



Foreningen for **AKTIV NATUR VELVÆRE** *Bildsø Skov og Strand*

Foreningsnyt nr. 1, marts 2014

Kære medlemmer foråret er over os.



Erantis, vintergæk, og krokus spirer forårskådt frem af jorden. Knopperne på træer og buske dirrer af spænding på at solens lys giver dem energi nok til at springe helt ud. – Jeg er sikker på, at det samme gælder for mange af vores medlemmer, - at de forventningsfuldt dirre af iver for at komme ud i Bildsø skov og opleve glæden ved at dyrke motion i den fri natur, sammen med en masse glade og forårskåde medlemmer



Vi kan kun opfordre alle medlemmer til at finde motionstøjet frem og møde op på vores træningsdage

søndage kl. 9.30 - og fra 1. april onsdage kl. 17.30

Indkaldelse til Generalforsamling:

For ikke at komme for sent vil jeg benytte lejligheden til at indkalde til den ordinære generalforsamling, som finder sted **tirsdag den 29. april kl. 19.00 i Bildsø Feriekoloni**. Dagsorden, regnskab, budget og forslag til vedtægtsændringer fremsendes senere.

Det kan allerede nu afsløres, at vores Kasserer Kirsten har bebudet at hun meget gerne vil afløses fra sin post. Vi vil derfor høre om der er nogen blandt vores medlemmer som gerne vil bidrage med en indsats på denne spændende post.

Kontingentopkrævning:

På denne tid af året plejer vi at opfordre til indbetaling af kontingent. Da vi imidlertid lægger op til en kontingentforhøjelse med virkning allerede fra i år, vil vi bede alle om at styre deres utålmodighed med at få lov til at betale til efter generalforsamlingen, hvor både der skal stemmes om kontingent og en vedtægtsændring som gør dette muligt.

Der foreslås et årligt kontingent for enkelt medlemmer på kr. 250 (en forhøjelse på kr. 50)

Der foreslås en årlig kontingent for par/familier på kr. 400 (en forhøjelse på kr. 50)

Hvis man absolut ikke kan vente med at betale **J**, vil vi ikke lægge hindringer i vejen for at man allerede nu indbetaler de foreslåede beløb.

Foreningens økonomiske situation:

Vi må desværre erkende at en del af de medlemmer vi forventede at have, undlod at betale deres kontingent for sidste år, hvilket vi sidst på året måtte erfare havde givet os et underskud på omkring kr. 5.000. Nærmere om dette til generalforsamlingen.

Fitness Instruktion:

Som følge af medlemstilbagegang, må vi erkende, at der ikke længere er økonomisk rygdækning for at fortsætte med at have instruktør på hver søndag. Vi vender derfor tilbage til tidligere tider med kun instruktør hver anden søndag. Hvor der samtidig efterfølgende vil være Yoga.

Sæsonens aktiviteter:

Vi er i skrivende stund ved at lægge sidste hånd på årets aktiviteter, hvilket som de øvrige år vil blive oplyst i en folder, der vil blive omdelt i hele vores lokalområde. Endvidere vil aktiviteterne snart kunne ses på vores hjemmeside.

Der er planlagt **omdeling af folder søndag den 25. maj**. Hvor vi håber på igen i år at se rigtig mange af vores hjælpsomme medlemmer.

Forårstur:

Den årlige forårstur har vi planlagt til **søndag den 18. maj**, hvor vi i samlet flok drager afsted på stien langs Tude å helt op til Trelleborg. Her indtages medbragte klemmer og drikke. Hvorefter der kan synges vemodige fædrelandssange - hvis lysten er til det **J** - ellers går vi blot tilbage samme vej. Kom med og oplev den meget spændende og helt anderledes natur der findes her.

Kajakture:

Vore meget flittige og ihærdige kajaktursudvalgsformand **Karsten Jensen**, har allerede barslet med forslag til en række spændende kajakture. Der er nævnt: Kanaltur til Københavns kanaler - fisketur efter hornfisk - tur til vores Sheltere ned langs kysten - tur i Roskilde fjord - Tur ned ad

Suseåen - Kajaktur med instruktør – for blot at nævne et lille udpluk af forslagene. Disse ture vil også snart kunne ses på vores hjemmeside.

Såfremt man er kajakinteresseret bør man – hvis ikke allerede gjort, meddele Karsten (408675719) sit mobilt telefonnummer, så vil man modtage en sms, når der er et spontan turarrangement.

Bike & fit

Det er med stor personlig glæde, at jeg kan meddele at foreningens Bike & fit hold nu er blevet udvidet med hele 100 %. I det Jens har fået købt sig en lækker Mountainbike. Så nu kan vi motivere og udfordre hinanden til sublime præstationer.



Jeg kan kun opfordre andre – som har problemer med bentøjet, at anskaffe sig en Mountainbike, da cykling er en aldeles fremragende og sjov motionsform – når nu man ikke har mulighed for at løbe mere.

Varme forårshilsner – og på gensyn i skoven J

Sven Heiner

Formand