



Dansk Forening for Rosport

Referat

HB-møde fredag den 24. januar 2020

kl. 17.00

i Rosportens Hus

Tilstede:

Henning Bay Nielsen (HBN), Conny Sørensen (CS), Marie Heide (MH), Regitze Siggaard (RS), Jan Poulsen (JP) og Kasper Haagensen (KH) og Bent Jørgensen (BJ)

Fraværende:

Thomas Ebert (TE)

Mødeleder:

Marie Heide (MH)

Referent: BJ

Indhold:

Beslutningspunkter

	Ansvarlig
Sag nr. 1 - Godkendelse af referat fra sidste møde	HBN
Sag nr. 2 - Godkendelse af dagsordenen	HBN
Sag nr. 3 – Budget 2020 og regnskab 2019	CS/BJ
Sag nr. 4 – HGF 2020	HBN
Sag nr. 5 – Ernæringspolitik	BJ
Sag nr. 6 – Langtursudvalg – diverse punkter	JP
Sag nr. 7 – DFfR's rep. i brugerråd for Danmarks Rostadion	KH
Sag nr. 8 – Godkendelse af kommissorium for coastal	BJ
Sag nr. 9 – Valg af ny formand for kaproningsudvalget	HBN

Debatpunkter

Sag nr. 10 – Personlige ro-sponsorater i DRC	KH
Sag nr. 11 – Snitflader	BJ

Orienteringspunkter

Sag nr. 12 – Meddelelser	Alle
Sag nr. 13 – Referat FU 14. januar 2020	HBN/BJ
Sag nr. 14 – Evaluering DIF strategiaftale	BJ
Sag nr. 15 – Klubudvikling	Alle
Sag nr. 16 – Orientering fra DFfR's udvalg	Alle
Sag nr. 17 – Info DFfR's Danmarks Rocenter	TE
Sag nr. 18 – Eventuelt	Alle

Bilagsoversigt

- Sag nr. 3 Bilag 3.1 Budgettekst 2020 (Lukket)
 Bilag 3.2 Vedtaget budget af 30/11-19
 Bilag 3.3 Regnskab 2019 ikke revideret (Lukket)
 Bilag 3.4 Opgørelse gavegiro 2019 (Lukket)
 Bilag 3.5 Lån fra Fonden til Bådlaug Halvtolv (Lukket)
- Sag nr. 4 Bilag 4.1 Udkast program HGF 2020 – Version 23. januar (Lukket)
 Bilag 4.2 Anmodning om tildeling af DFfR ærestegn (Lukket)
 Bilag 4.3 KU tilbagemelding vedr. reglement §19 (Lukket)
 Bilag 4.4 Vedtægtsændring – ergometerklubber (Lukket)
 Bilag 4.5 Indstilling – ansvarsforsikring (Lukket)
 Bilag 4.6 HB redegørelse til HGF – forsikringsgruppen (Lukket)
 Bilag 4.7 Kontingentnedsættelse Tolo Roklub og lignende klubber (Lukket)
- Sag nr. 5 Bilag 5.1 Ernæringspolitik
- Sag nr. 6 Bilag 6.1 "Årets ide: Et langturspas"
 Bilag 6.2 budget for 2019 – 2021 (Lukket)
- Sag nr. 8 Bilag 8.1 Udkast til kommissorium (Lukket)
- Sag nr. 11 Bilag 11.1 Henvendelse fra sikkerhedsudvalget (Lukket)
 Bilag 11.2 Rammer for DFfR's udvalg
- Sag nr. 13 Bilag 13.1 Referat FU-møde 14. januar (Lukket)
- Sag nr. 14 Bilag 14.1 Spor 1 (lukket)
 Bilag 14.2 Spor 2 (lukket)
 Bilag 14.3 Spor 3 (lukket)
 Bilag 14.4 Spor 4 (lukket)
 Bilag 14.5 spor 5 (lukket)
- Sag nr. 15 Bilag 15.1 Analysemetode
 Bilag 15.2 Medlemmet i centrum

Sag nr. 1 – Godkendelse af referat

Fremlæggelse: HBN

Beslutningstema	Godkendelse af referat
Sagsfremstilling	HB har afholdt møde den 30. november 2019
Bilag	Udsendt tidligere
Indstilling	Referat godkendes af HB
HB's beslutning	Godkendt

Sag nr. 2 – Godkendelse af dagsorden

Fremlæggelse: HBN

Beslutningstema	Dagsordenen godkendes.
Indstilling	Dagsordenen godkendes af HB.
HB's beslutning	Vedr. pkt. 12 om Lån til Bådlaugget Halvtolv behandles det under pkt. 3. Sag nr. 8 rosponsorater ændres fra en beslutnings sag til et debatpunkt.

