



Foreningen for

AKTIV NATUR VELVÆRE

Bildsø Skov og Strand

Bestyrelsens / formandens beretning for klubåret 2011 / 2012

PÅ 5 års dagen for foreningens stiftelse den 3. maj – havde vi bebudet at afholde generalforsamling – MEN vi kunne desværre ikke låne kolonien, så det måtte flyttes her til i dag den 26. april.

Af en 5 årige, må man da erkende vi er kommet et pænt stykke. Selvom der ikke er sket så meget det sidste års tid, så har vi dog ikke ligefrem en tilbagelænet stilling. Men for mit eget vedkommende må jeg erkende, jeg har det sidste års tid har måtte bruge noget tid på selv at holde hjulene i gang i mit firma. Så nogle af de ting vi har haft planer om, er kommet lidt bagerst i min kø.

Men vi har fortsat fuld fart frem og kæmper ihærdig for at få opfyldt vores visioner.

Et tilbageblik for året 2011 -2012 – siden sidste generalforsamling:

- **Sæsonstart:**
- Traditionens tro startede vi den ”officielle” sæson 2011 med maj månedens begyndelse. Den 1. maj tog Simonne og Karen hul på sommerens instruktionssøndage.



Indvielse af Sheltere

- Det var med stor glæde vi endelig, den 8. maj kunne indvie 3 stk. sheltere sammen med borgmester Lis Tribler.
- Endnu har vi ikke fået arrangeret en fællestur til disse, men vi håber nogle af jer har haft lejlighed til at besøge dem.



Sven Heiner, formand for foreningen Aktiv Natur Velvære, bistår her borgmester Lis Tribler, der klippede den røde snor til et af de nye sheltere. Foto: Poul Hansen

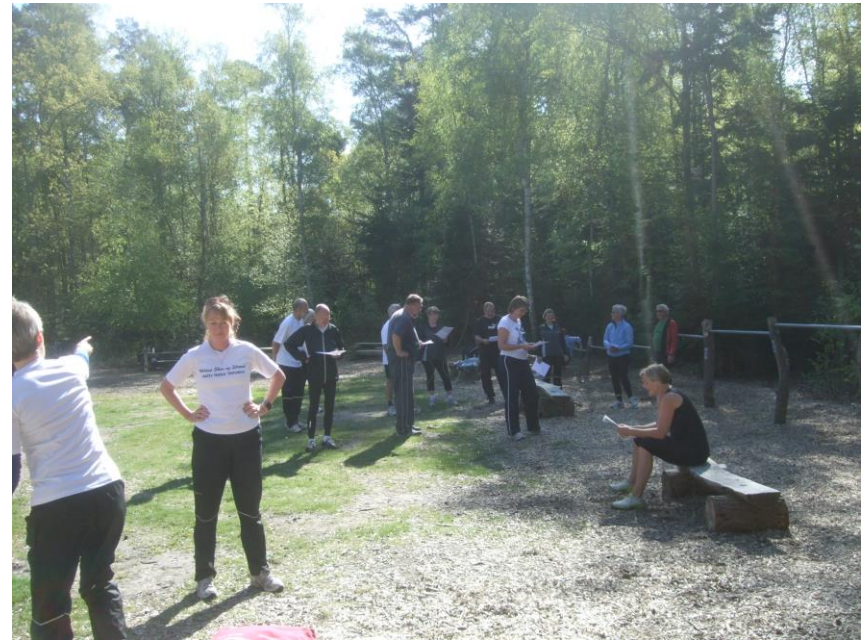
Kajakkurser

- Kajakkurser:
- Vi afholdte i alt 4 kajakkurser sidste år. I henholdsvis maj, juni og august med stort set fuldt bookedede hold.
- Selvom Jan Nielsen – vores faste instruktør har fået sig et nyt job som skoleinspektør på en friskole, så har han lovet at fortsætte hos os som instruktør.



Træning med fitnesspigerne:

- Sidste år blev det til i alt 11 gange med fornøjelig og sveddryppende træning med vores superpiger Simonne og Káren.
- I år har Simonne meldt fra og Karen har lovet at klare det selv, men har fået hjælp fra en anden dygtig instruktør Lis Brøndsted, når hun har forfald.



Qi-gong

- Havde vi på programmet i alt 10 gange. Mange havde benyttet sig af tilbuddet om sæsonbetaling, hvilket letter arbejdet for bestyrelsen med at skulle kræve ind for gang til gang.
- Claus er nu flyttet til København og vi har nu valgt at prøve kræfter med **Tai-Chi Chuan**. Her bliver vores nye instruktør **Ingrid Bitte Sylvest**, som senere i aften vil fortælle kort om hvad det går ud på.



