vi er meget taknemlig for Dansk Firmaidrætsforbunds støtte, tak til Styrelsen.

Sannie! også en stor tak for din store hjælp med ansøgningen til Forbundet og med hjælpen til udarbejdelse af samarbejdsaftalen.

Her skal også siges stor tak til Køge Kommune for opbakningen til etablering af banerne.

Vi forventer ibrugtagning medio maj.

**Bike & Run Stafetten**

14. maj 2019 var 5. år med Bike & Run Stafetten i Køge, hvor der blev afviklet 3x5 km løb samt 2x12,6 km cykling, hermed gennemførte holdet en maraton.

Vi lavede ingen nye ruter i 2019.

Vi brugte meget af vores erfaring fra de foregående år, derfor kom vi ”lettere” igennem eventen.

Der var 46 tilmeldte hold, det var 7 hold flere end i 2018.

Vejret viste sig fra den gode side.

Som noget nyt startede løberne og cyklisterne næsten på samme tidspunkt (2 min. imellem dem). Herefter skiftede løberne og cyklisterne når de kom i mål. Dette gjorde, at arrangementet blev hurtigere gennemført.

De mange deltagere og deres ”heppere” blev efter løbet og hyggede sig på stadion eller i cafeteriet.

Vi solgte 102 portioner Bike & Run pølser med kartoffelsalat.

Alt i alt forløb arrangementet godt. Vi har fået ros fra deltagerne.

En meget stor tak til udvalget for stort og ”stærkt” arbejde, til alle hjælpere på dagene samt til vores sponsorer: (LørdagsAvisen, XL-Byg Køge, Din Tøjmand Køge, Cafe Hyggekrogh´en, SuperBrugsen Ølsemagle, Cafe Teestedet Køge Golfklub, Johnas Golf.dk Køge Golfklub, MD Rustfri Stål, Sydbank, Breschel-Sport).

Løbet afvikles i 2020 den 12. maj. Udvalget har været i gang et stykke tid.

Som noget nyt kan ”gående” også tilmelde sig løbet, holdet med en/flere gående kan ikke vinde løbet, da vi ikke kan kontrollere om den gående løber.

Vi håber, at alle vil være med igen i år samt være med til at udbrede kendskab til løbet.

I år har vi igen LørdagsAvisen som mediesponsor samt mange sponsorer der sponsorerer gaver.

**Rigtige Mænd** (Mette Helt)

For 3. gang har vi afholdt Rigtige Mænd Løbet. Det blev afviklet den 4. juni 2019.

Som optakt til løbet, var der lavet et træningsforløb for ”rigtige mænd” på 11 uger.

Til træningsforløbet mødte 40 håbefulde mænd op. De startede med at blive vejet m.m. og det blev de yderligere 2 gange i forløbet. De deltog i crossfit, løbetræning, styrketræning samt træning i motionscenteret. Der blev gået til den, men samtidig blev der hygget. Der var 35 aktive mænd som gennemførte træningen, de brugte flittigt vores Facebookside.

Løbet blev afviklet i et samarbejde med Dansk Firmaidrætsforbund. Løbet blev økonomisk støttet af Nordea fonden, der støttede løbet med 16 tkr.

Løbet blev afviklet i et meget flot vejr.

31 hold deltog i løbet, der var plads til flere, men deltagerne havde en festlig dag, hvor der blev gået til den ved de mange opgaver.

Vi havde en opvarmer på, det var til stor glæde for deltagerne. Jeg tror også dette var med til, at eventen blev gennemført uden skader; kun de ømme muskler, som deltagerne havde de efterfølgende dage.

Tak til vores lokale sponsorer: Herfølge Kleinsmedie, Sydbank, Lokalbolig, Sparekassen Kronjylland, Din Tøjmand, Reviplan, Cafe Tee, Køge Golfklub, golftræner Jonas Terkildsen, XL-Byg, Niemanns Maskinstation, SuperBrugsen Ølsemagle, ETK.

Tak til udvalget og alle hjælperne.

Løbet i 2020 bliver afvikles den 4. juni, og udvalget er i gang med forarbejdet.

Også i 2020 er der igen et træningsforløb for ”rigtige mænd”. Der er over 20 tilmeldte til forløbet.

**Julemærkemarchen** (Mette Helt/Finn)

For 3. gang afholdt vi Julemærkemarchen.

Der var ruter på 5 og 10 km ud over åsen og i det nordlige Køge.

Vi havde igen fået lov til at bruge Køge Gymnasiums Kantine.

Det blev en fantastisk god dag, med megen liv før, under og efter marchen

Køge Spillemandsforening underholdt før, under og efter marchen, det var deltagerne meget glade for.

