

Beretning Vidar generalforsamling 19.3.25

Min start som instruktør i Vidar var sept. 2004, start som formand og instruktør var dec. 2004.

Nu en kort sammenfatning af Vidars historie og min historie med Vidar.

Mit første jubilæum i Vidar var:

Dec. 2005 hvor Vidar blev 70 år og vi det blev fejret med en særlig julehygge i Haraldslund. En visesanger duo og selvfølgelig bankospil.

2010 blev Vidar 75 år. Og Vidar blev igen fejret med en større sammenkomst med spisning og lidt underholdning i lokalerne i Haraldslund.

I 2010 fik Vidar også lavet et meget flot Jubilæumsskrift. Samme år kunne vi tilbyde medlemmerne en flot t-shirts med Vidar logo. Og den trøje bliver af medlemmerne brugt meget.

2012 startede Vidar sit Vidar seniorhold, som stadig her 13 år efter har stor tilslutning til træningen hver torsdag i Idrætshallen Østre Alle. Ca. 90 tilmeldte, hver gang mellem 70 – 75 fremmødte.

2012 var året hvor jeg netop stoppede med at undervise i **Seniorsport** efter en brat afslutning. I sommerferien fik jeg en mail: Vil du godt afgive nogle af dine timer, da jeg skal bruge dem til en der skal tjene mange penge 😊. Jeg måtte sige alt eller intet.

Det blev starten på et fantastisk Vidar Seniorhold.

24.1.25 ved Sifa Nytårstaffel fik jeg så endelig fortalt det til Kirstine, hvorfor. Nu kan jeg så tale med hende igen 13 år efter. Og hun havde kun positive ord at sige om mig og min tid i Seniorsport.

Og Nu skal jeg måske takke hende fordi hun er skyld i at Vidar har fået mit hjertebarn: **VIDAR SENIORHOLD.** 😊

2015 blev Vidar 80 år og igen skulle det fejres, denne gang startede det med en aktivitetsdag i Idrætshallen Østre Alle i marts 2015. Fællesskab og sammenhold det kan Vidar. På det tidspunkt havde Vidar også et mindre sjippehold, vi havde Tina til at give de yngre sved på panden og Jens til at få de voksne til at slappe af igen. Vi fik et nyt hold med Capoeira præsenteret, og underholdning af **Ét Hjulede cykler.**

Selve jubilæet blev fejret den 5. december 2015 i Haraldslund, med spisning og underholdning. Her deltog nogle af Vidars tidligere instruktører, **Grete Fokdal, Nina Andersen, Elin Elland og Birgith Storgaard.**

Hvad der også er værd at huske, er at **Vidar fik sin nye fane i 2015**, og den blev indviet under jubilæumsarrangementet i Haraldslund.

2020 blev Vidar 85 år, da lavede vi et mindre Jubilæumsskrift med de sidste 5 år. Og Vidar fejrede det igen med lidt spiseligt mm i Idrætshallen, lidt motion og selvfølgelig julebanko.

2025 bliver Vidar 90 år, vi har derfor fået lavet et meget flot Jubilæumsskrift. Og derudover har vi jo inviteret jer medlemmer med ledsager til Jubilæums aktivitetssdag i Idrætshallen søndag den 30. marts 2025. Her vil Team Vidar vise det program de skal deltage med ved DGI's landsstævne i Vejle.

Så husk at reservere søndag den 30.3.25, hvor vi igen kan vise, hvordan der er en fantastisk holdånd og et godt sammenhold i Vidar. Selve Jubilæet er jo først den 4. december, så der vil der helt sikkert også ske en fejring af Vidar.

