



60

Bestyrelsens beretning 2025

Lyngby og Gentofte gymnastik

Indholdsfortegnelse

INDLEDNING.....	3
BESTYRELSEN	3
STRATEGI.....	3
ADMINISTRATION OG DRIFT	4
TRÆNERE OG FRIVILLIGE	4
TRÆNERE	4
FRIVILLIGE	5
HOLD OG MEDLEMMER	5
SÆSON.....	5
HOLD.....	5
MEDLEMSTAL.....	6
FÆLLESSKABSPULJE.....	7
ÅRETS LG-T-SHIRTS	7
GYMSTARS.....	7
HOLDENE	7
AUDITION OG OPTAGELSE	7
ARRANGEMENTER.....	8
<i>World Gym for Life i Portugal.....</i>	<i>8</i>
EVENTS	8
ARRANGEMENTER FOR TRÆNERE OG FRIVILLIGE	8
ARRANGEMENTER FOR MEDLEMMER	9
EKSTERNE ARRANGEMENTER	10
KOMMUNIKATION OG MARKEDSFØRING	10
SOCIALE MEDIER	10
VISUELLE MATERIALER OG PRODUKTER.....	10
IT-PROJEKT TIL NEMMERE REKRUTTERING	10
LOKALER OG FACILITETER	10
LAGER OG INDKØB	11
SHOP.....	11
REDSKABER.....	11
ØKONOMI	11
IT OG DATA	12

Indledning

Året 2025 har lignet en helt almindelig sæson i LG med glade gymnaster, engagerede trænere, spændende udfordringer og lærerige erfaringer samtidig med, at det har været nyt, begivenhedsrigt og som aldrig før.

Helt særligt har det været for foreningen at fejre 60 års jubilæum. Selvom de første fejringer fandt sted i 2024 for at markere en jubilæumssæson (2024-2025), så har 2025 for alvor budt på overraskelser, fejringer, konfetti og ikke mindst spændende tanker om foreningens fremtid.

Bestyrelsen

Bestyrelsesmedlemmer blev valgt til bestyrelsen på generalforsamlingen onsdag den 26. februar 2025.

Konstitueret med Christa Elkjær Dvinge som formand, Pernille Bitsch som næstformand, Charlotte Kiszka som kasserer samt Louise Paulin, Pernille Krogh, Maria Gindrup og Nikolaj Bendiksen som bestyrelsesmedlemmer. Dertil Julie Gindrup og Marie Adserballe Kristensen som suppleanter. Foreningschef Elisa Maling Beck har desuden deltaget i årets bestyrelsesmøder.

Bestyrelsen og administrativ ledelse har afholdt seks bestyrelsesmøder. Herudover har der været statusopdateringer over mail samt møder i mindre grupper vedrørende økonomi, foreningsudvikling, trænere, GymStars, administration, mm.

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

Strategi

Foreningen har i flere år gået med tanken og drømmen om et springcenter i Lyngby-Taarbæk. Og 2025 blev året, hvor det for alvor blev sat i værk i form af både indledende møder, workshops, videomateriale og ikke mindst et vælgermøde for lokale politikere i samarbejde med DGI.

Efter en forholdsvis positiv opbakning fra både DGI, FIL, kommune og politikere tog LG's bestyrelse og ledelse en beslutning om at lade drømmen leve videre og i den forbindelse allokere økonomiske ressourcer til projektet. Der vil blive ansat en projektleder for en periode i 2026, som skal arbejde videre med at undersøge muligheder for byggeri, lokation, samarbejdspartnere, fundraising, økonomi mv.

Administration og drift

Administration

Elisa Malling Beck – Foreningschef

Freja Thorsen – Kontoradministrator og arbejdsmiljøansvarlig (Souschef)

Rikke Tylak Jakobsen – Medlems- og kommunikationsansvarlig

Sebastian Petersen – redskaber og medie

Thea Sandeman Hessen-Schmidt – Træner- og kvalitetsansvarlig

Stephanie Thien Trinh – Ansvarlig for GymStars og idrætslige samarbejder

Carolina Søs Malling Konradsen – Eventansvarlig

Katja Engsig – Lønbogholder

Laura Jeppsen – Barselsvikar

Mathilde Petri Andersen – studiemedarbejder

Willads Mikkelsen – studiemedarbejder

Netværk

Administrationen har igen i 2025 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

Trænere og frivillige

Trænere

Trænertype	2025	2024
Cheftræner	78	64
Assistenttræner	34	34
Hjælpetræner	46	60
Minitræner	33 (frivillig)	21 (frivillig)
Forældertræner	2 (frivillig)	8 (frivillig)
Vikar	25 (tælles ikke med i total)	17 (tælles ikke med i total)
Total	193 (heraf 158 lønnede)	187 (heraf 158 lønnede)

Der ses en lille stigning i det samlede antal af trænere. Som det også var gældende for 2024 er der arbejdet med at ansætte et vist antal trænere til hvert hold for at sikre en god kvalitet, også i tilfælde af eksempelvis sygdom eller anden fravær i trænerteamet.

