



Bestyrelsens beretning 2024

Lyngby og Gentofte gymnastik

Indholdsfortegnelse

INDLEDNING	3
BESTYRELSEN	3
STRATEGI.....	3
ADMINISTRATION OG DRIFT	4
TRÆNERE OG FRIVILLIGE	4
HOLD OG MEDLEMMER	5
SÆSON.....	5
HOLD.....	5
MEDLEMSTAL.....	6
FÆLLESSKABSPULJE.....	6
GYMSTARS	6
HOLDENE	6
AUDITION OG OPTAGELSE	7
ARRANGEMENTER.....	7
EVENTS	8
ARRANGEMENTER FOR TRÆNERE OG FRIVILLIGE	8
ARRANGEMENTER FOR MEDLEMMER	8
EKSTERNE ARRANGEMENTER	9
KOMMUNIKATION OG MARKEDSFØRING	9
SOCIALE MEDIER	9
VISUELLE MATERIALER OG PRODUKTER	9
IT-PROJEKT TIL NEMMERE REKRUTTERING	9
LOKALER OG FACILITETER	10
LAGER OG INDKØB	10
SHOP	10
REDSKABER.....	10
ØKONOMI	11
IT OG DATA	11

Indledning

2024 har budt på meget spændende arbejde for både bestyrelse, administration, trænere og frivillige. Der er blevet talt om og handlet på nye strategier, som har forlænget sæsonen, indført BørneGymnastik, lavet nye arrangementer for frivillige og meget andet.

2024 har været et hårdt år, men et godt år – lige som vi kender LG bedst.

Bestyrelsen

Bestyrelsesmedlemmer blev valgt til bestyrelsen på generalforsamlingen den 28. februar 2024.

Konstitueret med Christa Elkjær Dvinge som formand, Marie Adserballe Kristensen som næstformand, Charlotte Kiszka som kasserer samt Louise Paulin, Pernille Krogh, Pernille Bitsch og Maria Gindrup som bestyrelsesmedlemmer. Foreningschef Elisa Malling Beck har desuden deltaget i årets bestyrelsesmøder. Dertil har Nikolaj Bendiksen deltaget i møder i efteråret med henblik på at få indblik i bestyrelsens arbejde og stille op til valg til generalforsamling 2025.

Bestyrelsen og administrativ ledelse har holdt syv bestyrelsesmøder. Herudover er der holdt møder i mindre grupper vedrørende økonomi, foreningsudvikling, trænere, GymStars, administration, mm.

Bestyrelsen har desuden deltaget i møder i kommunerne og forbundene i løbet af sæsonen.

Strategi

I 2023 deltog LG i et foreningsudviklingsforløb med DGI, hvor der blev arbejdet særligt med rollefordeling og frivillighed. Herefter besluttede bestyrelse og ledelse af igangsætte et strategisk fokus på foreningsliv og fællesskab. I løbet af 2024 er der derfor lavet handleplan og igangsat handlinger, der skal 1) fremme medlemmers foreningsfølelse, 2) styrke trænernes ansvarsfølelse samt 3) udvikle og forbedre processer for frivilligrekruttering.

Handlingerne, der er blevet igangsat, er blandt andet forlængelse af sæsonen (afskaffelse af forårssæson), udvikling af nye holdtilbud, flere besøg fra administrationen ude på foreningens hold og mere fokus på frivilligpleje gennem et julearrangement.

Administration og drift

Administration

Elisa Malling Beck, 37 timer – Foreningschef
 Freja Thorsen, 35 timer – Lokaler, data og lager
 Rikke Tylak Jakobsen, 37 timer – barselsvikar
 Sebastian Petersen, 20 timer – redskaber og medie
 Viktor Andersen, 37 timer – barselsvikar
 Katja Engsig, 15 timer – Lønbogholder
 Nanna Vangsgård – studiemedarbejder
 Mathilde Stricker – studiemedarbejder
 Mathilde Petri Andersen – studiemedarbejder
 Astrid Jager Lykke – studiemedarbejder
 Willads Mikkelsen – studiemedarbejder
 Nathalie Rove, 37 timer – barsel
 Katrine Karstensen, 35 timer – barsel
 Mette Aunbirk, 15 timer – Lønbogholder
 Linda Ranløv, 30 timer – Økonomi- og administrationssekretær

Som det ses af listen, har administrationen haft mange medarbejdere i 2024. Alle har naturligvis ikke været tilknyttet på samme tid.