Sag nr. 3 – Budget 2020 og regnskab 2019

Fremlæggelse: CS/BJ

Tema	Endelig vedtagelse af budget for 2020 og regnskab 2019
Sagsfremstilling	<p>HB vedtog budgettet for 2020 på mødet den 30. november 2019. Der er ikke foretaget ændringer siden vedtagelse, men til orientering er der i skemaet indføjet de opdaterede regnskabstal for 2019.</p> <p>FU gennemgik budgettet den 14. januar samt budgettekst og indstiller budgettet til endelig vedtagelse.</p> <p>Der vedhæftes Regnskab for 2019. Der er revision den 27. januar. Det indstilles, at Christina Rindom vælges som revisor for Fonden.</p> <p>Betænkning af roklubber fra gavegiro. Der er i 2019 modtaget 109 donationer.</p> <p>Lån fra Fonden til Bådlaugget Halvtolv.</p>
Bilag	<p>Bilag 3.1 Budgettekst 2020 (lukket)</p> <p>Bilag 3.2 Vedtaget budget af 30/11-19</p> <p>Bilag 3.3 Regnskab 2019 - ikke revideret (lukket)</p> <p>Bilag 3.4 Opgørelse gavegiro 2019 (lukket)</p>
Indstilling	<p>HB vedtager:</p> <ul style="list-style-type: none">- Budget 2020- Godkender regnskab 2019, med bemyndigelse til FU om at gennemføre eventuelle mindre tilpasninger jf. dialog med revisionen. Regnskabet underskrives på først kommende FU-møde den 25/2, og til endelig underskrivelse af HB den 13/3.- Godkender betænkningen af roklubberne med midler til almenvelgørende formål.- Godkender lån til Bådlaugget Halvtolv
HB's beslutning	<p>Budget 2020 gennemgået og budgetnotat taget til efterretning</p> <p>Regnskab 2019- indstilling tiltrådt</p> <p>Christina Rindom valgt som revisor for Fonden</p> <p>Gavegiro godkendt vedr. betænkning til klubber</p> <p>Lån til Bådlaugget Halvtolv godkendt</p>

Sag nr. 4 – HGF 2020

Fremlæggelse: HBN

Tema	HB fastlægger program mm. for HGF 2020
Sagsfremstilling	<p>Fastlæggelse af program og andre formalia vedr. HGF 2020</p> <p>Vedtægtsændringer:</p> <ul style="list-style-type: none">- Optag af rene ergometerklubber- Nedsat kontingent – udenlandske klubber/Tolo- Reglement §19 – ændring, beslutning fra HGF 2018. Skal evalueres på HGF 2020. <p>FU's beslutning 14. januar: Program justeres. Der indhentes inspiration til proces for bestyrelsesvalg fra andre forbund. Vedtægtsændring der muliggør rene ergometerklubber stilles på HGF. Reglement §19 skal tages op på HGF2020. KU bedes om en udtalelse. Tolo løsning findes inden for eksisterende vedtægt. CS/BJ arbejder videre med den sag.</p> <p>Poul Madsens Lederpris. FU's indstilling følges.</p> <p>Valg til bestyrelsen:</p> <p>På valg:</p> <ul style="list-style-type: none">• Økonomiansvarlig, Conny Sørensen• Bestyrelsesmedlem, Jan Poulsen• Bestyrelsesmedlem, Regitze Siggaard• Bestyrelsesmedlem, Thomas Ebert <p>Suppleanter på valg:</p> <ul style="list-style-type: none">• 1. suppleant, Lene Pedersen• 2. suppleant, Morten Juel Hansen
Bilag	<p>Bilag 4.1 Udkast program HGF 2020 – Version 23. januar (lukket)</p> <p>Bilag 4.2 Anmodning om tildeling af DFfR ærestegn (lukket)</p> <p>Bilag 4.3 KU tilbagemelding vedr. reglement §19 (Lukket)</p> <p>Bilag 4.4 Vedtægtsændring – ergometerklubber (Lukket)</p> <p>Bilag 4.5 Indstilling – ansvarsforsikring (lukket)</p> <p>Bilag 4.6 HB redegørelse til HGF – forsikringsgruppen (Lukket)</p> <p>Bilag 4.7 Kontingentnedsættelse Tolo Roklub og lignende klubber (lukket)</p>
Indstilling	HB vedtager program, beslutninger i relation til dagsordenen og tager stilling til hvilke vedtægtsændringer, der skal fremmes.