Af hensyn til ønsket om et springcenter i Lyngby-Taarbæk, er der i slutningen af 2025 taget beslutning om at spare penge, som kan bruges på dette projekt. Dette vil formentlig resultere i nogle ændringer blandt træneransættelser i den nærmeste fremtid.

Frivillige

Ultimo december 2025 er der 75 frivillige LG Venner.
Til sammenligning var der ultimo 2024 67 frivillige.

2025 blev året, hvor begrebet Team Hjælpemor og Hjælpefar blev byttet ud med LG Venner. Det har været en længere proces, der begyndte med en frivillighedsuddannelse for et par medarbejdere i administrationen, og som sluttede med en ny strategi for rekruttering og fastholdelse af de frivillige.

Det er bestyrelsens og administrationens forhåbninger at begrebet LG Venner kan favne bredere og skabe bedre bæredygtighed i foreningslivet og i øvrigt også bidrage til at højne trænerniveauet, idet man nu kan blive LG Ven på et hold, inden man er gammel nok til at blive Minitræner.

I forlængelse af lanceringen af det nye koncept LG Ven blev der sendt en artikel i Idrætsmonitor, som ledte videre til en spændende deltagelse i en frivillighedskonference afholdt af DGI, hvor LG holdt oplæg om det nye koncept.

Hold og medlemmer

Sæson

I 2025 kunne LG fejre 60-års jubilæum. Det fik stor betydning for sæson 2024-2025 med fødselsdagsfejringer for både medlemmer og trænere i løbet af sæsonen, og den helt store fejring sås til Forårsopvisningerne.

Hold

BlomsterGymnastik

I sæson 2024 opstartede vi et nyt holdtilbud målrettet børn og unge med særlige behov. Med hjælp fra Specialsport kom holdet godt i gang og fik navnet **Solsikkeholdet**. Holdet blev en stor succes og resulterede blandt andet i, at de to trænere modtog DGI Storkøbenhavns ildsjælspris.

Efter en vellykket sæson og et indgået samarbejde med DGI og Solsikkebevægelsen blev konceptet videreudviklet til sæson 2025-26.

Her udviklede vi **BlomsterGymnastik** – hold for børn og unge med særlige behov, som ikke trives på vores "almindelige" hold. Holdene er kendetegnet ved høj grad af struktur, genkendelighed og tryghed samt et lavere deltagerantal.

Vi tilbyder to slags tilpassede hold; *Solsikkehold og Mælkebøttehold*.

Målet med BlomsterGymnastik er på sigt at tilbyde hold til endnu flere personer i alle aldersgrupper, der ikke har mulighed for at gå på foreningens øvrige hold.

LG's Opvisningshold

I sæson 2025-2026 blev LG's nye opvisningshold oprettet. Holdet blev oprettet med henblik på at ramme en overset målgruppe af unge mennesker, der kommer hjem fra efterskole og ønsker at fortsætte med gymnastikken. Holdet henvender sig til unge og voksne, der er minimum 16 år og går i gymnasiet/tilsvarende ungdomsuddannelse eller arbejder. LG's Opvisningshold er et mixhold for springere og rytmer, der deltager i 3-4 opvisninger i løbet af sæsonen - heriblandt DGI Stenbrostævne, DGI Forårsstævne, LG's egen Forårsopvisning.

Nye holdtiltag

I sæson 25-26 er der oprettet flere forskellige nye tiltag, heriblandt:

- Motion for unge. Motionshold for unge mellem 13-19 år med mulighed for at træne flere dage og lokationer med samme tilmelding.
- Motion for voksne m. yoga/boksning. Motionshold med mulighed for at træne flere dage og lokationer med samme tilmelding.
- LG's Opvisningshold. Et mixhold for springere og rytmer fra 16 år, der går i gymnasiet eller tilsvarende ungdomsuddannelse.
- FamilieGymnastik m. parkour/voksenmotion. Et hold hvor barn går til parkour samtidig med at en voksen dyrker motion i samme lokale.
- FamilieGymnastik m. spring/voksenmotion. Et hold hvor barn går til spring samtidig med at en voksen dyrker motion i samme lokale.
- BlomsterGymnastik. *Solsikkehold og mælkebøttehold*. Gymnastikhold for børn med særlige behov.
- LG's barselsboble. Et hold for personer på barsel, både før og efter fødsel. Både for fædre og mødre. Dog uden succes i 2025.