Netværk

Administrationen har igen i 2024 deltaget i flere netværk i løbet af året

- Netværk for gymnastikforeninger med ansatte, DGI
- Netværk for ungdomstrivsel, Gentofte
- Brugergruppe for klubber med Zakobo, online
- Netværk for foreningsledere (nyt 2024)

Trænere og frivillige

Trænere

Trænertype	2024	2023
Cheftræner	64	54
Assistenttræner	34	25
Hjælpetræner	60	56
Minitræner	21 (frivillig)	27 (frivillig)
Forældertræner	8 (frivillig)	11 (frivillig)
Vikar	17 (tælles ikke med i total)	Ikke optalt
Total	187 (heraf 158 lønnede)	173 (heraf 135 lønnede)

Der ses en betydelig stigning i antallet af trænere. Det skyldes blandt andet, at der arbejdes med at ansætte lidt flere trænere pr. hold, end der er gjort tidligere. Dette for at højne kvaliteten af undervisningen og for at stå stærkere i situationer med eksempelvis sygdom, hvor trænere ikke har mulighed for at finde en afløser.

Frivillige

Ultimo december 2024 er der 67 frivillige i Team Hjælpemor og Hjælpefar.

Til sammenligning var der ultimo 2023 55 frivillige i teamet.

Administrationen har i 2024 deltaget i en Frivillighedsuddannelse afholdt af Lyngby-Taarbæk kommune i samarbejde med DGI. Uddannelsen gav anledning til mange gode snakke i administrationen og har også sat gang i en ny organisering og rekruttering af de frivillige, som vil blive igangsat i 2025.

Hold og medlemmer

Sæson

I 2024 var det sidste år, at LG havde en Forårssæson. Sæson 2024-2025 varer dermed helt fra august 2024 til juni 2025, og den stopper ikke som tidligere i april efterfulgt af en separat forårssæson i maj og juni måned.

Hold

BørneGymnastik

I sæson 2024-2025 er den nye stilart/gymnastikkategori "BørneGymnastik" blevet indført med henblik på at strømline den gymnastik, foreningen underviser børn i alderen 4-7 år.

I mange år har gymnastikholdene i denne aldersgruppe være inddelt i springgymnastik, parkour, Dansegymnastik, mm., men da mange undersøgelser har vist, hvor vigtigt det er som barn at få en bred forståelse for idræt og bevægelse, vil vi som forening gerne efterleve dette.

Samtidig ved vi, at børn har forskellige interesser, og derfor vil vores hold fortsat være præget af en stilart. Fremover kan man derfor gå til BørneGymnastik m. dans og rytme, m. springgymnastik, m. parkour og m. akrobatik.

Nye holdtiltag

I sæson 24-25 er der oprettet flere forskellige nye tiltag, heriblandt.

- Spring for drenge. Et nyt hold med springgymnastik kun for drenge for at have fokus på drenge i gymnastikken.
- LG's damer. Et rytmehold for damer på foranledning af en mor i foreningen, som efterfølgende har tilmeldt sig holdet.
- Hip hop og commercial. Et dansehold for unge og voksne.
- FamilieGymnastik m. akrobatik. Nye familiehold også for lidt ældre børn.

- Funktionel bevægelse. Motionshold med mulighed for at træne flere dage og lokationer med samme tilmelding.
- Solsikkeholdet. Et gymnastikhold for børn med særlige behov.

Medlemstal

Medlemstallene er genereret i foreningens databasesystem, Zakobo, ud fra kriterierne fra Centralt ForeningsRegister (CFR).

I nedenstående skema ses antallet af medlemmer sammenlignet med de seneste to år. Der ses både det totale medlemstal og medlemstallene for hver af de to kommuner.

