

Formandens beretning 2018

Grevinde Dannerløbet 2. april 2017

Kort efter sidste års generalforsamling indledte vi for alvor forårets komme med det traditionsrige Grevinde Dannerløbet, som jo årligt arrangeres af vore gode naboer fra Hjerteforeningens Motionsklub i Jægerspris. Vi var i alt mere end 40 fjordløbere med ved Grevinde Dannerløbet og man må bare sige, at det er et rigtig fint løb i Nordskoven, som jeg kun kan opfordre Fjordløberne til at bakke op om. Det gælder også her i 2018-udgaven, som jo finder sted her om kort tid; søndag den 8. april. Hvis vi gerne vil have løb i vores nærområde, så er det selvfølgelig vigtigt, at vi som forening bakker op herom. Så opfordringen er hermed givet videre... Der er distancer for enhver.

Begyndertræningsopstart 2 gange i 2017

I 2017 startede vi begynderhold op hele to gange. I begyndelsen af april måned var det Nina, Pia, Ditte og Ivan, der startede op med forårsløbeholdet og i august måned var det Pina, Solvejg og Elva, der startede op med et sensommer-/efterårshold for begyndere. Der har været meget flot tilslutning til begge hold og forårsløbeholdet er fortsat som ½-times hold under Pias og Rikkens kyndige vejledning. Vi synes i bestyrelsen, at det er rigtig godt, at Fjordløberne nu også har et tilbud til alle, der gerne vil "nøjes" med at løbe en halv time. Jeg vil gerne her sige tak til alle jer, der bidrager omkring begge begynderhold – det er her mange medlemmer "fødes"... om jeg så må sige. Så det er vigtigt, at vi også har et tilbud om begyndertræning på hylterne – gerne i hvert fald mindst en gang om året.

Færgelundsløbet skærtorsdag den 28. marts 2017

Ved 2017-udgaven af Færgelundsløbet fik vi – som vi jo plejer at gøre – indledt påsken med løb og god stemning ved Schweizerhuset. Færgelundsløbet er ikke noget stort løb – det bliver det næppe heller i fremtiden – men jeg vil ikke lægge skjul på, at det ville være fedt, hvis flere fjordløbere deltog. Færgelundsløbet kræver selvfølgelig ikke lige så meget tid og koordinering at planlægge som andre af vore løb, men... noget kræver det alligevel. Og hvis medlemmer ikke gider Færgelundsløbet, så... 😊

Gennemførte deltagere ved Færgelundsløbet 2002 – 2017

Tja... bum bum... Skal vi fortsætte...? Synes I fjordløbere, at Færgelundsløbet er et godt løb?

Hamborg marathon og Vikingsporet

Den 23. april 2017 var en flok fjordløbere draget til den nordtyske hansestad Hamborg for at prøve kræfter med de godt 42 km, mens en anden fjordløberflok var draget til Roskilde for at løbe som sande vikinger på Vikingsporet.

Fjordløberkollektionen fra craftshop.dk

Vi har to gange i 2017 haft salg af klubbetøj her fra lokalerne, hvor vi fra foreningens side har ydet et tilskud på 20 pct. på vores klubbetøj. Jeg vil selvfølgelig gerne understrege, at man kan købe tøj hver dag 24/7. Vi har jo samarbejde med et internetfirma. Så man behøver altså ikke at vente til disse klubbetøjsaftener for at få "lov" til at købe klubbetøj. Begge aftener var en stor succes. Jeg vil selvfølgelig også gerne opfordre til, at man også bruger løbetøjet... - for så vidt både til træning og til løb.

Fjordrejerne til skovfitness i maj 2017

Så har vi haft et arrangement for alle fjordrejerne med ekstern instruktør Majken Rindholm, hvor det er mit indtryk – jeg deltog jo af indlysende årsager ikke selv – at alle de kvindelige medlemmer af Fjordløberne havde en hyggelig eftermiddag/aften med lidt anderledes træning og ikke mindst hyggeligt socialt samvær, hvor I var ude at spise bagefter.

Ladywalk (gratis walk for kvindelige fjordløbere) ultimo maj

For andet år i træk drog fjordrejerne afsted til Ladywalk på Amager. Jeg har ladet mig fortælle, at I havde en rigtig hyggelig tur og jeg synes som foreningsformand, at det er rigtig godt, at der er blevet taget dette feminine initiativ til en sådan tradition – tør jeg vel efterhånden godt sige. Med et sådant tilbud om gratis deltagelse i Ladywalk for medlemmerne af vores forening, har vi også et gratis tilbud på hylterne til de medlemmer, som måske ikke er lige så begejstrede for at løbe. Nu har vi selvfølgelig ikke gennemgået regnskabet endnu, men jeg mener ikke, at det kan udelukkes, at bestyrelsen vil se velvilligt på en anmodning fra jer, der står for arrangere Fjordløbernes deltagelse, om foreningen også kunne betale for de sandwich, som jeg ved, at I nyder på græsplænen efter gåturen. Men det kan vi jo vende tilbage til, når regnskabet bliver fremlagt her senere...

