

# Årsberetning for Vesterbro Rulleskøjte Klub 2003

## Årsberetning fra Hockey

### Sportslige mål:

Hockey deltog i DM og i EM med virkelig flotte resultater. Damerne vandt DM for klubhold og fik en meget flot anden plads ved EM for Damehold . Herrerne vandt en anden plads ved DM og placerede sig også på en 2-plads ved EM for klubhold. Godt gået!!!

Spillere fra vores hockey hold må snart være vant til at blive udnævnt til turneringens bedste, komme på all star hold osv – for det sker hele tiden i diverse turneringer!

City Hockey Cup – blev som sædvanligt gennemført!

Men ellers har hockey haft en sæson som sædvanlig hvor vi har domineret både klubturneringer og haft en masse på landsholdet – VRKs hockeyhold er blandt de bedste både i Danmark og Europa. Og vi dominere alle turneringer.

### Medlemmer

Mange medlemmer af hockey har måske følt at bestyrelsen og ikke mindst formanden har fulgt dem nøje – men der var meget stor usikkerhed om hvem som var medlem, hvem som skyldte kontingent osv osv. Men dette er nu ryddet helt op og hockey har i dag ca. 70 medlemmer! Økonomien i hockey er nu afklaret og det lader til at vi ikke har gæld nogen steder. En del kræfter er også blevet brugt på at skabe et realistisk budget for hockey-afdelingen og få etableret et fungerendeforretningsudvalg. Det har kostet nogen svære slag og vi må nok også forvente at der vil være en del diskussioner i 2004. Det har været rimelig svært at få medlemmer til at forstå at de ikke kunne deltage i træning, samlinger, stævner osv hvis de havde gæld til VRK.

Der er nu helt styr på antallet af licenser og de personer som har gæld til VRK, er indberettet til DrsU så det sikres at de ikke kan spille for andre hold før de har betalt deres gæld til VRK.

VRK har i dag ikke et junior 18 hockey-hold, da medlemmerne ikke ønskede at betale den resterende del af deres kontingent sidst på året – mange havde kun betalt kr. 300 til trods for at kontingentet var kr. 1.000. Det betyder at de nu er ekskluderet!

## Årsberetning fra administrationen

Der har været gennemført en omfattende opfølgning af kontingent status blandt de "dyre" medlemmer i VRK – dsv speed og hockey, så der i dag ikke er medlemmer, der skylder kontingentet. Der har også blevet lavet en opstramning som gør at personer med gæld ikke har kunnet deltage i nogen former for træning eller få nogen former for tilskud fra VRK. En del medlemmer er blevet ekskluderet og indberettet til DRU.

Generalforsamlingen foreslog sidste år at vi oprettede et debatforum – dette skete en gang i løbet af sommeren og vi har haft god succes. Det forum skal nok udvikle sig til noget større, når vi kommer ind i udendørs sæsonen igen og antallet af løb, mængden af træning, antallet af aktive medlemmer osv stiger markant. Og vi har set at der orienteres og debatteres en del – en enkelt gang har debatten da også fået ændret en beslutning hurtigt og effektivt – men desværre kommer der stadig ikke mange til plyo.

Debatten har også været en stor hjælp for diverse udvalg som har haft sine egne lukkede fora, som har mindsket antallet af e-mails mellem udvalgsmedlemmer og som har givet en meget bedre oversigt over hvordan beslutningen er taget og diskussionen som ligger bag.

I sen sommeren lancerede vi vores webshop –www.vrkshop.dk - som er blevet en meget stor succes - fx ved tilmelding til løb ikke mindst Berlin, men også til betaling af deltagele i diverse ting. Det har også været en meget stor hjælp for fx medlemsadministrationen. Det er ulige meget lettere at få en mail om at en person har meldt sig ind, og den næste mail man modtager kommer fra shoppen om at der nu er betalt – man kan nu på få sekunder registrere betalingen og medlemmet slipper for at gå på posthuset, glemme at betale m.v. I 2003 har vi gennemført ca. 300 ordre i shoppen og det har aflastet mange i administrationen og det har været med til at skaffe flere tilbud til alle medlemmer.