HB's beslutning	<ul style="list-style-type: none"> - Program til HGF 2020 godkendt – tidsplan og program kan justeres. - Ærestegn behandlet - FU's indstilling vedr. lederpris godkendt - KU-Reglement §19 KU anbefaler at undtagelsen fortsætter. HB Indstiller, at den forlænges et år og at KU vurderer på deres kommende seminar, om undtagelsen skal fortsætte. - Ergometerklubber – ændringsforslag indstilles til vedtagelse på HGF 2020. Det vurderes, om der også skal være undtagelse i forhold til §5 stk. 1. - Der indgås aftale om kollektiv forsikring ud fra indhentet tilbud. Det undersøges om der kan dækkes DFfR ture uden for Europa (landshold + langture). Forslag til HGF om finansiering via klubkontingent. - Der indføres en ny kontingentsats fra 2020 – HGF 2020 vedtager kontingentstørrelsen. Kategorien vil være: "klubber med særlig tilknytning" jf. vedtægtens §2, stk. 2. HB bestemmer hvilke klubber, der falder ind under denne kategori. Klubber under denne kategori har begrænset medlemsrettigheder og således kun én stemme pr. klub. Klubber der har aktiviteter i udlandet, og derfor kan komme i betragtning, skal have mindst 85% aktiviteter i udlandet, opgjort efter roede ture og andre aktiviteter.
-----------------	---

Sag nr. 5 – Ernæringspolitik

Fremlægelse: BJ

Tema	Revideret ernæringspolitik fremlægges til godkendelse
Sagsfremstilling	Ernæringspolitikken er udarbejdet af sportschefen med udgangspunkt i de justeringer andre verdensklasseforbund har lavet og efter konsultation med Team Danmarks og den øvrige sportslige ledelse. Den har været sendt til kaproningsklubber med roere i DRC og kraftcentre. På de afholdte evalueringsmøder med kraftcentrene har den været på dagsordenen (kommentarer) og senest har den være behandlet på et bestyrelsesmøde i DRC.
Bilag	Bilag 5.1 Ernæringspolitik
Indstilling	HB godkender ernæringspolitikken
HB's beslutning	Godkendt. HB ønsker en nærmere redegørelse om hvordan den implementeres og efterleves.

Sag nr. 6 – Langtursudvalget

Fremlæggelse: JP

Punkt 6.1:

Tema	Årets ide: Et langturspas
Sagsfremstilling	Præsentation af lokaliteterne med de udstationerede både med relevante oplysninger i et langturspas, hvor roere kan samle stempler og tilstræbe at få et udfyldt pas om at få passet udfyldt. Passet erstatter de tidligere plakater.
Bilag	Bilag 6.1 "Årets ide: Et langturspas"
Indstilling	At HB bevilger 10.000 kr. fra udviklingspuljen til dækning af opsætning og trykning af et langturspas
HB's beslutning	Godkendt. Sekretariatet giver støtte til opsætning/design. Udgift finansieres af udviklingspuljen. Der bør også tænkes i en elektronisk løsning.

Punkt 6.2:

Tema	Indtægter fra udlejning af de udstationerede både
Sagsfremstilling	Overskuddet fra udlejning af de udstationerede både forsvinder hvert år ind i hovedforeningens regnskab. Løbende udskiftning af bådparken fordrer, at overskud kan akkumuleres fra år til år.
Bilag	Bilag 6.2 budget for 2019 – 2021. (lukket)
Indstilling	At HB bevilger oprettelse af en opsparingskonto til en løbende udskiftning af de udstationerede både
HB's beslutning	Ikke godkendt. Det er ikke muligt at hensætte til bådopkøb. Der ønskes en oversigt over både og status vedr. brug af både.