Testløb i 2017

Så har vi (selvfølgelig) også haft testløb i 2017. Jeg havde selv kun overskud til at afholde ét enkelt i foråret 2017 og da jeg under en løbetur så beklagede mig højtlydt over det, så greb Frank og Lasse straks depechen og de har så stået for det lige siden. Tak til jer begge – og tak for, at I også tager den i hele 2018 😊

Social cykeltur i Hornsherred og social strandtur på Marbæk strand

Lørdag den 10. juni havde vores aktivitetsudvalg inviteret til social cykeltur rundt i Hornsherred. Vejret var bestemt med os, frokosten blev nydt ved Sjælsø slot og om aftenen efter cykelturen var der mulighed for at udvide det sociale samvær hos Søren i Gerlev med god mad og drikke. Jeg opfattede selv dagen som endnu et succesfuldt arrangement fra vores aktivitetsudvalg. Efter sommerferien – lørdag den 19. august – var aktivitetsudvalget igen på pletten og havde inviteret til hyggeligt samvær på Marbæk strand med rundbold, volleyball og den obligatoriske badetur. Endnu et rigtig fint arrangement, hvor vi vel var en 25 deltagere.

Fjordløberne gratis til Parkstafet i Roskilde for 7. år i træk

For 7. år i træk var Fjordløberne stærkt repræsenteret ved Parkstafet i Roskilde. Dette sociale løb er vel efterhånden blevet et "must" for os fjordløbere. I 2017-udgaven var vi mere end 70 fjordløbere repræsenteret – heriblandt to gode håndfulde fra vores powerwalk-hold. Tak for den flotte opbakning til alle og selvfølgelig en særlig tak til aktivitetsudvalget for at være primus motor. Hvad angår resultaterne på dagen, skal I da lige vide, at jeg som formand for Fjordløberne selvfølgelig ikke er spor bitter over, at vores 1. hold ikke vandt i mix-klassen, men derimod opnåede en flot, flot 2. plads i mix-rækken kun 1 minut og 44 sekunder efter SØAM's (formentlig stærkt dopede) vindere af mix-klassen. Nej, pjat – godt løbet af alle. Jeg synes, det er rigtig stærkt, at vi var over 70 deltagere afsted og jeg tænker, at vi – udover at tage af sted igen her til juni – også får nogle gode oplevelser sammen som medlemmer i Fjordløberne, hvor vi kombinerer det sociale samvær med motion og friluftsliv.

Hansens IS cykelløb

På vandrørene har jeg godt hørt nogen sige: Hvorfor skal Fjordløberne nu også engagere sig i cykelløb? Så det vil jeg godt lige bruge et øjeblik på at sige lidt om... Svaret er nemlig lige så kort, som det er ussel: Penge! Ved at være vejvisere (vi var 13 personer, der brugte det meste af en lørdag eftermiddag) tjente vi næsten det samme, som det koster at sende 70 fjordløbere til Parkstafet i Roskilde med fuld forplejning. Så... min pointe er, at selvom der ikke er tale om et motionsløb, så vil vi i Fjordløberne gerne bakke op om et motionsarrangement som Hansens IS cykelløb, når vi vel at mærke bliver betalt rimeligt for det. Så efter sommerferien vil I igen se mig efterlyse hjælpere i form af vejvisere til Hansens IS cykelløb – et løb, hvor vi tjener en fin sum til foreningskassen ved en forholdsvis overkommelig indsats. Men derudover er det selvfølgelig ikke meningen, at vi skal til at hjælpe til ved alle mulige og umulige lokale arrangementer. Motionsløb er vores hovedbeskæftigelse.

Frederikssund stafetten torsdag den 31. august 2017

Årets helt store begivenhed på løbefronten i Frederikssund – og i særdeleshed i Fjordløberne – kan man godt sige var Frederikssund stafetten. Torsdag den 31. august deltog omkring 1.500 deltagere i den første udgave nogensinde af Frederikssund stafetten og det er min oplevelse, at det slap vi i Fjordløberne sgu' meget godt fra. Det kom vi selvfølgelig ikke sovende til, så jeg vil her godt benytte lejligheden til at rette en helt særlig tak til Carsten Nielsen. Uden din indsats, sparring, indsigt, lister, og ikke mindst ukuelige gå-på-mod, ja, så var Frederikssund stafetten måske nok blevet afviklet – men under helt, helt andre former. Vi skylder dig i Fjordløberne en helt særlig tak. Og når det så er sagt, så er forberedelserne allerede godt i gang, for den sidste torsdag i august – det er i år torsdag den 30. august, der afholdes den anden (og den svære 2'er) udgave af Frederikssund stafetten.