Da dagen kom, blev vi 721 deltagere, 61 mindre end i 2018.

Der blev solgt morgenbrød, drikkevarer, gløgg og æbleskiver m.m. fra Køge Gymnasium samt Krickethuset på Køge Stadion (det sidste som depot).

Der var mange, som tilmeldte sig på selve dagen; der var livlig aktivitet på Gymnasiet.

Lisbeth Zornig Andersen åbnede marchen med en rigtig god tale.

Tak til vores sponsorer: SuperBrugsen Ølsemagle, XL Byg, Hammershus Bageri, Din Tøjmand, Sandwichcafeen, Sydbank, Murer- og entreprenørfirmaet Niels Poulsen ApS. og Fiskemanden fra Kystvejen.

En tak til Mette og Jørgen for en meget stor arbejdsindsats i forbindelse med arrangementet.

Også en kæmpe tak til udvalget og alle hjælperne for en fantastisk indsats også denne dag.

Vi har sagt ja til 2020 det bliver 6. december.

**Hallen**

Firmaidræt Køge har 3 medlemmer i bestyrelsen for hallen: Helle Watts, formand – Jan Nielsen, kasserer – Poul Henning Vive.

Derudover er Køge Badminton Klub repræsenteret af 1 person og Køge Kommune har 2 repræsentanter i bestyrelsen.

Tak til vores repræsentanter for jeres store indsats i Ravnsborghallens bestyrelse.

**Frivillige hjælpere**

Her vil Jørgen aflægge beretning (via formanden)

Foreningen vil sige tusinde tak til alle, der har hjulpet foreningen i det forløbne år, uden jeres hjælp ville vores events m.m. ikke kunne gennemføres.

**Sundhedsambassadøruddannelse**

Sammen med Dansk Firmaidrætsforbund tilbød vi en ”sundhedsambasadøruddannelse” i 2019.

Grundet for få tilmeldinger måtte vi aflyse dette arrangement.

Vi prøver igen til efteråret 2020.

Sundhedsambassadørerne får værktøjer, viden og klare konkrete idéer til mere motion, mere sundhed og bedre sammenhold på virksomheden. Samtidig får de et netværk med andre arbejdspladser i Køge.

2 medarbejdere fra hver virksomhed inviteres til deltagelse.

Kurset over 2 dage er gratis.

**Nye tiltag**

Af nye tiltag i 2020 starter Padel op.

I august satser vi på at starte ”Idræt om dagen” op. Det kan værre bowls, badminton, curling og andet spændende.

Den 5. september 2020 vil vi afholde en event dag for: medlemmer, familie, virksomheder og Køge indbyggere. Vi har lejet hele Ravnsborghallen og Ravnsborg Stadion. Det skal nok blive sjovt.

Hvad der ellers sker i 2020/2021 vides pt. ikke, men vær sikker på, at Firmaidræt Køge, nok skal holde ”gryden” i kog.

**Udvalgene**

Alle udvalg aflægger selv beretning, jeg vil sige tak til alle udvalgsmedlemmerne for jeres store arbejde.

**Hjemmeside og Facebook**

Firmaidræt Køge har meget en fin hjemmeside. Desværre blev dem, der hoster vores hjemmeside (igennem Dansk Firmaidrætsforbund) hacket. I ca. 2 uger var vi uden hjemmeside. Heldigvis kunne back up bruges.

Nedbruddet betød desværre store problemer med betaling til Motionscenteret, da betaling går igennem hjemmesiden. Det blev klaret manuelt af Susanne i Motionscenteret.

Tak til Ole Sørensen for hans store arbejde med hjemmesiden.

Gå ind og følg med på hjemmesiden, f.eks. er alt materialet til generalforsamlingen lagt op på hjemmesiden.

Firmaidræt Køge har flere Facebooksider, som bliver brugt flittigt. Vi har mange ”synes om” og dermed mange følgere. Dette medie er meget vigtigt at bruge, man kommer hurtigt ud til mange personer.

Tak til alle for at opdatere Facebooksiderne.

Fremadrettet får alle underafdelinger en Facebook side.

**Erhvervsskoler**

Et af vores mål er at få et større samarbejde med erhvervsskolerne i Køge.

Desværre har vi pt. ikke det store samarbejde med erhvervsskolerne.

Vi vil arbejde på at få dette samarbejde mere i gang igen, det er en af vores handlingsplaner, det bliver i samarbejde med Dansk Firmaidrætsforbund.

**Dansk Firmaidrætsforbund**

I det forløbne år har vi deltaget i Dansk Firmaidrætsforbund repræsentantskabsmøde.