Årstal	Total	Gentofte	Lyngby-Taarbæk
2024	4.181	2.746	1.435
2023	4.543	3.041	1.502
2022	4.427	2.733	1.718
2021	3.748	2.303	1.445

Der ses et fald i antal af medlemmer. Det er dog vigtigt at huske, at beregningen baseres på, at man tæller som medlem, hvis man har været aktiv i foreningen i minimum 90 dage i løbet af 2024. Derfor kan et fald i medlemmer også være en konsekvens af, at flere medlemmer fortsætter i længere tid (fx to eller flere på hinanden følgende sæsoner) og dermed tæller som ét medlem hele året frem for at et nyt medlem optager samme plads, men tæller som ekstra medlem og dermed øger det samlede medlemstal.

Administrationen har løbende statistik med antal besatte pladser og har ikke på noget tidspunkt mærket, at der skulle være færre aktive medlemmer end de seneste år. Dermed konkluderes det at faldet i medlemstallet primært må skyldes, at flere medlemmer fortsætter i foreningen.

Fællesskabspulje

Der er blevet gjort flittigt brug af foreningens Fællesskabspulje – en pulje, som trænere kan søge for at få tilskud til sociale, fællesskabende aktiviteter på deres hold. Endnu flere hold, både GymStarhold og øvrige hold har haft gavn af puljen.

GymStars

Holdene

I sæson 2024-2025 er der oprettet i alt 11 GymStarhold og et Team LG.

- Akro-Rytme Mini (for første gang slået sammen til ét hold) – 19 gymnaster
- Street Mini – 19 gymnaster
- Spring Mini – 28 gymnaster

- Akro Junior – 16 gymnaster
- Rytme Junior – 17 gymnaster
- Street Junior – 19 gymnaster
- Spring Junior – 27 gymnaster
- Akro Rep – 21 gymnaster
- Rytme Rep – 21 gymnaster
- Street Rep – 18 gymnaster
- Spring Rep – 19 gymnaster
- Team LG – 25 gymnaster

Audition og optagelse

Der blev afholdt audition i Kildeskovshallen i maj måned i stilarterne akrobatik, rytme, street dance og springgymnastik.

Antal deltagere: 358

Fordelt på

- Akro: 65
- Rytme: 58
- Street 9-12 år: 44
- Street 13 år+: 48
- Spring 9-12 år: 77
- Spring 13 år+: 66

Sammenlignet med 2023 var der flere tilmeldte på hver audition, hvilket er en dejlig udvikling. Audition til rytme var oprindeligt opdelt i to, men blev slået sammen til én, inden afholdelsen.

Arrangementer

År 2024 har budt på både adskillige opvisninger for GymStar-gymnasterne.

- OD-dag – udvalgte Rep-hold
- DGI's Forårstævne – Mini og Rep
- GymDanmark, Gymnasternes dag – Junior og Rep
- LG's Forårsofvisninger – Mini, Junior og Rep
- DGI's Sommerstævne – enkelte Mini- og Juniorhold
- Sej, Sund og Sikker Festivalen – enkelte Mini- og Juniorhold
- GymnastikSommerland – udvalgte Mini-, Junior- og Rephold.
- GymnastikJuleland – udvalgte Minihold samt Junior og Rep.

Gym for Life

Rep-holdene deltog i det danske Gym for Life i juni måned på Ollerup Gymnastikhøjskole.

Akro Rep vandt guld. Rytme Rep, Street Rep og Spring Rep vandt alle tre sølv.

Events

Arrangementer for trænere og frivillige

Cheftrænermøde: Afholdt i Gentoftehallen i januar måned for at forberede trænerne på sæsonafslutningerne.

Træner Kick Off: Træner Kick Off blev endnu en gang afholdt i august måned for alle trænere, bestyrelse og administration for at få en god start på sæsonen.

Jul for Team Frivillig: I et spontant øjeblik arrangerede administrationen arrangementet "Jul for Team Frivillig", som endte med at blive en hyggelig succes for trænere og frivillige, hvor der blev spillet bingo, vundet præmier, spist æbleskiver og delt julegaver ud. Det er helt sikkert ikke sidste gang, at det bliver afholdt.