Inden jeg fortsætter min beretning med min historie om Vidar, er det vigtigt for mig her at nævne en af Vidars betydningsfulde personer:

Grete Fokdal, et ikon i Vidar, gik desværre bort for snart et år siden, Grete var meget engageret i Vidar i mange år, både som instruktør og i bestyrelsen. Derudover var hun i flere år med i NAG's bestyrelse, og hun havde i flere år **Rep. Holdet**, som jeg gik på i mange år. Det har givet mig kæmpe oplevelser. Den største nok at være med på **Japan turen**. Og senere på en tur til Færøerne.

På grund af sygdom kunne Grete ikke deltage i noget de sidste år. Sidste gang Grete var med, var til Vidars 80-års Jubilæum, som blev afholdt i Haraldslund.

Oplysninger om Vidar fra en kasse jeg fik for 20 år siden:

Pludselig finder jeg en kasse i mit skab, hvorpå der står Vidar. Har bladet alle papirerne igennem, og har fundet oplysninger om Vidar, som jeg ikke vidste.

- 1.** Vidars første love, som har været gældende i mange år, med enkelte ændringer 30. oktober 1959. Først omkring 1967 blev det ændret, så der kun var én årlig generalforsamling i marts, og ikke som tidligere to generalforsamlinger i oktober og april.
- 2.** i 1967 bliver **Frode Kristensen valgt som formand og fortsætter i 27 år**. Frode kendte jeg fra min tid i AKG og Gug Gymnastikforening. Grete Fokdal kom ind i bestyrelsen i 1969.

3. Fra 1971 kan man læse beretninger, med dato ud for hver sætning. En begivenhed jeg bemærkede var 1982, hvor man nævner deltagelse i **Landsstævnet i Slagelse**. Her havde Grete Fokdal motionsdamerne og undertegnede havde de unge piger. Det var et arrangement gennem amtsforeningen. **OG vi husker det tydeligt, da det var et frygteligt regnvejr-**
4. I 1983 måtte Vidar begynde at opkræve kontingent for hele sæsonen på én gang, da man var ude for at flere stoppede midtvejs og så fik Vidar ikke de penge de havde regnet med.
5. I 1983 blev det også nævnt at bl.a. **Inga Svendsen** og Jytte Iversen, Ulla Rasmussen, Elsa Svenningsen, samt Grete og Jørgen Fokdal deltog i **Gymnastradaen i Zürich**. Hvorfor jeg nævner det her, er fordi det fortæller **at Vidar altid har været medlem af Danmarks Gymnastik Forbund**. Det betyder noget for mig at Vidar som forening er medlem af den organisation, som betyder mest for gymnaster.

Vi er også medlem af **DGI**, som er mere lokal, men skal du med ud i verden er det gennem **Danmarks Gymnastik Forbund**, som her i år har skiftet navn til **Danmarks Gymnastik og Fitness Forbund**.

6. I 1991 deltager Vidar i en konkurrence i TV Aalborg. Det blev til en pokal, som de næste mange år blev delt ud til en gymnast i Vidar. I 2010 fik Vidar en ny Jubilæums pokal, som nu snart er fyldt med navne.
7. Sidste lille ting jeg bemærkede var, at Vidar holdt mange af deres møder, generalforsamlinger på det kendte **Konditori Kristine på hjørnet af Vesterbro og Vingårdsgade**.

Vidar Sæson 2024

Vi har som flere år haft mandage og tirsdage på Sønderbrokolen. Vi har de sidste år efter renoveringen af salene altid bedt om begge sale samtidig, af hensyn til at vores rekvisitter er placeret flere steder i begge sale, og det vil derfor være upraktisk hvis vi kun havde den ene sal.

Mandag fra 18 til 19 har i min tid altid været **herreholdets time**.

Mandag fra 19.30 kommer så **TEAM VIDAR**, holdets navn udadtil

Tirsdag kl. 17 er det **Mix holdet** (holdet er et mix af det tidligere Friske kvinder og Funktionel Holdtræning), og så kalder vi det Mix holdet fordi det er et MK-hold.

Tirsdag kl. 18.15 er det **Vidars yoga hold**. Vi har her været heldige at få **Rosa som instruktør**.

