

Referat

KTK86 Bestyrelsesmøde 10. August 2023

Referent: Kristoffer Visti Graa

Tilstede: Nicolaj Løvenhøj, Kristoffer Visti Graa, Nicolas Olivares, Erik Aarslew-Jensen, Rasmus Lindsted Melsen

Afbud: Peter Dørffler

1. Opfølgning med chefræneren vedr. træning, struktur, REC, udfordringer, fremtid etc.

- Svømning
 - Svømmetræning går generelt godt. Over sommeren har der været bedre fremmøde til OW om lørdagen end andre år, med 20-25 deltagere per gang.
 - Svøm tirsdag og torsdag morgen er de mest besøgte, og fungerer godt med både springbassin og langbane. (Muligt pga. Team Copenhagen samarbejde med Eliten)
 - Dette år har det været primært Mikkel, Jens og Lasse som svømmetrænere, med Andrea, Thor, Casper som suppleanter.
- Teknik træning cykel
 - Planlægges ad hoc over vinteren, så der laves tekniktræning når vejret er til det, efter svømning søndag. Der lægges op til at det køres om vinteren, mens fokus ikke er på specifikke intervaller.
- Plyometrisk træning og sprint til løb
 - Plyometriske øvelser var tidligere indført til lørdagsløb under opvarmning
 - Denne vinter lægges der op til også at indføre korte sprinter, for at øge løbeøkonomi.
- Lave en poll på instagram
 - Hvilke oplæg ville være interessante?
 - Evt. om kost
 - Evt. om basal træningsteori
- Lave sports arrangement som social aktivitet
 - Orienteringsløb
 - Go-kart
 - Etc.
- Arrangere udenlandske stævner
 - Idé om at sætte et par udenlandske race i fokus, og opfordre til at folk melder sig til samlet som "klubtur".
- Alternativ til klub træningslejr bliver at opfordre til man tager med på forbundets lejr. Dette gør Mikkel og Jens på facebook
- Banetider
 - Der skal søges nye tider til vinter
- Opsynsbeviser til frivillige
 - Klubben betaler gerne for opsynsbevis, hvis der er et par frivillige som ønsker dette. Dette er kun tænkt som en nødsituation, hvis det grundet sygdom o.lign. er helt umuligt at finde en svømmetræner, så man potentielt kan undgå en mulig aflysning.

2. Økonomi

- Ingen store udviklinger.
- Løn bliver udbetalt som planlagt, og den nye løsning med "Salary" fungerer godt.

3. Nyt fra udvalg

- Tøjudvalg
 - Der vil snart blive meldt noget ud omkring kommende bestillingsrunde etc.
- Eliteudvalg
 - Mikkel uddannet til modul 2 mental coaching hos DIF, betalt af forbundet.
- Stævneudvalg
 - Mangler stadig 8 frivillige til Ironman 2023
 - Vi genoptager diskussionen til vinter om hvordan vi kan øge klubbens engagement i det frivillige arbejde - og laver oplæg til generalforsamling
- Kommunikationsudvalg
 - Aftalen med hjemmeside-konsulenter er klar, og skal blot sættes i gang.
 - Vi skal komme med information til hjemmesiden.
 - De laver især et nyt layout.
 - Udgangspunkt ti timers arbejde
 - Der skal laves en oversigt over hvilken information der skal på hjemmesiden
 - Links til andre hjemmesider til inspiration
 - KTK86 elite instagram skal lukkes ned.
- Aktivitetsudvalg
 - Lokalet er booket til klubfesten, men vi mangler fortsat folk til at arrangere.

4. Nyt bestyrelsesmøde

- 9. november 2023

5. Eventuelt

- Kontingent
 - Nuværende kontingent er 2.500 kr/år
 - Ved næste opkrævning den 1. oktober 2023 sættes kontingentet til 3300 kr for 15 måneder (resten af 2023, samt hele 2024), svarende til en stigning på 140 kr/år. For ungdom (under 20 år) bliver denne opkrævning på 2375 kr, svarende til en stigning på 100 kr/år.
 - Der lægges desuden op til at kontingentet bør stige til mellem 2800 og 3000 kr/år fra 01/01/2025. Der kan evt. indføres en ny ungdomskategori for studerende i alderen mellem 20 og 25 (med en lavere sats) for at fastholde og tiltrække studerende trods en sådanne stigning. Bestyrelsen laver et oplæg omkring dette til diskussion på kommende generalforsamling i starten af 2024.
- Udtrædelse af bestyrelsen
 - Rasmus Lindsted Melsen udtræder desværre fra bestyrelsen i forbindelse med næste møde pga tidsmangel.