

Beretning fra Region Hovedstadens Senioridræt – 2013-2015.

Vi har igen haft en travl periode og i årene 2013-2015 som denne beretning skal dække, er der sket rigtig mange ting.

Ved idrætsmødet i 2013 fik vi valgt et udvalg med 4 medlemmer. Liss Thomsen, Øbro Motion har dog været tvunget til at trække sig, af helbredsmæssige årsager. En stor tak skal lyde til Liss for hendes gode humør og gode input til arbejdet. Vi håber klubben vil overbringe Liss vores store tak for indsatsen. Erik Rasmussen, tidl. Krolfudvalget og regionsbestyrelsen har siden ultimo 2014 lagt et stykke arbejde i udvalget. Der skal også lyde en stor tak til Erik for denne indsats.

Økonomi

Økonomien synes vi selv, at vi har fået styr på. Der er et krav om, at aktiviteter bør være udgiftsneutrale eller skal give et overskud. Vi har nogle muligheder for at søge Idrætsudvalget i DAIs Forbund om tilskud. Vi kan kun få tilskud til det idrætslige, og vi har da benyttet muligheden i de tilfælde hvor f.eks. en instruktørløn er en stor udgift.

Aktiviteter

I perioden som denne beretning dækker, har både foreninger og udvalget afholdt aktiviteter:

2014:

- Ball Room fitness
- Cross Boule
- De 5 tibetanere
- Kanotur
- Walkinginstruktør 2
- Træner/Leder cafe

2015:

- Zumba
- S-formstræning
- Kanotur

Af kendte aktiviteter afholdt af foreningerne, er det årlige Taastrup Træf og i 2015 er kanoturen afholdt af Øbro Motion.

Næsten alle aktiviteter har haft pænt fremmøde, og vi håber derfor at vi har ramt de rigtige aktiviteter. Instruktørkurserne ligger gerne med et gennemsnitligt deltagerantal på 25-30. Inspirationskurserne trækker næsten samme antal deltagere – eller lidt mere.

Der har desværre også været aktiviteter som er blevet aflyst p.g.a. ingen eller få deltagere. Dette har i perioden været walkingaktiviteter og Salsa. Er der ingen interesse for disse aktiviteter – hvad er det som foreningerne gerne vil have at vi arrangerer?

Spring for Livet er et samarbejde mellem Københavns Kommune, DGI og DAI. Første gang blev dette afholdt i 2013, og blev gentaget i 2014 – denne gang i Nørrebrohallerne. Mere end 700 seniorer besøgte Nørrebrohallerne og fik mulighed for at afprøve forskellige idrætter. Det var en stor succes,

og vi kan som organisation være stolt af at være medarrangør. I februar 2015 blev der afholdt en workshop hvor alle organisationer fik mulighed for at give input til fremtidige idrætter og også havde en diskussion om hvordan vi får flere deltagere med. Vi ved allerede nu, at arrangementet gentages i september 2015 i Nørrebrohallerne.

Vi har planlagt følgende aktiviteter i resten af 2015:

- Rygkursus - September
- Opvarmning/afspænding – november/december

Men hvad skal vi arrangere i 2016 – lad os få en debat på idrætsmødet!

Samarbejde med andre regioner

Vi har et godt samarbejde med de andre regioner, og vi afholder også nogle fællesmøder. Hvert år samler DAI alle regioner og alle idrætter til Idrætsforum. Dette finder som regel sted i februar måned, på disse møder udveksler i erfaringer med de andre regioner, vi overvejer aktiviteter på tværs af regionerne. Et sådant initiativ var i år at afholde en senior camp, og indbydelser blev udsendt fra Forbundet til alle foreninger. Men ... 15 seniorer på landsplan tilmeldte sig – hvad er årsagen?

I september måned skal alle udvalgene igen mødes, denne gang i Århus. Hvis I har input vi skal have med på mødet – så meld gerne tilbage.

Vi håber, at vi fortsat kan have disse fællesmøder. Vi arbejder meget forskelligt, og vi arbejder med forskellige koncepter. Instruktørkurser er det f.eks. kun Region Hovedstaden der indbyder til. Hovedidrætten for seniorer i de andre regioner er krolf, hvilket vi jo har et eget udvalg til at tage sig af.

CSIT

I juni måned blev CSIT World Sport Games afholdt i Lignano i Italien. CSIT er det internationale arbejder idrætsforbund. Fra Danmark deltog en stor gruppe Senior 55+, tennis og minifodbold. Det var en fantastisk oplevelse, og især tennis kom hjem med nogle fine resultater. For Seniorernes vedkommende er formålet at lave erfaringsudveksling med andre lande og få inspiration. Desværre er det ikke bare lige at indføre nye idrætter inden for seniorer, men vi skal på vores møde i september finde de tiltag som vi vil henstille til vores konsulenter at gå videre med.

Tiltag

Naturmotion er også en del af senioridrætten. Der er i perioden blevet udbudt Naturmotionsguide uddannelser. P.t. mangler Region Hovedstaden en repræsentant i Naturmotionsudvalget. Lis Lunn – Regionsformand i Region Sjælland repræsenterer os p.t.

Forbundet

DAI har indgået flere kommuneaftaler med kommuner i Hovedstadsområdet. Der er også ved at blive etableret de første certificerede senioridrætscenter i Hovedstadsområdet. Mere herom på Idrætsmødet.

Udvalget

Seniorudvalget har i de sidste 2 år bestået af:

Liss Thomsen - Øbro Motion (til maj 2015), Lis Lunn – Frederikssund Gymnastikforening, Hanne Foss – AIK København, Erik Rasmussen (tilforordnet) og Anette Schneider – AIK København og medlem af regionsbestyrelsen.

Poul Sølvstein er senioridrætskonsulent, og deltager også i vores møder.

Til slut en tak til regionen, forbundet, øvrige regioner, vores foreninger og alle de frivillige for en stor indsats for senioridrætten i DAI.