Vidars store hold, nemlig **Vidar Seniorhold** træner hver **torsdag 12.15 – 14.15** i **Idrætshallen Østre Alle**.

Ud over Rosa og undertegnede som faste instruktører, er Vidar så privilegeret at have Ann Pia, som kan gå ind og afløse på holdene, især Yoga, Vidar seniorhold og Mix holdet.

Sundt Seniorliv. Vidar har de sidste to år deltaget i denne messe i Aalborghallen en tirsdag i september. Vi prøver at gøre reklame for vores hold, og har også fået nogle nye medlemmer på seniorholdet.

Vidar har i mange år udelukkende haft hold for voksne. I de 20 år jeg har været i Vidar, havde vi kun et mindre sjippehold de første år. Der kom få fra Sønderbroskolen. Nogle af mine tidligere gymnasters børn, og enkelte fra Vejgård Østre skole, og Seminarieskolen. Det var et meget blandet hold, som pigerne derfor syntes skulle døbes **VERDENSHODET** En af pigerne, Martha, var vores tidligere borgmesters datter. De var bl.a. med til Vidars 80 år jubilæumsfest i Haraldslund, og de ord Thomas Kastrop skrev i Vidars gæstebog er så sande. Han skrev: **VIDAR ER EN FANTASTISK FORENING, DER ER ET GODT SAMMENHOLD OG EN GOD HOLDÅND.**

Et andet ordsprog som jeg faldt over tidligere på året, og som jeg synes er så sandt og som passer til os lyder:

Vi holder ikke op med at lege fordi vi bliver gamle-

Vi bliver gamle fordi vi holder op med at lege.

Citatet er fra Gunnar NU Hansen.

Citatet passer perfekt til Vidar. Alle jer jeg møder på mine hold, farer rundt og glemmer helt i er seniorer. **TAK FORDI I ER JER.**

Sæsonen 2024/2025 slutter på Sønderbroskolen 31. marts, og i Idrætshallen 24. april.

Som de andre år tilbyder vi udendørs træning/gåtur i Golfparken tirsdage i april og maj. **Start tirsdag den 1. april kl. 17-18. mødested er Urania Observatoriet.**

Derudover fortsætter Team Vidar træning nogle mandage i april, maj og juni, så de kan vise deres program ved Landsstævnet i Vejle 2. til 6. juli.

Hvordan vil Vidar se ud når vi kigger fremad?

Hvis den Geist, energi, positive indstilling, hjælpsomhed over for andre fortsætter i Vidar – så er det helt sikkert, at Vidar vil bestå.

Vidar er en af de foreninger, der tilbyder mest motion for billigste kontingent.

I år har vi fået flere nye medlemmer de sidste par måneder.

Jeg får jævnlig mange positive ord om vores hold. **Det varmer at høre.**

Vi skal fortsætte med at tilbyde motion/ gymnastik for voksne, det kræver selvfølgelig, at vi kan blive ved med at have instruktører til holdene.

Vi skal være klar til at tage nye trends ind, men det kræver selvfølgelig at der følger en instruktør med. Så kære jer, hvis i hører om nye aktiviteter som kunne være relevante i Vidar, så sig endelig til.

Til slut vil jeg gerne takke bestyrelsen for deres uundværlige hjælp. Tak til vore sponsorer: Magenta, Elgaard og Søndergård og Søborg og Henriksen.

Også tak til **Spar Nord** som har hjulpet med at trykke programmer mm.'

Sifa er også en lokal organisation, som vi har gavn af med TV bingo puljen, Lind puljen, hvor vi kan søge om midler.

Nævnes skal også at Vidar i år har været heldige at få del i Sparekassen Danmark Fonden, Himmerland.

Og glemmes skal ikke DUPPEN, hvor Helle har været heldig at få midler til Team Vidars tur til Landsstævnet.