

Bestyrelses beretning Bjerringbro Atletik og Motion v/Generalforsamling d. 30. marts 2016.

Sidste år til generalforsamlingen, opfordrede jeg Viborg Kommune til at "så få dog bygget den bro", det var Engbroen jeg hentydede til. Det lykkes endeligt i 2015. Sidst på året blev broen indviet. Endeligt efter mange år var 8 tallet en realitet. Er sikkert på af Engbroen ikke kun bliver et aktivt for BAM, men også et stort aktiv for Bjerringbro som helhed. Nu er der åbnet op for den flotte natur omkring Gudenåen, og man har mulighed for at gå/løbe/cykle over Gudenåen. Tak til alle der for en del år siden så mulighederne i 8 tallet.

2015 startede vanen tro med nytårsappel, igen i år havde Palle og Co. trukket BAM folk af huse til årets første løb med champagneafslutning og svømmehal.

26. januar blev årets første testløb afholdt.

2 dage senere d. 28. januar, var der "eksamen" på Walk&Run holdet, der var 22 som afsluttede med at løbe de 6 km i et stræk. Der blev sluttet af med eksamensbeviser, champagne kransekage og klapsalver til de nye løbere.

Lørdag d. 28. februar afholdtes åbenhus m/DGI, dette var en opfølgelig på "Rigtige mænd" udsendelserne, det kan oplyses at der på dette tidspunkt ikke var en eneste "Rigtigt mand" i Bjerringbro, der kom i hvert fald ikke nogen til dette arrangement. Så må vi håbe vi får bedre held d. 18 maj, da en af de "Rigtige mænd" Lindy Aldahl kommer til Bjerringbro.

14. marts blev der afholdt Tange Sø Marathon, her fejrede vi Henriks Marathon nr. 100, en rigtigt god dag med ca. 170 deltagere, som nød et god traktement efter løbet. Henriks familie var en stor del af dette løb,

stod for depoter og forplejning. Bl.a. var der hjemmelavet suppe til alle efter løbet. Depoterne var fyldt med "godter".

18. marts blev den årlige generalforsamling afholdt. Lene Amdi valgte at stoppe som suppleant, Find Larsen blev valgt. Efter generalforsamlingen blev Dan Vestergaard valgt til ny formand med Morten Egelund som næstformand, Werner Lynglund kasserer, Birgitte som sekretær

29. marts gik turen til Mors, hvor ca. 80 BAM'ere deltog i Pinen og Plagen løbet. Et løb for alle kategorier af løbere, hvilket det store antal deltagere vidner om. Der var arrangeret fælles spisning efter løbet – en rigtig hyggelig dag – tror jeg, alle kan skrive under på, selvom det nok gik op for mange, hvorfor løbet hedder Pinen og Plagen!

31. marts var der et "åbent hus" ved Sportigan, hvor medlemmer af BAM kunne komme og købe sko/tøj.

8. april var der arrangeret Wellnes med spisning. Alle fik en tur i den nye wellnes afdeling i hallen. Der var sauna, der var det kolde gys, jeg tor alle have en rigtig god aften.

I weekenden 25/27. april deltog 13 BAM'ere i Hamborg Marathon. Kørte fra Bjerringbro lørdag morgen og efter et par hårde dage var vi tilbage i Bjerringbro igen mandag eftermiddag.

D. 16. maj skulle måneders forberedelse til årets store begivenhed stå sin prøve. Denne dag afholdes Gudenåløbet. Grundfos der afholdte OL i Bjerringbro, havde også givet holdet opgaven at afvikle Grundfos OL i ½ Marathon og 12 km. Dagen blev en stor succes, alle var tilfredse med afviklingen. Så stor tak til Jan, "Gudenåudvalget og ikke mindst alle de frivillige der netop denne dag var med at gøre "Gudenåløbet" til fremtidig aktivitet i BAM.

I forbindelse med Hestemarked blev Sportigan/Lionsløbet 2015 afholdt d. 11. juni. Igen i år var der ikke præmier til vindere af løbet, men i stedet for dette en masse sponsor gaver især fra Sportigan. 102 deltagere.