Punkt 6.3:

Tema	Finansiering til løbende udskiftning af de udstationerede både
Sagsfremstilling	I en årrække støttede Friluftsrådet økonomisk udskiftning af de udstationerede både. HB har besluttet, at hovedforeningen ikke støtter breddeidrætten med et fast årligt tilskud til de udstationerede både. Indtægter fra udlejning af bådene er ikke tilstrækkeligt til at sikre en løbende udskiftning. Suppleret med sponsorater vil økonomien være sikret til at bevare tilbuddet med de udstationerede både
Bilag	Ingen
Indstilling	At HB tildeler konsulentbistand til søgning af sponsorater til den løbende udskiftning af de udstationerede både
HB's beslutning	HB ønsker en oversigt over hvor mange og hvilke både, der skal udskiftes inden beslutning i forlængelse af pkt. 6.2. HB støtter gerne et større projekt, der har et langsigtet og bredere perspektiv end "blot" køb af både. Støtte til dette afklares med sekretariatsleder.

Sag nr. 7 – DFFR's rep. i brugerråd for Danmarks Rostadion

Fremlæggelse: KH

Tema	“DFFR's repræsentanter i Brugerråd for Danmarks Rostadion, Bagsværd sø.”
Sagsfremstilling	<p>De nuværende medlemmer af brugerrådet på Bagsværd, indstilles til at fortsætte de næste to år også (2020-2022).</p> <p>Som det er i dag, er fordelingen som følgende (Jeg har opfordret DKF til også at fortsætte med samme personer):</p> <p>Udvalg A : Rocenteret: Finn Trærup-Hansen (Danmarks Rocenter)</p> <p>Bjørn Hasløv (DS40) Niels Holmquist (KR) Tine Aabye (KVIK)</p> <p>Udvalg B : Søen: Kasper Haagensen (DSR) Morten Espersen (BR)</p> <p>Udvalg C: Regattaer: Michael Kassow (DS40) Reiner Modest (DFFR - Regatta) John Knudsen (LR)</p>
Bilag	Ingen
Indstilling	De foreslåede kandidater vælges
HB's beslutning	Godkendt

Sag nr. 8 – Kommissorium Coastaludvalg

Fremlæggelse: BJ

Tema	Forslag til kommissorium for Coastaludvalg
Sagsfremstilling	Der foreligger udkast til kommissorium for Coastaludvalg. Formålet med udvalget arbejde er at: "Udvalget skal følge, udvikle, arrangere og koordinere tiltag på landsplan inden for coastalroning samt formidle viden om dette". FU's beslutning 14. januar: Kommissorium godkendt. Pkt. 9 i samråd med HB. Når Coastal er officiel OL-disciplin tages kommissorium op til fornyet behandling.
Bilag	Bilag 9.1 Udkast til kommissorium (Lukket)
Indstilling	Kommissorium tiltrædes. Der medlemsregistres fra 2020 på coastal i CFR.
HB's beslutning	Godkendt inkl. bemærkning fra FU

Sag nr. 9 – Valg af ny formand for kaproningsudvalget

Fremlæggelse: HBN

Beslutningstema	Valg af formand for KU
Sagsfremstilling	Den hidtidige formand Morten Espersen er fratrådt som formand den 31. december 2019. Som ny formand indstilles Lea Jakobsen.
Bilag	Ingen
Indstilling	Lea Jakobsen vælges som formand for KU
HB's beslutning	Godkendt – TE og CS er fortsat kontaktperson til KU

Sag nr. 10 – Personlige ro-sponsorater i DRC

Fremlæggelse: KH

Tema	Personlige ro sponsorater i DRC
Sagsfremstilling	<p>KH har bedt om at få sag på om Ro-sponsorater:</p> <p>Som det er i dag, tager DRC vist nok 20-25 procent af det de enkelte roere måtte finde i private sponsorer. Jeg har i bund og grund aldrig helt forstået dette princip og vil opfordre til at der tages en dialog på ny om dette. Vores elite kaproere sætter rigtigt meget til side for at kunne deltage på højeste niveau i verdenseliten. Skal vi fortsat have kaproere som satser 100 procent på roning, bliver vi nød til at kunne hjælpe dem med mere, end hvad Team Danmark kan.</p> <p>Så når en roer eller hold har fundet en sponsor direkte, som kan hjælpe dem det sidste stykke, skal vi ikke "beskatte" dem af disse midler. Det hjælper ikke os og det hjælper helt sikkert hellere ikke roeren eller sponsoren, at se at penge går til andre ting, end hvad de er tænkt.</p>
Bilag	Ingen
Indstilling	Drøftes
HB's beslutning	HB drøftede forskellige modeller og et flertal i HB besluttede at anbefale, at DRC's bestyrelse drøfter en ændring af sponsorater, så der fremover laves en fordeling hvorefter, der tilfalder roeren en højere andel, når roeren eller dennes klub selv skaffer sponsorer