Bike and Run...

Lørdag den 23. september havde aktivitetsudvalget inviteret os alle ganske gratis til stafetten Bike & Run i Roskilde, hvor fem deltagere på et stafethold skulle deles om at gennemføre en stafet hhv. på cykel og på en 5 km løberute. Her må vi bare være ærlige og sige... Det var der ikke interesse for i Fjordløberne. Så det blev aflyst... og det viser måske meget godt, at træerne ikke vokser ind i himlen.

Margueritløbet

Tilbage i 2016 afviklede dagbladet Politiken – i samarbejde med Trygfonden, DGI og Coop – for første gang Margueritløbet. I 2017 var Fjordløberne og Frederikssund med. Margueritløbet er lidt anderledes end andre løb, idet det er selve oplevelsen og historiefortællingen omkring løbet, der er i højsædet. Der tages fx heller ikke tid. Her i 2017-udgaven var der 32 spots fordelt rundt i hele landet, der var med og her i Frederikssund nåede vi op på 102 betalende deltagere (alle børn under 15 år deltager gratis) og med disse 102 betalende deltagere, blev vi det Margueritspot i Danmark med 3. flest deltagere – kun overgået af to nordjyske spot. Så det var dejligt med den flotte opbakning. Her i 2018 er vi med igen. Løbet afvikles søndag den 23. september.

Skuldelevløbet

Vi har også haft en pæn flok fjordløbere til Skuldelevløbet og der har også været fjordløbere med ved 3600 maraton for nu lige i farten at nævne yderligere et par lokale løb., hvor Fjordløberne har været repræsenteret.

Foreningsudvikling med DGI

Det vigtigste i Fjordløberne (eller i hvert fald noget af det vigtigste) er – efter min opfattelse – det jeg vil tillade mig at kalde ”det daglige liv i foreningen”, dvs. træningen tirsdag og torsdag fra hallen, søndag fra Færgelunden samt de træningssamlinger, der i øvrigt finder sted andre dage fx om lørdagen (eller andre dage for den sags skyld). I november måned indledte vi i Fjordløberne et såkaldt foreningsudviklingsforløb med DGI Nordsjælland. Hensigten med at deltage i dette foreningsudviklingsforløb er egentlig ikke, at vi i bestyrelsen ønsker at revolutionere livet i Fjordløberne. Men det er selvfølgelig altid relevant at reflektere over, om vi gør tingene på den rigtige måde. Status lige nu er, at vi har nedsat 4 arbejdsgrupper, der har arbejdet videre lidt hver for sig og her senere på foråret mødes vi igen med DGI og ”samler op” – om jeg så må sige. Det er altid lidt svært at definere, præcis hvem der skal deltage i et sådant forløb, men jeg besluttede i sin tid helt egenrådigt, at bestyrelsesmedlemmerne og trænerne samt en repræsentant for aktivitetsudvalget blev inviteret. Indtil videre er det mest konkrete, der er kommet ud af forløbet, at vi startede et hold op for ungdomsløbere her i januar måned. Det har måske ikke været en kæmpe succes. Men stor ros til jer i arbejdsgruppen vedr. ungdomshold i Fjordløberne – jeg er sikker på, at det ikke er det sidste, vi har hørt til jer... og som sagt samler vi snart op.

Årets udlandstur 2017 – Mallorca

Årets udlandstur gik i uge 42 til Mallorca. Omkring 40 fjordløbere deltog i turen sydpå, hvor dejlig varmt løbevejr, socialt samvær og ikke mindst motionen, dannede rammen om årets udlandstur. Godt planlagt af vores aktivitetsudvalg (tak for det). Her efter generalforsamlingen vil aktivitetsudvalget løfte sløret for, hvor turen går til... her i 2018. Så bliv endelig hængende, når vi her senere afslutter generalforsamlingen.

Sillebroløbet

Sidste søndag i oktober var det fjerde år i træk, at vi i Fjordløberne stod i spidsen for Sillebroløbet. Denne udgave vil nok mest blive husket for Ingolf og det ekstreme blæsevejr med dertil hørende risiko for forhøjet vandstand, som han havde taget med. Det var selvfølgelig lidt ærgerligt og satte i den grad sit præg på dagen og sikkert også jeres oplevelser på dagen... Men det gik og Frederikssund blev heldigvis forskånet for ubehagelige oversvømmelser. I start- og målområdet blæste det ganske voldsomt og det gjorde selvsagt, at deltagerne søgte indendørs og at rigtig mange tog hjem, umiddelbart efter at de havde løbet. Stor tak til alle jer, der hjalp til.