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
2025	4.593	3.125	1.468
2024	4.181	2.746	1.435
2023	4.543	3.041	1.502
2022	4.427	2.733	1.718

Antallet af medlemmer viser antallet af personer, der har været aktiv på et hold i foreningen i minimum 90 dage i løbet af 2025.

I ovenstående statistik fremgår de medlemmer, der går på hold i begge kommuner, udelukkende i tallet for Gentofte Kommune af hensyn til de medlemstilskud, der søges.

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.

Årets LG-T-shirts

I 2025-2026 var det første sæson, siden opstart af konceptet, at der ikke blev indkøbt T-shirts til alle medlemmer og hold. Der blev i stedet indkøbt et mindre parti, som medlemmer kunne "købe" gratis i den online shop. Dette tiltag blev sat i værk primært af bæredygtighedsmæssige årsager og for ikke at ligge inde med en masse T-shirts, som ikke bliver uddelt af forskellige årsager.

GymStars

Holdene

I sæson 2025-2026 er der oprettet i alt 11 GymStarhold samt et GymTeknikhold.

- Akro-Rytme Mini – 20 deltagere
- Street Mini – 20 deltagere
- Spring Mini – 32 deltagere
- Akro Junior – 19 deltagere
- Rytme Junior – 17 deltagere
- Street Junior – 20 deltagere
- Spring Junior – 28 deltagere
- Akro Rep – 21 deltagere
- Rytme Rep – 19 deltagere
- Street Rep – 18 deltagere
- Spring Rep – 21 deltagere
- GymTeknik – 54 deltagere

Audition og optagelse

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

Antal deltagere: 372

Fordelt på

- Akro: 78
- Rytme: 52
- Street 10-12 år: 41
- Street 13 år+: 71
- Spring 9-12 år: 78
- Spring 13 år+: 52

Sammenlignet med 2024, hvor der var i alt 358 deltagere, ses en god udvikling i, at flere gymnaster er interesserede i GymStarkonceptet.

Arrangementer

År 2025 har budt på både adskillige opvisninger for GymStar-gymnasterne.

- OD-dag – udvalgte Rep-hold
- DGI's Forårstæвне – Mini og Rep
- GymDanmark, Gymnasternes dag – Junior
- LG's Forårsoptisninger – Mini, Junior og Rep
- Gym for Life DK – Rep (holdene kom hjem med en guldmedalje og tre sølvmedaljer)
- DGI's Sommerstæвне – enkelte Mini- og Juniorhold
- GymnastikSommerland – udvalgte Mini-, Junior- og Rephold.
- GymnastikJuleland – udvalgte Minihold samt Junior og Rep.

World Gym for Life i Portugal

Alle fire Rep-hold deltog i juli 2025 i World Gym for Life i Lissabon, Portugal. De deltog som fire enkelte hold med hver deres performance.

Gymnasterne havde en god tur med plads til både træning, opvisningskonkurrencer, fællesskab, sightseeing, strandture og fælles underholdning fra både hinanden og trænerne.

Holdene kom hjem med bagagen fyldt med gode oplevelser og derudover flotte medaljer. Det blev til tre sølvmedaljer og en bronzemedalje.

Events

Arrangementer for trænere og frivillige

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

Opvisnings Kick Off: Nyt event for trænere afholdt i foråret, inden Forårsopvisninger med det formål at sætte trænere i gang med planlægning af det store event, så de tager ansvar og føler en forpligtelse over for alle de opgaver, der skal løses ifm. Forårsopvisningerne.

Der blev i forbindelse med eventet fejret fødselsdag for LG ved at der blev budt på fødselsdagsskage og udleveret fødselsdagsgaver.

Sommer for Team Frivillig: Administration, trænere og frivillige sagde tak for en god sæson og ønskede hinanden en god sommerferie til "Sommer for Team Frivillig", hvor der blev spillet havespil, lavet quiz, spist mad og der desuden kom besøg fra Hjemme-Is-bilen.

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: Igen i år stod administrationen for "Jul for Team Frivillig", der var en hyggelig dag for trænere og frivillige, hvor der blev leget forskellige julelege, spist æbleskiver og delt julegaver ud.

Trænerjulefrokost: Trænerne var inviteret en tur i Tivoli, hvor de skulle spille 5-kamp i mindre grupper. Herefter gik de ca. 120 trænere gennem Københavns gader til Frankies, hvor der blev spist dejlig mad og hygget hele aftenen.