Så blev der d. 20/21. Juni tid for Stafet for Livet, som vist efterhånden må siges at være en tilbagevendende begivenhed Bjerringbro. Evelyn havde igen i 2015 havde taget "stafetten", dette til at sikre BAM'erne også viser flaget til dette fantastiske arrangement.

Ved vores sommerafslutning d. 1. juli var vejrguderne med os, en dejlig sommeraften med hygge omkring grillen- der blev spist pølser til den store guldmedalje. Til dette arrangement var der 80 løbere.

15/16. August blev 24 timers løbet afviklet i Viborg. Igen i år havde Lilian og Palle taget denne opgave. Tak for et flot arrangement. BAM deltog i år med 1 hold. Er sikkert på, at med årets succes i 2015 kan vi i 2016 deltage med 2 hold. Så hold øje med hjemmesiden, der kommer snart opslag til dette års 24 timer løb.

25 løbere tog d. 13. september til Copenhagen Half Maraton i København. Startskuddet til løbet var allerede kl. 11.15, så afgang fra Bjerringbro kl. 05.30, landene igen i Bjerringbro kl. 19.30. Lang dag. Birgit blev uofficiel Danmarks Mester i hendes aldersklasse.

Dagen efter d. 14. september var Anne-Marie og Anette med hjælpere igen klar til at sætte nye hold Walk&Run'ere i gang. I alt, har der været 57 på holdende heraf 18 BAM'ere, som enten havde været skadet eller holdt pause fra løb. Der har været en gejst og motivation til stede på dette hold, hvor 30 afsluttede med "eksamen" her i januar 2016.

20. september afholdes Mini Tri og Duatlon stævne på området omkring Idrætsparken. Det var flot tilslutning til dette arrangementet, der blev afholdt for 2. gang. Ca. 45 deltagere, som dystede i flere klasser.

Egeskovløbet blev igen afholdt første søndag i november d. 1. Der deltog 145 løbere. Fordelt på 62 på 12 km og 83 på 6 km ruten. Igen et godt arrangement af Jan og hans mange hjælpere.

Først i november startede BAM igen et svømmehold med ca. 40 deltagere.

14. november var der tid til det årlige suppeløb med efterfølgende fest. Palle og Co. lægger hvert år et stort arbejde i denne dag – desværre må vi også erkende at deltager antallet skrumper ind – der er synd og skam, for der er virkelig en god/hyggelig dag og aften, hvor alle på tværs af løbehold kommer hinanden ved. Jeg kan kun endnu engang opfordre alle uanset løbehold til at deltage i, bakke op, i dette sociale arrangement. Årets suppeløber blev Jan Nielsen, for hans store arbejde som løbsleder specielt til Egeskovløbet og ikke mindst Gudenåløbet.

I bestyrelsen besluttede vi at lave nogle tema aftener i 2015 og 2016 omkring hvordan vi undgår løbeskader. Der blev lagt ud med et arrangement starten af december, primært for vores nye løbere. Hvor vi havde inviteret Rikke Hindkær – lægeeksamineret fysiurgisk massør. Rikke fortalte bla. Om kroppens reaktioner, når man starter på noget nyt som f.eks. at løbe – hvad er det for signaler kroppen sender, hvad skal vi lytte til og hvad kan der gøres, hvis skaden er sket.

Juleafslutning d. 9.december med ca. 80 deltagere blev igen i år afholdt med løb og dans om juletræet på torvet og som sædvanlig afsluttet med fællesspisning – en god gang julemad – flæskesteg og ris ala mande. Temposætterne som er en stor aktiv for BAM, blev belønnet og fik tak for deres store indsats gennem 2015.

Igen i år har mange BAM'ere deltaget i løb/TRI i og udenfor Danmark. Kan bl.a. nævne: Lillebælt Marathon, Challenge Denmark, København

Marathon, Berlin Marathon, H.C. Andersens Marathon, New York Marathon og jeg kan blive ved. Foruden de allerede nævnte kan man på resultatlisten til lokale løb også se BAM navne.