Kajakudlån:

- Kajakudlånet er nærmest eksploderet sidste år og det er jo meget tilfredsstillende.
- Flere og flere er begyndt at se ideen med at betale for et sæsonkort i stedet for pr. gang til gang.
- En streg i regningen har det været, at låneordningen har været misbrugt af ikke medlemmer. Hvilket har resulteret i vi har besluttet at ændre koden til låsen jævnligt.



Zumba:

- De store Succes vi havde det første år med Zumba, blev forsøgt gentaget. Men vejrguderne var os ikke venligt stemt, så det blev aflyst den første gang og de to efterfølgende gange, var der ikke tilstrækkeligt deltager til at det kunne løbe økonomisk rundt. Zumba er i år blevet pillet af "plakaten".



Grillaften:

- Den traditionsrige grillaften blev der ikke rigtig mulighed for at gennemføre sidste år, da "sommeren" udviklede sig til at være "kronisk regnfuld og kold".
- Vi håber sommeren tager revanche i år, så vi kan gennemføre både en kajaktur til shelterne, samt gennemføre en grillaften.



SMS ”kajakkæde”

- Som følge af det elendige sommervejr sidste år, var det også sparsomt med SMS kajakturene. Det var reelt kun mig der inviterede på SMS kæden og det var generelt også kun mig der deltog 😊.
- I år vil vi forsøge med en fast ugentlig kajakdag hver torsdag – hvis vejret tillader det. Det kan forhåbentlig få flere af vores kun kajak interesserede medlemmer til at vise sig og deltage i det sociale liv foreningen også var tiltænkt at have.



Friluftsidrætsmærket.

- Gennem året har flere medlemmer kæmpet bravt med at tage friluftsidrætsmærket. Det er en god måde at teste sig selv og skabe et mål for sin træning. Onsdag den 28. september holdt vi så et medlemsmøde, hvor de 12 personer der havde afsluttet idrætsmærket fik overrakt beviset og guldnålen fra DGI. Men inden gik vi en tur rundt i skoven, hvor Annli igen gav os en fin undervisning i at finde spiselige svampe.



Friluftsidrætsmærket.

(Fortsat).

- Den 26. januar 2012 blev vi inviteret til et evalueringsmøde med DGI. Her drøftede vi erfaringerne med Friluftsidrætsmærket, samt hvordan man kunne gøre mærket mere kendt og interessant. Jeg fremkom med mine ideer bag Friluftsidrætsmærket, som jeg mente skulle gøres mere folkeligt og "brugervenligt". DGI delte ikke helt min opfattelse og ville gerne bevare den noget mere ortodokse form fra de gamle idrætsmærke. Men vi blev enige om, at vi fik frie hænder til at gøre det på vores måde, men kaldte det noget andet end Friluftsidrætsmærket.
- I år har vi derfor planer om, at ændre lidt på mulighederne for at tage friluftsidrætsmærket og i stedet for kalde det "**Aktiv Natur Idrætsmærket**" (hvis der da ikke kommer andre og bedre forslag 😊)

Ide grundlag til et nyt Aktiv Natur idrætsmærke

- Er baseret på at øvelserne og disciplinerne aktiverer hele bevægelsesapparatet. Alle muskelgrupper skal røres – selv lattermusklerne.
- Er baseret på, at stort set alle personer vil være i stand til at opnå at kunne få et mærke, som bevis på de præstationer de har ydet – uanset hvilket niveau og evner man er udstyret med.
- De enkelte øvelser skal være overskuelige og opnåelige for de fleste.
- Der bør være mulighed for at enkelte øvelser kan fravælges under hensyn til individuelle formåen/handicap. Herunder aldersmæssige hensyn.
- Alle øvelser skal gøres pointgivende, så mærket består med en samlet pointsum.
- **Afhængig af pointsummen består mærket med prædikatet: "Bestået" – "Bronche" – "Sølv" – "Guld" – "Guld +" (aldersopdelt pointfastsættelse)**
- **Det overordnet "hellige" formål, er at fremme den enkeltes velvære og trivsel, samt den almene danske folkesundhed.**
- I år har Jens lovet at være tovholder på pladsen, så der hele tiden er en person til stede til at give vejledning og en hjælpende hånd.

Kajak- og gåtur gik sidste år til Halleby å.

- Søndag den 9. oktober drog vi 9 roere og 3 fodgængere til Halleby å. Da vejret viste sig for den smukkeste side, blev turen en herlig oplevelse for alle. 16 havde tilmeldt sig men flere fik forfald i sidste øjeblik.