Medlemsadministrationen er blevet omlagt markant. Det viste sig at vores medlemsadministrator ikke fik opkrævet, rykket og udmeldt. Derfor har Anne-Marie overtaget denne opgave og vi har arbejdet hårdt for at få denne del til at virke korrekt. Det har været en stor opgave som stadig har høj prioritet. Vi har endvidere haft problemer med at få opkrævet alle kontingenter, så der er en del som endnu ikke har fået betalt for 2003 – de vil snarest blive opkrævet.

Vi har fået en ny rabataftale – nemlig med Sportspartner i Værløse. Der er både blevet lavet mange arrangementer og gode tilbud på shoppen. Mange medlemmer må have sparet mange penge når de har købt ind der. Kasper har virkelig vist interesse for vores medlemmer og sørget for gode tilbud og givet VRK adgang til at komme først til tilbud m.v.

Webben trænger til at bliver opfrisket og vi har startet de første diskussioner om hvordan det skal gøres – hvad også kommer til at fremgå af budgettet. Den første server er skiftet. Der skal snart ske noget, da der er flere og flere af vores systemer som trænger seriøst til at blive opdateret.

Alle formændende for udvalgene under motion og speed har mødtes nogle gange gennem året for at koordinere, inspirere og orienter om kommende aktiviteter. Det har været gode møder og været med til at sikre at alle udvalg ved hvad de andre har af planer.

## **Stikord til årsberetning (FUMS o.a.)**

### **Deltagelse i løb og eksterne arrangementer:**

Der har i 2003 været VRK deltagelse i mange løb i Danmark og udlandet. Nogen ture som er organiseret af VRK men også en stor del af vores mere menige medlemmer deltager i løb i udlandet – mest det nordlige Tyskland.

Det største arrangement som vi har løbere med til er Berlin Maraton. VRK arrangerede igen i år en fælles bustur til Berlin, hvor i alt ca. 100 personer deltog. Da løbere og rullekøjtøbere har fået hvert sit løb var der enkelte som benyttede lejligheden til at deltage i begge løb – noget vildt!!!!

I 2003 har VRK støttet rulleskøjtøberne ved bl.a. at betale det hele eller en del af startgebyret til følgende løb:

- CSC 2003
- DM i Århus (indendørs)
- GP Århus
- Megastævne i Næstved
- Kaos løbet i Slagelse
- DM i Frederikssund (udendørs)
- Sportmasterløb i Køge
- Værløse Rul
- Strandvejsløbet

Vi har ligeledes givet tilskud til de løbere, som er udtaget til bruttotruppen og talenttruppen. Vi har pt. 10 løbere udtaget til bruttotruppen (primært Team VRK/Rollerblade) og 9 til talenttruppen - børn. Vi er altså en vigtig og stor del af landsholdet.

Ved de fleste af stævnerne og Grand Prix tog VRK som sædvanligt broderparten af medaljerne ligesom vi igen i år fik mange øverst på skamlen til DM m.v.

Ud over træningssamlingerne har VRK haft deltagere med ved:

- EM i Italien, senior – hvor Oliver for første gang markerede sig i pointløbet. Vel de første egentlige placeringer som danskere har taget ved et EM. Det var flot at se hvordan han rykkede frem og tog et par point med hjem – mange andre løbere der deltog fik slet ingen point!
- EM – Holland, junior. Hvor vi havde Martin med, som er ved at vænne sig meget til konkurrencer
- Criterium Gera – hvor en masse børn deltog
- Criterium Gross Gerau – klarede vi os også godt.

Til "EM for gamle" eller rettere EM for Master i Duisburg i juni (gamle er over 30 år) fik vi flere fine placeringer. Kirsten fik en 3. plads, Børge en 2. plads og Leni en 4. plads.

### **Børne træning:**

VRK har i 2003 haft flere tilbud til de børn som ønsker at løbe lidt hurtigere. Der har både været udendørstræning og indendørstræning. Dette er en medvirkende årsag til at vi har fået 9 børn med i talenttruppen. Børnene var med til stævne i Gross Gerau og en af træningssamlingerne lå på Bornholm.