Julestjerneløbet i Hillerød

Som jeg fortalte tidligere, var der meget begrænset tilslutning til Bike & Run, selvom løbet var udset til at være gratisløb i efteråret. Så vi besluttede, at Julestjerneløbet, som Fjordløberne også har deltaget trofast i gennem de sidste efterhånden 7 år, endnu en gang skulle være gratisløb. Vi var lige omkring 30 deltagere, der løb julemåneden i møde i St. Dyrehave ved Hillerød og efter løbet mødtes til hyggeligt samvær med varm suppe, flutes, gløgg og æbleskiver på Byskolen i Hillerød. Endnu en gang en stor tak til aktivitetsudvalget.

Det traditionsrige jule- og nytårsløb i Fjordløberne

Både juleaftensdag og nytårsaftensdag har vi tradition for at mødes til socialt løb og samvær i Færgelunden. 2017 var ingen undtagelse og vi var vel omkring 100 deltagere begge dage. Det synes jeg er ganske flot og i øvrigt en fin måde lige at mødes på og ønske hinanden hhv. en glædelig jul og et godt nytår.

Nytårskur og Årets Fjordløber

Nytårskuren fandt sted – som den jo har gjort de seneste mange år – den anden lørdag i januar. I år var det andet år i træk, at festlokalerne på Fagerkærvej dannede rammen om nytårskuren. Vi var 85 deltagere og dermed var vi – heldigvis – ca. 30 flere end året før. Så det var rigtig fint at opleve så flot opbakning til nytårskuren, hvor jeg jo tænker, at en forening af vores størrelse skal kunne samle over 80 deltagere hvert år. Vi – og det vil I også se, når regnskabet fremlægges – laver et ret stort underskud på nytårskuren, så alene af den grund skal der selvfølgelig også være mange medlemmer med til denne årlige foreningsfest, der som bekendt altid afholdes den anden lørdag i januar måned. I må godt allerede nu sætte kryds i kalenderen ved lørdag den 12. januar 2019, hvor vi igen mødes på Fagerkærvej og hvor vi jo evaluerer 2019-sæsonen over et glas vin eller en øl og krydrer det med god mad og en svingom... Ved nytårskuren hædrer vi som bekendt årets klubmestre og vi får afsløret navnet på Årets Fjordløber. I år tilfaldt den titel Anne Marie – og hun blev dermed den 20. i rækken af 'Årets Fjordløber'. Tillykke til alle klubmestre samt Årets Fjordløber.

Kommunikation

Sidste år kom jeg også kort ind på, at kommunikation (og i særdeleshed) sociale medier osv. osv. spiller en stor rolle i dag – også for Fjordløberne. Det er svært at ramme alle medlemmer hele tiden med al relevant information, men vi gør vores bedste. Så også tak til Lars Juul, som er vores webmaster og også tegner foreningen på Facebook. Instagram og Snapchat har vi vist til gode endnu..., men jeg har hørt en lille fugl synge om, at der måske skal prøves kræfter med et børnehold, så det kan jo være, at Instagram og Snapchat skal prøves af...

Ultraløbere og fortælling

Det er nu ikke fordi, at jeg særligt skal fremhæve dem som løber ultra langt, men jeg vil da lige kort nævne, at vi har haft 3 løbere i det forgangne år, som har været særligt begejstrede for at løbe særligt langt. I slutningen af november havde vi Anders forbi og give en meget personlig fortælling om sit liv som løber. Der var ca. 25 deltagere den aften til en spændende fortælling.

...og mange andre oplevelser

Ja, så har jeg lige taget lidt flere billeder med. I er meget aktive, må jeg sige og jeg vil gerne love jer, at jeg ikke har fået alt med i denne beretning.

Vigtige datoer i 2018

Her mod slutningen af beretningen vil jeg lige se en anelse frem mod det kommende år, som jo allerede er rigtig godt i gang. Husk at se på aktivitetsplanen på hjemmesiden under "Det sker i Fjordløberne".

TAK

Til slut her i beretningen vil jeg gerne benytte lejligheden til at sige tak. Tak til alle jer, der på den ene eller anden måde gør en forskel i Fjordløberne. Uden jer og jeres indsats for foreningen – ja, så kunne vi jo også bare være en Facebook-gruppe, der mødtes og løb en tur en gang imellem. Ikke at der er noget galt med Facebook-grupper, der mødes og løber en tur en gang imellem. Jeg synes – og det kommer næppe som en overraskelse for jer, der er her – at Fjordløberne er ekstremt meget mere end Facebook, selvom jeg anerkender, at det kan være svært at ignorere fuldstændig i disse år.

Tak for ordet.