Juletur:

- Søndag den 20. november holdt vi den traditionsrige julegåtur, hvor Annli på fineste vis guide os gennem skoven. Bettina stod igen for den kulinariske oplevelse på pladsen, hvor der blev trakteret med varme æbleskiver og glohed Gløgg.



Foreningsfolder:

- Igen i år har vi fået lavet en foreningsfolder med en oversigtskalender over sæsonens arrangementer. Folderen er i år trykt i 3500 eksemplarer og blev omdelt søndag den 1. april i år
- I alt ca. 25 medlemmer meldte sig frivilligt som omdelere og blev belønnet med lækkerier fra "Bettinas køkken" til frokost. Trods kulden blev det fortæret udendørs under den overdækkede terrasse til kolonien.
- En stor tak til dem som hjalp og bar. Vi håber så det vil give et resultat med flere medlemmer fra lokalområdet.

Foreningen for AKTIV NATUR VELVÆRE
Bjddes Skov og Strand

KOM OG VÆR MED!

Til nye, spændende aktiviteter og oplevelser inden for naturen, med mange forskellige tilbudskategorier... En forening, med plads til forsikrede børn, voksne, samt elskende og børn af forskellige aldre og med alle, uanset økonomi og bopæl, kan sættes og udforme forskellige former for aktiv udvalgte og omkring det indvirkende område ved Bjddes Skov og Strand.

Da økonomi ikke skal være en hindring for deltagelse, er indtægtsløst sat ud til børn kr. 200,- pr. år og kr. 350,- pr. par/forældre med henholdsvis børn under 10 år.

Fællestærring hver søndag formiddag fra kl. 9.30 og søndagene fra kl. 17.30.

Vi starter med fælles opvarmning på vores Natur Fællestærring ved siden af Bjddes Fællestærring.

Du får mulighed for at dyrke:
Naturgang - Skovgang - Voks - "Sun & Fit" - Boks & Fit - Naturfriters!
Høst og vinter - Gå - Cyng - Friluftskolemarked, samt enkelte gange i sæsonen Zumba med træsko.

Professionelle Fitness instruktører hver anden søndag i sæsonen.
Professionel og personlig træning hver anden søndag i sæsonen.
Der arrangeres Ekspeditioner med professionel instruktør.
Læs af medlemmerne og tilmeld!

Læs mere på vores hjemmeside: www.aktivnatur.dk og med del af vores.

Den 8. maj 2011 kl. 11.00 holder vi indvielse af vores 3. Shelter. Arrangementet er særligt stort, hvor du kan opleve kenderne i vores forening. Med os ved indvielsen (Bjddes Skov og Strand).

Du er også velkommen til at ringe til et af bestyrelsesmedlemmer og høre nærmere om vores forening.

Forsvarer: Søren Høster 58 52 17 34
Sekretær: Inger Rasmussen 20 02 02 27
Kasserer: Ole Christensen 58 52 22 50
Best. medl.: Jens All-Clausen 58 86 80 75
Best. medl.: Bette Brodthagen 58 54 70 21

Aktiv Natur Velvære Bjddes Skov og Strand

Sæson Kalender 2011

Se yderligere om arrangementerne og evt. rettelser på vores hjemmeside www.aktivnatur.dk.
Søndag, mandag aften kl. 9.30 - Onsdag, torsdag aften kl. 17.30 - Fredag kl. 13.30 - 14.30 (for 20-40-årige)

MAJ	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OCTOBER
01-01	01-01	01-01	01-01	01-01	01-01
02-01	02-01	02-01	02-01	02-01	02-01
03-01	03-01	03-01	03-01	03-01	03-01
04-01	04-01	04-01	04-01	04-01	04-01
05-01	05-01	05-01	05-01	05-01	05-01
06-01	06-01	06-01	06-01	06-01	06-01
07-01	07-01	07-01	07-01	07-01	07-01
08-01	08-01	08-01	08-01	08-01	08-01
09-01	09-01	09-01	09-01	09-01	09-01
10-01	10-01	10-01	10-01	10-01	10-01
11-01	11-01	11-01	11-01	11-01	11-01
12-01	12-01	12-01	12-01	12-01	12-01
13-01	13-01	13-01	13-01	13-01	13-01
14-01	14-01	14-01	14-01	14-01	14-01
15-01	15-01	15-01	15-01	15-01	15-01
16-01	16-01	16-01	16-01	16-01	16-01
17-01	17-01	17-01	17-01	17-01	17-01
18-01	18-01	18-01	18-01	18-01	18-01
19-01	19-01	19-01	19-01	19-01	19-01
20-01	20-01	20-01	20-01	20-01	20-01
21-01	21-01	21-01	21-01	21-01	21-01
22-01	22-01	22-01	22-01	22-01	22-01
23-01	23-01	23-01	23-01	23-01	23-01
24-01	24-01	24-01	24-01	24-01	24-01
25-01	25-01	25-01	25-01	25-01	25-01
26-01	26-01	26-01	26-01	26-01	26-01
27-01	27-01	27-01	27-01	27-01	27-01
28-01	28-01	28-01	28-01	28-01	28-01
29-01	29-01	29-01	29-01	29-01	29-01
30-01	30-01	30-01	30-01	30-01	30-01
31-01	31-01	31-01	31-01	31-01	31-01