Under mødet skulle der bl.a. være valg til Firmaidrætsudvalget. Her stillede Lea Bergstedt, fra Firmaidræt Køge op til udvalget. Der var 7 opstillede kandidater og 5 skulle vælges. Der var tæt løb, men Lea blev valgt ind i udvalget. Et stort tillykke fra Firmaidræt Køge.

I Firmaidræt Køge arbejder vi efter Dansk Firmaidrætsforbunds strategi 2022.

Strategien styrker den lokale firmaidræt og Kollegamotion på flere arbejdspladser.

Derudover er der 10 landsdækkende indsatsområder.

Firmaidræt Køge har benyttet sig flittigt af de tilskudspuljer som findes i Dansk Firmaidrætsforbund.

Her tænkes især på den nye ”lokalforeningspulje”.

Herfra har Firmaidræt Køge fået penge til: Bowlsudstyr, adgangskontrolsystem, Office 365 til alle i bestyrelsen, højttaleranlæg og nu 200.000,- til padelbaner.

Alt i alt beløber det sig til 282 tkr.

Tusind tak til Dansk Firmaidrætsforbund lokalforeningspulje, dette gør en stor forskel.

Dansk Firmaidrætsforbund har afholdt event-møde, hvor Firmaidræt Køge selvfølgelig deltog.

Her vandt vi kr. 30.000 og 40 konsulenttimer til nye events.

De bruges bl.a. til eventen den 5. september, derudover arbejdes der på en anden event, herom senere.

24. januar var vi til afskedsreception for Forbundets mangeårige generalsekretær Jan Steffensen, som fratrådte d. 31/12-19 – og samtidigt benyttede vi lejligheden til at sige goddag til den nye general Mette Mandrup, som vi er sikker på, at vi får et lige så godt samarbejde med, som vi havde med Steff.

Der afholdes Firmaidræt Open i Århus den 12. -14. juni 2020. Firmaidræt Køge støtter de medlemmer, der ønsker at deltage. Firmaidræt Køge betaler tilmeldingsgebyret til idrætsgrenene samt et tilskud til transport.

Firmaidræt Køge har brugt / bruger Dansk Firmaidrætsforbund rigtig meget. Bl.a. til udarbejdelse af flyers, pressemeddelelser, ansøgninger o.l. Vi bruger konsulenten (Sannie Kalkerup) til sparring, udvikling, hjælp til ansøgninger m.m. Tusind tak for hjælpen.

Sammen med Dansk Firmaidrætsforbund arbejder vi på ”Arbejdspladsernes Motionsdag”.

Fredag i uge 41 (dagen før skolernes efterårsferie) har skolerne motionsdag. Det prøver vi at overføre til arbejdspladserne.

Denne fredag skal medarbejderne gøre en slags motion, og vi håber at flere virksomheder i Køge vil tilmelde sig til motion denne dag.

Vi er gået i gang med at arrangere ”Arbejdspladsernes motionsdag” i 2020.

**Events**

Ud over de føromtalte events har vi afholdt events med Diabetesforeningen.

Diabetesforeningen tilbyder blodsukkermåling, og vi tilbyder at tale om motion og kost.

**Antal medlemmer**

Firmaidræt Køge har pr. 31.12.2019 4.674 medlemmer. Dette er en fald på 751 medlemmer i forhold til 2018

Dette skyldes at der er oprettet en Firmaidrætsforening i Ringsted. Ringsted kommune var medlem hos os, men selvfølgelig nu indmeldt i Ringsted. Det ”kostede” os 1.150 medlemmer. Hvis vi ser bort fra Ringsted kommune, så har vi en stigning på 399 medlemmer.

Vi er ca. 1.300 aktive medlemmer.

**Økonomi**

Foreningen har en fornuftig økonomi, dette kommer vi ind på lidt senere.

**Køge Kommune**

Vi har et godt samarbejde med Køge Kommune herunder ETK, stor tak til Køge Kommune.

Vi deltog ikke i Foreningernes festdag på Køge Torv i 2019, da vi havde andre gøremål denne dag.

I Idrætsrådet i Køge Kommune sidder Poul Henning Vive, opstillet af Firmaidræt Køge.

Tak til Poul Henning for det arbejde du gør for idrætten i Køge.

**Afslutning**

Afslutningsvis vil jeg takke Ravnsborghallens medarbejdere, cafeteriet, samarbejdspartnere/sponsorer, Dansk Firmaidrætsforbund og dets konsulenter for godt samarbejde.

Jeg vil specielt sige tak for godt samarbejde til FU, bestyrelsen og alle de frivillige der har hjulpet til ved vores events samt alle frivillige ledere i udvalgene.