Birgit fik en flot 3 plads i sin aldersgruppe i New York, modtaget startnummer + fad fra New York.

Vi har 2015 afholdt 9 bestyrelsesmøder, alle med fast dagsorden. Referat kan ses på hjemmesiden.

Der var pr. 1. januar 293 medlemmer og 3 passive og pr. 31. december 276. Nævnes skal at der allerede de første måneder af 2016 er kommet 12-15 nye medlemmer.

Bam's hjemmeside er stadig en af de mest besøgte inden for løb m/ca. 800-1000 besøgende om ugen. Der bliver af Jens gjort en stor indsats for at hjemmesiden skal være en god kommunikationskanel. I 2015 har hjemmesiden fået en større opdatering, og vi mener nu for en tid, at vi har en hjemmeside som opfylder vores behov for nogle år. Udviklingen går stærkt på området, så vi skal påregne løbende udgifter og ind i mellem også større udgifter, som vi netop har gjort i 2015, til at lave nyudvikling på siden. Alternativet er at man "ligger alt ud i byen", vi har dog pt. den opfattelse, at tingene ikke bliver så fleksible som i dag og også noget dyrere løsning.

Træningen er i 2015 forløbet godt. Trænergruppen bestående af Anette, Erik, Dan og Morten som formand, har ansvaret for at planlægge træningsplanerne og træningsafterne samt lede gruppen af temposætterne. Træning er stadig lagt an på konditionstræning mandag – onsdag grundtræning i "snakke tempo", lørdag "den lange tur" i LSD. Der afholdes løbende temposættermøde, hvor træningsplaner og træningsmetoder gennemgås. I år har alle temposættere være tilbudt et første hjælps kursus, næsten alle deltog i en af de to dage som var

mulighed for at hjælpe.

BAM har ca. 10 temposættere og sagtens bruge flere, så sig til såfremt du har lyst til at hjælpe med denne opgave.

Det skal herfra lyde en opfordring til alle løbere, det er temposættere der styrer træningen, dvs. at der løbes ikke foran temposætterne alle løber efter gældende færdselsregler.

Til Gudenåløbet sidste år blev vores nye sponsor koncept afprøvet, og konceptet blev taget godt i mod. Som i senere kan se af regnskabet er vore sponsorindtægter i god gænge. Kan nævne at der allerede nu er indgået en del aftaler til gavn for både sponsorer og ikke mindst BAM medlemmer i 2016.

Bestyrelsen valgte i 2015 at gøre BAM medlemmer mere synlige som BAM medlemmer. Der blev lavet aftale med Sportigan omkring en klubjakke, hvor BAM gav 150,00 kr. i tilskud. Det blev en stor succes, ca. 120 BAMmer løber rundt i en BAM jakke.

Vores borgmester Torsten Nielsen, har givet udtryk for at Bjerringbro er "gået i stå", hvordan ved Torsten dette, mener ikke at have set borgmesteren i denne del af kommunen i lang tid? Derfor vil gerne opfordre Torsten Nielsen til at deltage i Gudenåløbet 2016 d. 28. maj, så kan Torsten se hvor meget liv der er i Bjerringbro og hvilken fantastisk natur der er omkring Gudenåen.

Hvis ikke du kender vejen i forvejen Torsten, så følg skiltene med "Bjerringbro" på fra Viborg til Bjerringbro. Vores gode markører på ruten til Gudenåløbet skal nok sørge for at du ikke løber forkert i det ukendte område.

Til sidst er det naturligt at sige tak til alle som har bidraget til at 2015 er blevet et flot BAM år.

En stor tak til alle frivillige, det være temposætter, løbsudvalg, hjælpere til løb, etc., uden jer var det svært at få BAM til at "Løbe rundt" Stor tak til alle vore sponsorer, som hjælper med at det er økonomisk muligt at lave alle de aktiviteter for vore medlemmer.

Tak til den lokale presse, som hjælper BAM med at komme ud med vores budskaber.

Til sidst en tak til mine kollegaer i bestyrelsen for BAM, tak for godt og samvittighedsfuldt samarbejde.

Dan Vestergaard

Formand

28. marts.