Sag nr. 11 – Snitflader mellem udvalg og øvrig organisation

Fremlæggelse: BJ

Tema	Drøftelse af snitflader
Sagsfremstilling	<p>På baggrund af bl.a. henvendelse fra sikkerhedsudvalget og det igangværende arbejde med den overordnede strategi ønskes en kort drøftelse af de snitflader, der er mellem de forskellige udvalg og andre dele af DFfR's organisation.</p> <p>Sagen blev udsat på HB's møde den 30/11-19.</p> <p>FU behandlede sagen den 14. januar og indstiller: at der holdes et fællesmøde med støtteudvalg/stabsudvalg og sekretariat om arbejdsgange og kompetencer.</p>
Bilag	<p>Bilag 11.1 Henvendelse fra sikkerhedsudvalget (lukket)</p> <p>Bilag 11.2 Rammer for DFfR's udvalg</p>
Indstilling	FU's indstilling tiltrædes
HB's beslutning	<p>Kommissorier tydeliggøres for udvalg og opdateres efter behov/ønske fra udvalg. FU vurderer behov for justeringer – evt. ændringer foretages af HB. Det skal tilsigtes, at der er optimal kommunikation mellem udvalg. Arbejdet afsluttes senest i 2020.</p>

Sag nr. 12 – Meddelelser

Fremlægelse: Alle

Tema	Meddelelser fra sekretariat og udvalg
Sagsfremstilling	<p><u>Sekretariatet:</u></p> <p>Proces for det videre arbejde med strategi: Der er nedsat en arbejdsgruppe med CS, RS og BJ, der har haft første møde den 9. januar. Der rapporteres kort mundtligt på mødet om dette. Der henvises desuden til sammenfatningen udsendt fra Pernille Løvengreen den 2. januar 2020. I forlængelse af budgetvedtagelse og strategiarbejdet vil der blive lavet en handlingsplan for sekretariatets arbejde og de hovedopgaver som DFfR skal arbejde med i 2020. Der planlægges med et oplæg på HGF 2020 om strategi samt et møde for hele DFfR's organisation i løbet af foråret og med endelig beslutning af strategi på HB's møde i juni 2020.</p> <p>DM indendørs 2020 afholdt 18/1 – særligt nyt er mediasamarbejde med TV2 regionerne, der optager fra DM og sender det i 6 ud af 7 regioner. Reglementer bør gennemgås.</p> <p>DM-ugen 2021. DIF planlægger en studietur til Halmstad i juni til SM-Veckan. De endelige aftaler med DIF om vores bidrag til DM-ugen aftales i løbet af februar.</p> <p>Vintertræf gennemføres med 40 deltagere den 24.-26. januar på Strib Skole og er målrettet ungdomsroere fra 10-18 år.</p> <p><u>Øvrige – herunder diverse møder og repræsentationer:</u></p> <p>Baltic Cup 2021 Brabrand – nedsættelse af organisationskomite. HBN</p> <p>Coupe de la Jeunesse – Winther Meeting. ME deltager. Norge og Sverige søgt om at blive medlem. Ok til at stemme for.</p> <p>Møde i miljø/facilitetsgruppen 23. januar. God fremdrift bl.a. naturstafetprojekt, der er søgt midler til samt fokus på den kommende havplan.</p>
Bilag	Ingen
Indstilling	Taget til orientering
HB's beslutning	Taget til orientering

Sag nr. 13 – Referat FU 14. januar 2020

Fremlæggelse: HBN/BJ

Tema	Referat FU
Sagsfremstilling	Referat fra møde i FU den 14. januar
Bilag	Bilag 13.1 Referat FU-møde 14. januar (Lukket)
Indstilling	Taget til orientering
HB's beslutning	Taget til efterretning

