



GSG&IF FITNESS

Referat fra udvalgsmøde afholdt 31. marts 2022 fra kl 19.30-21.30

Udvalgsmøde i Fitness i klublokalet	
Deltagere:	Jens, Helene, Poul, Bo og Kristina
Emner	
1 Mødeplan	Bestyrelsesmøder: den 3. torsdag i marts, juni, september og december fra kl. 19.30. Juni mødet kombineres med instruktørmøde Medlemsmøde: Den. 2 torsdag i februar 2023 kl 19.30 Dagsorden sendes ud 14 dage før og kalenderinvitation sendes ud
2 Referater:	Udsendes senest 2 dage efter et møde på mail til godkendelse Indsigelser skal være givet på mail senest 2 dage efter modtagelse på mail Referater offentliggøres i fitness, sendes ud på mail og offentliggøres på hjemmesiden
3 Halbyggeri	Jens informerede om status på halbyggeri
4 Nye medlemmer	Kristina laver udkast til velkomstfolder med ordensregler, skitse mv.
5 Medlemskaber	Dagsmedlemskab: Drøftes ved næste bestyrelsesmøde i juni Løbeklub: Ingen medlemmer, nedlægges for nu, men kan oprettes igen, hvis der er interesse
6 Facebook	Vi beholder fitness hovedside, og nedlægger undersiderne for holdtræningen, som kan anvende hovedsiden ved informationer Kontaktinformation inkluderes på siden
7 Billeder til markedsføring	Kristina udsender mail omkring fotosession til markedsføring ud til medlemmer
8 Udstyr og service	Jens følger op med Fitness Engross omkring regelmæssig service (4 gange om året, plus ad hoc) Udendørs fitness har ønske om ekstra udstyr. Kristina følger op med Morten omkring udstyr til udendørs fitness
9 Holdudbud	Nuværende hold fortsætter uændret
10 Ordensregler	Mail med ordensregler og brug af indendørssko samt markering med skift af indendørssko ved indgangen Større informationstavle indkøbes
11 Juniorfitness	Jens laver udkast til forældreaftale om juniorfitness
12 Fitnessinstruktør	Kristina laver aftale til nye fitnessinstruktører
13 Motivu, herunder rundvisning, instruktørtimer, programlægning	Rundvisning i lige uger torsdag kl 17-18 oprettes på motivu. Tursnusplan laves og sendes ud blandt bestyrelsen Instruktørtimer og programlægning fortsætter uændret
14 Arrangementer under idrætsforeningen	Åben hal: Vi spørger Patrick om han vil medvirke for de ældste elever Festival/Eat beer: Mail sendes ud, hvis der stadig mangler frivillige Banko: Vi afventer om de starter op igen Fastelavn og juletræsfest: Jens og Kristina deltager for fitness
15 Andre arrangementer i fitness	Workshops og foredrag 1,5-2 timers varighed: Helene hører Tom om han vil holde foredrag/workshop efter eget valg DGI kursus den 16. oktober 2022 hele dagen
16 Episoder i fitness	Skolen træner i skoletiden: Vi holder øje Vindue revnet i rum 1: Er lavet Korrekt håndtering af udstyr: Henvis til ordensregler og påtale pænt
17 Eventuelt	Problemer med tagplader over fitness: Hallen arbejder på en løsning Gulvmåtter ved ribben: Jens får bestil hurtigst muligt Kaffe og vand til næste bestyrelsesmøde
18 Emner til næste møde	Mail sendes til Kristina Næste møde er torsdag den 16. juni 2022 fra kl 19.30 i klublokalet



Ordensregler

Som medlem skal du overholde de til enhver tid gældende ordensregler. Det sikrer positiv og tryk træningsoplevelse for alle.

MEDLEMSKAB

Medlemskabet er personligt og må ikke benyttes af andre end medlemmet. Det er ikke tilladt at lukke andre ind.

TRÆNING

Træning foregår på eget ansvar. Du er selv ansvarlig for at være i en helbredstilstand, der tillader træning.

OMKLÆDNING

Træning skal foregå iført rent indendørs træningstøj og rene indendørs fodtøj. Der må ikke trænes i tøj, der kan virke anstødeligt på andre. Det er ikke tilladt at træne i bar overkrop, BH'er mv.

FØLG ANVISNINGER

Anmodning og henvisninger fra instruktører, bestyrelsen eller informationstavlen skal altid følges.

TRÆNINGSUdstyr

Alt træningsudstyr skal tørres af med sprit efter brug og lægges på plads efter brug. Vores træningsudstyr skal behandles med respekt og må kun benyttes efter forskrifterne og til de øvelser, det er beregnet til. Håndvægte, vægtskriver, kettlebells og stænger skal have gulvkontakt, før du slipper.

MOBIL / MUSIK

Samtale i mobiltelefon er ikke tilladt i fitnesslokalet. Vi henstiller til, at man går udenfor eller ud på gangen.

Det er ikke tilladt at afspille musik via højtalere på din telefon eller lignende, medmindre afspilningen sker i forbindelse med holdtræning. Du skal anvende headset i forbindelse med afspilning af musik.

RYGNING

Rygning, inkl. e-cigaretter, er ikke tilladt.

DOPING

Alle former for doping er forbudt og medfører bortvisning. Anti Doping Danmark foretager uventede kontrolbesøg.

VIS HENSYN

Vis hensyn til omgivelserne og andre medlemmer. Støjende, provokerende eller stødende adfærd overfor andre medfører bortvisning.

Vedtaget på bestyrelsemøde den 31. marts 2022