Trænerjulefrokost: Trænerne var inviteret en tur på Boltens Gård, hvor der blev spillet minigolf og quizzet i mindre grupper. Herefter gik de ca. 120 trænere gennem Københavns gader til Mammass, hvor der blev spist dejlig mad og hygget hele aftenen.

Faceoff: Foreningen havde købt billetter til 'Faceoff x main event', og ca. 40 LG'ere tog afsted i bus mod Herning en tidlig decembermorgen og tilbragte dagen sammen med højt humør og en flot og inspirerende gymnastikkonkurrence.

Arrangementer for medlemmer

Sæsonafslutningerne: I 2024 bestod sæsonafslutningerne af Spring & Parkour Jam, FamilieGymnastikFest og Forårsopvisninger 1-4. Som altid var det en uge fyldt med godt humør, fart over feltet, flotte opvisninger, fællesskab og glade mennesker.

GymnastikJuleland: GymnastikJuleland var på programmet i december måned og var en stor succes med mange tilmeldinger til både workshop-delen og det efterfølgende Juleshow, hvor der var opvisning fra både Mini-, Junior- og Rephold.

GymnastikSommerland: I juni blev der afholdt GymnastikSommerland. Arrangementet bestod af sjove og udfordrende workshops for alle deltagere og sluttede af med en lille opvisning.

Åben Træning og Åben Legestue: Åben Træning og Legestue har igen været på programmet i sæson 2024-2025 og er fortsat gratis til stor glæde for LG's medlemmer, som deltager i stor stil.

Feriecamps: Der er blevet afholdt gymnastikcamps og minicamps i vinterferien, sommerferien og efterårsferien i begge kommuner og hertil også Aktiv Ferie i Gentofte.

Eksterne arrangementer

Samarbejdet med kommuner og skoler er fortsat, og der er afholdt flere skoleforløb og events med kommunerne, hvor vi stiller trænere til rådighed, som giver undervisning til skoleklasser enten i idrætsforløb, til idrætsdage eller andre events.

Kommunikation og markedsføring

Sociale medier

Foreningen bruger Facebook, Instagram og YouTube til at markedsføre sig selv gennem billeder, videoer, reklame for hold, nyheder, mv.

Platform	2022	2023	2024	Stigning
Facebookside (følgere)	2.145	2.309	2.411	102
FB: Åben Træning	1.500	1.772	2.123	351
FB: Køb, salg, bytte	619	656	711	55
Instagram	1.617	1.766	1.913	147

I forbindelse med foreningens 60 års jubilæum i 2025, er der på Facebook og Instagram sat gang i "Throwback Thursday", hvor foreningen sammen med alle følgere kigger tilbage på og mindes gamle dage, hvilket har givet et hyggeligt og nostalgisk tilbageblik i foreningens historie.

Ved Træner Kick Off blev der dannet et MedieTeam, som kom med flere gode idéer til, hvordan vi kan forbedre aktiviteten på de sociale medier, og teamet har været med til at arrangere "insta takeover", hvor forskellige hold deler billeder og videoer fra deres træning.

Visuelle materialer og produkter

Tilbagevendende tiltag

- Plakater og flyers, reklame for hold
- Flyers, reklame for frivillighed
- Velkomstbrochure og opvisningsbrochure
- Plakater til Forårsopvisningerne, GymnastikSommerland og GymnastikJuleland

IT-projekt til nemmere rekruttering

Administrationen har samarbejdet med ekstern aktør om at udarbejde en skræddersyet quiz til medlemmer for at gøre det nemt og sjovt at finde et passende gymnastikhold i foreningen.

Projektet forventes at være færdigt i løbet af 2025, så produktet kan tages i brug i forbindelse med tilmelding til sæson 25-26.

Lokaler og faciliteter

Fordelingen af lokaler er hovedsageligt forløbet, som det plejer, og foreningen har fået tildelt nogenlunde samme lokaletid som tidligere.