Sag nr. 14 – Evaluering DIF strategiaftaler

Fremlæggelse: BJ

Tema	Evaluering af strategiaftaler december 2019
Sagsfremstilling	<p>Der blev afholdt status møde mellem DFfR ved CS og BJ og DIF den 6. december 2019. Resultatet af denne evaluering kan ses i de vedhæftede bilag for de fem spor.</p> <p>Evaluering vurderes som tilfredsstillende og der var enighed om den overordnede vurdering af de opnåede resultater. Eventuelle ændringer i procesmål afventer den igangværende strategiproces og tages op til juni evalueringen.</p>
Bilag	Bilag 14.1 Spor 1 (Lukket) Bilag 14.2 Spor 2 (Lukket) Bilag 14.3 Spor 3 (lukket) Bilag 14.4 Spor 4 (lukket) Bilag 14.5 spor 5 (lukket)
Indstilling	Evaluering tages til efterretning
HB's beslutning	Taget til efterretning

Sag nr. 15 – Info om klubudvikling

Fremlæggelse: BJ

Tema	Orientering om arbejdet med klubudvikling
Sagsfremstilling	<p>Tendensen i Medlemstal</p> <p>I alle klubudviklingsforløb tager vi udgangspunkt i klubbens konkrete medlemstal, og kigger efter tendenser som vi ønsker at gøre noget ved. Klubberne får medlemstallene fra CFR registeret 2006-2018. Ud fra disse laver Ole en fremskrivning op imod den forventede befolkningstilvækst (data fra Danmarks Statistik) i kommunen.</p> <p>Det får som regel klubben op af stolene og giver dem en forståelse for, at det er vigtigt at vi gør noget – ellers kan vi se lukkedatoen for vores klub. Vedhæftet er en fremskrivning af DFfRs medlemstal; metoden er uddybet i vedhæftede.</p> <p>Hvorfor klubudvikling:</p> <ul style="list-style-type: none">• Skaber kontakt og nærhed til klubberne: "Bringer DFfR tættere på og det er vi rigtig glade for" (Citat x-roklub).• Mindsker at sekretariatet er for langt væk fra klubberne og ikke kender dem, og hvad de bakser med.• Sætter skub i processer. (Citater 2 roklubber) "Ja vi må også lige få søgt penge til ungdom", "Ja vi skal altså have fundet nogle medtrænere", "Det ER bare nemmere at tage kontakt til jer, når man har mødt jer".• Klubberne er stolte over at vise frem og snakke.• Det er nemmere at klubudvikle og sparre med ideer, når man kender klubben, dens beliggenhed og dens fysiske forhold.• Bryder barrierer.• Er en effektiv måde at prikke til "plejer", som er en af roklubbernes store udfordringer.• Det er nemmere at sige "nej" til en mail frem for en person.• Giver klubben energi, at DFfR er interesseret.• Nemmere at søsætte projekter, når kontakten til klubben er veletableret og personlig.• Videregivelse af information og viden. Det er bestemt ikke altid at en mail bliver læst. <p>Hvem er i gang?</p> <p>Disse klubber startede op sidste år: Køge, Middelfart, Odense, Randers, Ry, Greve og Lindenberg</p> <p>Hvem vil måske gerne i gang?</p> <p>DFfR har introduceret klubudviklingsforløbet for: Kolding, Kolding Dame, Aalborg Dame, Aalborg Roklub, Roklubben Ægir</p>

	<p>Alle klubber, der er nævnt, samt klubber der afsluttede forløbet sidste år, får tilbud Medlemmet i Centrum = Assens, Faaborg, Gråsten, Hadsund. Anbefalingerne fra andre forbund, som er meget længere fremme med Medlemmet i Centrum end os er, at det rent statistisk ikke giver mening at tilbyde Medlemmet i Centrum til foreninger med under 50 medlemmer. Derfor er der nogle klubber, som var med i klubudviklingsforløbet sidste år, som ikke får det tilbudt.</p> <p>For at løbe Medlemmet i Centrum ordentligt i gang har vi brug for 10 klubber, der kan være en "pulje" af gode historier som vi løbende kan fortælle.</p> <p>Vi ønsker at identificere 10 klubber geografisk spredt over hele Danmark, som vil sige JA til at bruge systemet over en 3 årig periode.</p> <p>Klubberne, der er med i dette projekt, skal dele ud af deres viden. Både til roning.dk, til nabo klubber, i ronetværket og på HGF.</p>
Bilag	<p>Bilag 15.1 Analysemetode</p> <p>Bilag 15.2 Medlemmet i centrum</p>
Indstilling	Orientering taget til efterretning.
HB's beslutning	Taget til efterretning