Gå – cykletur ad ”fodsporet”

- Søndag den 22. april i år forlagde vi træningen til ”fodsporet” ved Slagelse. Denne gang iført cykelspænder og cykelhjelm, - samt madpakke. Vejret var pragtfuld og de 18 deltagere nød en medbragt klemme ved en af shelterne undervejs.



Skovhytten/klub – og bådehus:

- Er ikke en joke der bliver hevet op af hatten hvert år – men det kunne ligne det 😊. Men da projektet er en rimelig stor mundfuld kræver det noget tid – og den er der ingen af os der har for meget af.
- Jeg har i efteråret talt med kommunens naturguide Trine Råhauge, som er meget lun på ideen og vil derfor også tilslutte sig ideen, ligesom børnehaverne, spejderne, samt Dansk Vandrelaug, som vi har talt med.
- Denne gang vil projektet blive ansøgt i naturstyrelsen under navnet "Naturcenter". Så skulle det være mere fordøjeligt for




Medlemstallet:

- Er af Kirsten kasserer gjort op til 137 betalende medlemmer for året 2011. Men vi har nok en del hvilende medlemmer, som fortsat kunne tænke sig at være medlemmer. Kun ganske få har aktivt meddelt at de ikke længere ønsker at være medlemmer af en eller anden god grund.
- Vi håber nu, at vores store arbejde med folderen, kan medvirke til at vi får nogle flere medlemmer.

Problemer med medlemsudsendelser.

- Der har vist sig at være problemer med at alle kan modtage og/eller læse de vedhæftede filer, når mailene sendes via vores administrationsprogram.
- Der forestår derfor et større opklaringsarbejde for bestyrelsen med at finde frem til dem der ikke kan modtage vores mail, da vi ikke får fejlmeddelelser fra programmet.
- Der er forsøgt via medlemsudsendelserne at bede medlemmerne om at svare på om de modtog mail fra os. Dem vi så ikke har hørt fra vil vi så i nær fremtid ringe op. Ud af 137 medlemmer har 52 besvaret positivt! – Så spørgsmålet er så er det dovenskab, eller er der virkelig så mange der ikke kan modtage vores mail???

I øvrigt!

- Som de fleste bekendt har campingpladsen og kolonien skiftet forpagter 
- Jens og jeg har været til et gruppe interview, vedr. forslag og ønsker for en kommende EU reetableringsprojekt af Tude Å.
- Kommunen har forespurgt om vi kunne tænke os at deltage ved nogle arrangementer i forbindelse med "Vandrefestivalen" fra 17. august til 9. september. Her har vi foreslået 3 muligheder. Gå – og motionstur i Bildsø Skov – Gåtur ad stranden til vores sheltere ved Kongsmark – (Rundtur på Knudsrødgård)

Visioner:

- Det er fortsat vores vision, at foreningen skal **sikre Aktiv Natur Velvære gennem sjov, spændende aktiv og oplevelsesrig motion i naturen**, med mange forskellige friluft aktiviteter.
- En forening, med plads til forældre barn motion, samt elitemotionisten og den almindelige motionist og hvor alle, uanset størrelse og baggrund, kan samles og udøve forskellige former for aktiv udfoldelser i og omkring det naturskønne område ved Bildsø Skov og Strand.
- Og hvor økonomien ikke må være en hindring for deltagelse,

En stor Tak

- Til tjenstvillige medlemmer til vores forskellige arrangementer og en stor tak til de øvrige bestyrelsesmedlemmer for jeres indsats og støtte gennem året. – Samt i særdeleshed jeres tålmodighed og tolerance med jeres formand og hans vilde udfald gennem året.
- På bestyrelsen vegne
- *Sven Heiner*
- formand