Der er blevet søgt lidt mere tid, som har givet mulighed for at oprette nogle nye hold, blandt andet FamilieGymnastik m. akrobatik.

Administrationen arbejder konsekvent med at udnytte faciliteterne til fulde – det gælder både selve lokaletiden, som foreningen har fået tildelt, men det gælder i høj grad også at sørge for, at faciliteterne er brugervenlige og rare at være i for medlemmer og trænere. Dertil ligger der en del arbejde i at have gode samarbejder med skoler og kommuner, så det sikres, at faciliteterne lever op til de krav, som foreningen stiller. Da det er lokaler, vi låner og ikke bestyrer selv, er det udfordrende altid at leve op til kravene, men igen i 2024 er der lagt meget arbejde i at oparbejde så gode samarbejder som muligt med alle skoler og haller, som benyttes til undervisning.

Lager og indkøb

Shop

I 2024 blev der indkøbt et rullebord, to tøjstativer og et prisskilt på fod til LG Shoppen. Der blev også implementeret de nye roll-up bannere med modelbilleder i flotte farver. Dette har både højnet selve funktionaliteten af shoppen, samt det visuelle udtryk – det har givet et lettere, mere indbydende og professionelt look, som minder lidt mere om en "rigtig butik". Det har givet anledning til positive kommentarer fra især de frivillige, som mener, at det er blevet meget nemmere at sætte shoppen op og betjene den. Under opvisningsugen var der også flere trænere som roste det nye *look*.

Redskaber

Redskaberne er en vigtig del af stort set al undervisning i LG, uanset om der er tale om vimpler og pom pom'er, håndvægte, faldskærme, parkourrail eller airtracks. Hvert år bruger foreningen både tid og økonomi på at vedligeholde faciliteter og redskaber, så der er de bedste forudsætninger for at give alle medlemmer en god træning.

I 2024 er der særligt blevet indkøbt ekstraudstyr til flere af redskaberne for at højne sikkerheden. Dertil er der udskiftet betræk på plinte og madrasser for brugervenlighedens skyld, men som også har en markedsføringsværdi.

Økonomi

Foreningen havde i 2024 budgetteret med et underskud på 185.000 kr., men slutter året med et overskud på knap 940.000 kr.

Overskuddet skyldes hovedsageligt flere kontingentindtægter. Beslutningen om at nedlægge Forårssæsonen og forlænge hovedsæsonen blev taget efter fastlæggelsen af budgettet. Dermed har foreningen i regnskabsåret 2024 fået kontingentindtægter fra maj og juni 2024 (Forårssæson 2024, godt 1 mio. kr.) og for maj og juni 2025 (som del af hele sæson 24-25).

Langt størstedelen af foreningens indtægter kommer via kontingentindbetalinger i juni måned. Bestyrelsen og administrationen er opmærksomme på, at der med denne model vil være lønudgifter til trænere, som afholdes i det efterfølgende regnskabsår.

It og data

AI (kunstig intelligens)

Også her i en forening som vores, mærkes hvordan kunstig intelligens bruges mere og mere i arbejds- og privatlivet, og der går overvejelser på, hvordan og om det skal inkorporeres i hverdagen. Til at begynde med arbejdes med at lette lidt af den byrde administrationen har med medlemsbesvarelser, og der kigges ind i at finde elektroniske løsninger, som kan give en god oplevelse for medlemmerne, fordi de får hurtig og målrettet svar på spørgsmål. Læs mere under punktet "IT-projekt til nemmere rekruttering".

Foreningen er samtidig meget opmærksom på fortsat at udvise personlighed og medmenneskelighed, og det vil langt fra være alle processer, der kan styres af kunstig intelligens. Brugen af teknologien skal være et hjælpende supplement og ikke et alternativ.

Statistik

Læs om medlemsstatistik under kapitlet om Hold og Medlemmer.

Der laves desuden øvrige statistikker på hold, medlemmer, trænere mm. i det omfang, det er nødvendigt og ressourcemæssigt muligt for administration. Statistikker bruges blandt andet til forbedringer og udvikling af foreningens tilbud.