Sag nr. 16 – Øvrige udvalg

Fremlægelse: Alle

Tema	Orientering fra udvalg
Sagsfremstilling	<p>Coastal: Vi forsøger at lave en fælles turnering mellem Danmark, Sverige og Tyskland i coastal. Der er pt en dialog og med lidt held, kan turneringen køre fra i år. Der afholdes Coastal udvalgs møde 19. januar.</p> <p>Sikkerhedsudvalg: Sikkerhedsudvalgets arbejde vedr. redningsveste dialog med Trygfonden</p> <p>Dommerudvalg: Udtalelse til FISA 2020 er Lars, Kasper, Jan, Marie og Cathrine. Dommerudvalget udpeger herefter dommere til Baltic og Coup de la Jeunesse.</p>
Bilag	Ingen
Indstilling	Orientering tages til efterretning
HB's beslutning	Taget til efterretning

Sag nr. 17 – Info DFFR's Danmarks Rocenter

Fremlæggelse: TE

Tema	Orientering fra DRC
Sagsfremstilling	<p>Seneste bestyrelsesmøde i DRC er afholdt 3. december 2019.</p> <p>Status på økonomien er, at resultat 2019 og budget 2019 ser ud til at match pænt. Finn fremlagde og redegjorde det endelige resultat af MasterPlanen for 2020. Team DK tildeler os 8,2 millioner hvilket er en let nedgang, men forventeligt og tilfredsstillende taget forholdene i betragtning.</p> <p>Sæsonplan og prioritering af de enkelte hold blev fremlagt og bestyrelsen tog til efterretning den plan der er lagt for at få yderligere 1-3 både kvalificeret til OL inden for de rammer DRC har.</p> <p>DRC's arbejde med opdatering af vores ernæringspolitik er under god fremdrift og forventet vedtaget på næste møde i bestyrelsen, der er fastlagt til slut-februar.</p>
Bilag	Ingen
Indstilling	Orientering tages til efterretning
HB's beslutning	Taget til efterretning

Sag nr. 18 – Eventuelt

Fremlæggelse: Alle

Tema	Eventuelt
Sagsfremstilling	Ingen
Bilag	Ingen
Indstilling	Ingen
HB's beslutning	Intet under dette punkt.



DANSK FORENING FOR ROSPORT
DANMARKS ROCENTER

Skovalléen 38A
2880 Bagsværd
Danmark

www.roning.dk

Dansk Forening for Rosport Danmarks Rocenter

ERNÆRINGSPOLITIK

Vedtaget af Dansk Forening for Rosports bestyrelse d. 24. januar 2020

Kontaktpersoner

Dansk Forening for Rosports sportschef
Uddannelsesansvarlig og udviklingskonsulent



INDHOLD

Introduktion	3
Mål med og anvendelse af ernæringspolitikken	4
Politik og holdninger	5
Kost- og væskeindtagelse	6
Kosttilskud	6
Forebyggelse og håndtering af Spiseforstyrrelser	7
Ansvar og samarbejdspartnere	7
Målgrupper FOR INDSATSER	8
1. Landsholdsroere i Danmarks Rocenter	8
2. Ungdomslandsholdsroere	8
3. Kraftcentre	8
4. Trænere.....	9
5. Kaproningsklubber	9
Nyttige publikationer	10

INTRODUKTION

Formålet med Dansk Forening for Rosports (DFfR) og Danmarks Rocenters (DRC) fælles ernæringspolitik er at gøre rede for forbundets overordnede holdninger og tilgange til spørgsmål vedrørende kost, roernes kropsvægt og kropskomposition, brugen af kosttilskud samt forebyggelse og eventuelt håndtering af spiseforstyrrelser.

Ernæringspolitikken fungerer som ét af flere redskaber, der skal sikre, at udøverne kan dyrke roning på en sundhedsmæssig og socialt forsvarlig måde. Samtidig skal politikken understøtte DFfR's bestræbelser på at guide og vejlede udøverne på en måde, så flest mulige har mulighed for at udnytte deres potentiale til fulde.