Det er godt at vores børneafdeling udvikler sig og vi har aktive der tager sig af denne opgave. Børnene er vigtige for VRK! Vi har haft god succes

med børnetræningen indendørs både tirsdag og lørdag og der er virkelig blevet trænet hårdt. Det er godt at se at VRK nu også får en stor afdeling her – hvor vi tidligere ikke havde kræfter til de krav som børn stiller. En stor tak til Oliver, Leni og Børge og ikke mindst til en gruppe tirsdagsinstruktører som startede med at lave noget for børn.

Vi havde inviteret landstræneren til at komme forbi og være træner for en flok børn en fredag – jeg tror mange morede sig rigtig godt og fik trænet godt den eftermiddag. Forældrene var henvist til sidelinien!

### **Tirsdag-træning**

Tirsdags instruktionen er stadig en meget stor succes hvor rigtig mange mødes på mange forskellige niveauer. Det er helt rigtigt at vi kalder det tirsdagsundervisning – de der bliver undervist på alle niveauer fra Bambi til rimelig hurtig roadrunner/speed-agtigt. Det er godt at vi har så mange grupper sammen, men det er også en stor opgave at undervise på så mange niveauer. Tirsdag viser de deltagende mange niveauer at køre på skøjter på.

Indendørstræningen om tirsdagen må også betegnes som en succes med 20 – 25 deltagere, når man tager i betragtning at det foregår kl. 15 – 17. Alt i alt er det meste af den træning vi har lavet være velbesøgt og mange har givet udtryk for stor tilfredshed.

Dog er indendørs træningen i Østerbrohuset faldet lidt fra hinanden – mærkeligt da der er gode muligheder for sjov og ballade. Der er blevet spillet hygge-hockey nogle gange med stor succes, men der mangler nok generelt tilbud her.

### **Slankeholdet**

I 2003 samledes en lille gruppe sig om lørdagsture på slankeholdet – dejligt at det bare rullede og nogle fik sikkert tabt et par kg. Casper – godt initiativ! Dejligt at mange tager egen initiativer. Det er et af vores adelsmærker at vi er en åben klub som kan give plads til nye ting.

Udover slankeholdet kom der også lidt gang i lørdagsrul. Men desværre må vi nok sige at vi manglede åbne ture i 2003 hvor manbare mødte op og rullede. Måske er det delvist fordi en del af de hurtige er blevet mere seriøse og begyndt at træne andet end lange ture.

### **Roadrunners**

Selv om der ikke var den store tilslutning til RoadRunners udendørstræning onsdag og lørdag, så er indendørstræningen om fredagen en stor succes.

Det er åbenbart svært at motivere folk til at starte "Berlintræningen" mere en 6 uger før løbet! Og derfor var der ikke meget egentlig roadrunners træning i sommer, men vi gennemførte en del workshops.

### **Speed træning**

Speed træningen om sommeren blev mere organiseret og der blev lagt egentlige planer - om mandagen og torsdagen hvor der hele sommeren var systematisk træning for speedere på mange niveauer. Der var god stemning og alle fik trænet meget. Dette foregik på p-pladsen ved

Rødovre hallen, hvor vi håber at få lov til at være indtil vi får vores "egen" bane. Mange deltager og vi udfordre hinanden. Løftet til hinanden om også at træne når det regnede bliver måske indfriet næste år eller senere.

Vi havde besøg af landstræneren et par gange og det blev tydeligt at vi skal have mere hal-tid til eliten – det er nødvendigt at de rigtig hurtige får tid hvor de virkelig kan få lov at køre stærkt. Men også speedtræningen indendørs udvikler sig og flere flere deltager.

Vi kom i gang med at lave Plyometrics træning– desværre kom der ikke mange, men måske det bliver bedre næste år. Faktisk krævede landstræneren at alle på elite niveau skulle deltage, men der kom mange andre til denne nye træningsform i VRK – det er hårdt og effektivt.