Arrangementer for medlemmer

Sæsonafslutningerne: I 2025 bestod sæsonafslutningerne af Parkour Jam, FamilieGymnastikFest, BørneGymnastikFest og Forårsopvisninger 1-4. Som altid var det en uge fyldt med godt humør, fart over feltet, flotte opvisninger, fællesskab og glade mennesker.

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

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.

Åben Træning og Åben Legestue: Åben Træning og Legestue har igen været på programmet i sæson 2025-2026 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, påskeferien og sommerferien i begge kommuner og hertil også Aktiv Ferie i Gentofte. Efterårscampen blev i 2025 aflyst grundet sygdom blandt administrationens ansatte.

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, LinkedIn og YouTube til at markedsføre sig selv gennem billeder, videoer, reklame for hold, nyheder, mv.

Platform	2023	2024	2025	Stigning
Facebookside (følgere)	2.309	2.411	2.530	119
FB: Åben Træning	1.772	2.123	2.431	308
FB: Køb, salg, bytte	656	711	728	17
Instagram	1.766	1.913	2.212	299

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 er endelig i løbet af 2025 blevet helt færdigt og den nye IT-funktion, der skal hjælpe medlemmer med at finde et hold, der passer til dem, findes nu på hjemmesiden og vil forhåbentlig spare administrationen lidt tid, særligt i de travleste perioder.

Lokaler og faciliteter

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

Vi har fået helt ny tid på Gentofte Skole, som har kunnet lade sig gøre, fordi vi samtidig tilbyder fri gymnastik og bevægelse i SFO-tid, inden LG's egne hold starter.

Tiden på Gentofte Skole er i sæson 25-26 blevet tildelt BlomsterGymnastik og motionshold.

Lager og indkøb

Shop

I 2025 har vi eksperimenteret med at forny sortimentet af varer i LG Shoppen. I forbindelse med LG's 60 års jubilæum indkøbte vi beach bags og bøllehatter med jubilæumslogo trykt på. I første omgang blev de delt ud til trænerne som en fødselsdagsgave, samtidig med at de nye trænersweatshirts blev implementeret. Især beach bag'en var et hit blandt trænerne. Det resterende lager blev sat til salg i LG Shoppen.

Der blev også udviklet nye flotte sweatshirts fra Neutral, hvor LG's værdier Leg, Læring, Energi og Glæde er blevet påtrykt på børnestørrelserne, og foreningens slogan "Vi bevæger mennesker!" er trykt på voksenstørrelserne. Derudover har vi indkøbt nye shorts, samt en ny slags vandflaske, som er designet i stål i stedet for plastik.

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 sørger foreningen for at vedligeholde faciliteter og redskaber, så der er de bedste forudsætninger for at give alle medlemmer en god træning. 2025 er ikke en undtagelse, og der er derfor blevet brugt både tid og penge på reparationer og vedligeholdelse af de mange redskaber fordelt på foreningens syv træningslokationer.

Økonomi

Foreningen havde i 2025 budgetteret med et underskud på 425.000 kr., og slutter året med et underskud på knap 900.000 kr.

Dertil skal det nævnes, at foreningen har 400.000 kr. stående på en depotkonto hos Clearhaus, som blev oprettet af administrative årsager, som dog kan udbetales til foreningens konto, når det ønskes.

Underskuddet skyldes især en højere lønudgift, både til administration og trænere. To medarbejdere fra administrationen blev i 2025 gravide, og den ene barselsvikar blev ansat i god tid for at der kunne laves en tilstrækkelig overlevering, der skulle påvirke øvrige medarbejderes arbejdsopgaver og ansvarsområder mindst muligt.

Dertil har der været et behov for coaching af trænere, der er blevet brugt ekstern hjælp (fra erfarne og tidligere trænere) til at afholde MUS-samtaler for chefrænere, som har påvirket lønbudgettet.

Endvidere har strategien om at ansætte nok trænere til, at et træner-team ikke påvirkes negativt af sygdom og andet fravær, samt strategien om at opgradere trænere til assistenttrænere fra de er 16 år også påvirket lønudgifterne til trænerne i forhold til tidligere.

Budget for 2026 er tydeligt påvirket af, at der ønskes at spare penge for at kunne ansætte en projektleder til springcenterdrømmen. Det er ikke foreningens ønske, at hverken trænere eller medlemmer vil mærke disse besparelser tydeligt, da besparelserne hovedsageligt vil ske gennem mindre ændringer fordelt på forskellige poster i foreningen.

It og data

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.