### **Workshop**

Der har været afholdt flere workshops med forskellige temaer i 2003. VRK Team Rollerblade har stillet instruktører til rådighed og vi har brugt landstræner Sutton Atkins. Yderligere havde vi besøg af Eddy Matzger. Mange deltog og mange var glade for disse arrangementer.

Landstræneren holdt et par pre-berlin workshops hvor vi trænede på Avedøre. Det gik godt, men viste os også behovet for at få en bane!

Vi havde også et samarbejde med Sutton Atkins hvor han arrangerede en åben workshop sammen med VRK – vi stod for at finde en bane og modtage betaling via webshoppen – Sutton stod for at undervise.

### **VRK – Team Rollerblade**

VRK Team Rolleblade kom i gang og markerede sig godt i mange løb – vi fik fine rapporter hjem og drengene har vundet meget. Ikke mindst er vi blevet nævnt i flere blade og kataloger fx Bikers Best.

### **Træner uddannelse**

I sommer var flere VRK-instruktører i Århus på workshop med Eddy Matzger. Det lykkedes os at få Eddy til København 2 aftener for at undervise og inspirere VRK's medlemmer. (Fritiden brugte Eddy bl.a. til at løbe en tur op og ned i Rundetårn - på rulleskøjter). DRU har yderligere fået startet de første instruktør kurser og vi have ca. 15 personer afsted.

Det var i 2003 ORK's tur til at arrangere en instruktørweekend for VRK. Der var 14 instruktører med på turen til Odense. Med lidt blandet vejr blev der rullet både indendørs og udendørs. ORK skal have en speciel tak for deres stjerneløb i Odense centrum. I 2004 skal VRK have besøg af ORK

De sidste kurser vi sendte folk til var dommerkurser, så vi har nu mindst et par godkendte dommere.

### **Banen**

Ja, vi har jo stadig ikke fået en bane, men sagen er ikke i møl-posen (endnu). Men det tager lang tid og der er mange som har interesser udover rulleskøjtøløbere – ikke mindst dem som skal betale feste. Vi er nu begyndt lidt forfra – modet er højt, men det kan nok tage noget tid

endnu.

### **De aktive**

Ingen ros dækker det store arbejde de aktive laver – det er uvurderligt for klubben at have så mange aktive og engagerede mennesker med i den daglige drift. Vi satser meget på at skabe gode oplevelser og andet for de aktive – og i år sørgede vi for at ingen frøs alt for meget. Crew-jakkerne blev vel modtaget, men desværre faldt trykket af – det bliver der gjort noget ved inden udendørssæsonen begynder

### **DrsU**

Danmarks Rulleskøjte Union startede året med at indføre licens for alle A-løbere, VRK opfordrede alle medlemmer til at tegne en licens, da de var inkluderet en forsikring, og for at støtte sporten generelt. Ca. 30 medlemmer af VRK tegnede licens. Men desværre holdt DrsU ikke det lovede, og fik først startet forsikringen ca. 1. juli. Aldeles uacceptabel – tænk om nogen havde haft brug for forsikringen. Senere gik det op for alle at de lovede stofnumre og den lettere tilmelding til stævner heller ikke var blevet lavet. Og det viste sig at ingen A-løbere var blevet afkrævet licens til stævner eller Grand Prix, så man må vel sige at licensen var en and. Intet af det lovede blev effektueret i 2003 trods løfte fra DRSU. VRK forsøgte at få en ordning hvor 2003 licenser fik rabat ved køb af 2004 licens e.l. Men uden held – DrsU rykkede sig ikke en millimeter!

DrsU har gennemgået store ændringer og der er kommet nye folk til. Der har været kæmpet hårdt for at få styr på økonomi – det lader til at dette er ved at ske nu. Men man har alligevel formået at bruge mange penge på squads og vi ved nu at DrsU ikke give en krone i støtte til squads i 2004 udover aflønning af landstræneren – hvad vel kun er rimeligt nu han er flyttet til Danmark for at være landstræner.

VRK har som sædvanligt haft afsat en del kræfter til DrsU – Leni, Per og Louise (som er blevet koordinator for squad) og mange andre har været involvert.