Roning på højeste nationale og det internationale niveau fordrer stor træningsmængde, og dermed udsættes roerens krop og fysik for stor belastning. For at kunne udvikle sig som roer på internationalt niveau, skal roerens ernæring optimeres således, at den giver de bedste betingelser for træning og restitution. Her spiller ernæringssammensætningen og timingen heraf en særdeles vigtig rolle, hvilket også gør sig gældende i forbindelse med at fastholde et sundt helbred.

For de internationalt satsende roere udgør kropskomposition en præstationsvariabel, som på linje med fysisk, teknisk og mental kapacitet påvirker roernes evne til at yde en toppræstation. Vægtgrænserne i letvægtsroningen giver roernes evne til at være bevidste om og at arbejde med kropsvægten en særlig betydning for præstationsevnen. Disse parametre må således være betydende i forhold til roernes konkurrenceevne, og de må derfor indgå i forbundets daglige arbejde med og vejledning til denne gruppe af udøvere.

Vi må også forholde os til, at specielt letvægtsroningen indebærer en risiko for problematisk ernæringsmæssig adfærd. Hård træning og selvdisciplinering kan føre til restriktiv kostindtagelse eller ligefrem spiseforstyrrelser. Det er ikke alene hindrende for præstationsevnen men yderst problematisk for roernes fysiske og psykiske helbred.

På baggrund af ovenstående er det af afgørende, at vi som forbund agerer på en etisk forsvarlig, afbalanceret og gennemtænkt måde, når vi vejleder roerne vedrørende deres kropsvægt og kropskomposition. Det gælder både i vores daglige sportslige arbejde, i forbindelse med u hensigtsmæssige spisemønstre og i eventuelle sager, hvor roere på trods af forebyggende indsatser alligevel måtte udvikle en spiseforstyrrelse.

Det er centralt for indsatsen, at både DRC's trænere og trænere tilknyttet forbundets kraftcentre er fortalere og garanter for udviklingen af en positiv kropsopfattelse i ro-miljøet. Der kommunikeres generelt et positivt budskab om kost, kropskomposition og kropsvægt, og der arbejdes med et formålstjenligt og proportionalt fokus på roernes kropskomposition og kropsvægt, når det er nødvendigt.

Nærværende politik vedrørende kost, kropsvægt og kropskomposition tager udgangspunkt i Team Danmarks og Danmarks Idrætsforbunds anbefalinger og retningslinjer på området, og politikken er udarbejdet i samarbejde og dialog med Team Danmarks fagpersonale.



MÅL MED OG ANVENDELSE AF ERNÆRINGSPOLITIKKEN

- At kommunikere DFfR's generelle holdninger til emner, som relaterer til ernæringsområdet.
- At udbrede kendskabet til DFfR's holdninger til hensigtsmæssig kost- og væskeindtagelse herunder holdninger til kostens, kropsvægtens og kropskompositionens betydning for udbyttet af træningen og dermed præstations- og konkurrenceevnen.
- At kommunikere DFfR's holdning til, hvad sund og alsidig kost betyder for et godt helbred på både kort og langt sigt.
- At synliggøre DFfR's holdninger til brugen af kosttilskud.
- At skabe grundlaget for at trænere, ledere og forældre er opmærksomme på tendenser til og tidlige tegn på udvikling af spiseforstyrrelser blandt roerne.
- At redegøre for DFfR's politik vedrørende håndtering af eventuelle spiseforstyrrelser.



POLITIK OG HOLDNINGER

- Det er vigtigt, at landstrænere, trænere, klubledere, forældre og andre støttepersoner omkring roeren er opmærksomme på og også kommunikerer, at vægt og kropskomposition kun er ét af mange parametre, der har indflydelse på roernes udvikling.
- Det er afgørende, at trænere og andre fagpersoner, der indgår i en relation til roeren, er fortalere for udviklingen af en positiv kropsopfattelse samt en sund og hensigtsmæssig ernæringskultur i træningsmiljøet. Kulturen understreger, at roerne først og fremmest skal fokusere på og indse kvaliteten i at indtage en sund og varieret kost.
- Kaproning på internationalt niveau kræver en betragtelig træningsmængde. Det er derfor afgørende, at mængden af og indholdet i kosten er tilpasset omfanget af træningen, ligesom det er vigtigt, at betydningen af restitutionstider efter moderate og hårde træningspas italesættes af trænere, ledere og andre, der omgiver roerne i en vejledende funktion.
- Hvis det skønnes formålstjenligt og nødvendigt, at den optimale kropssammensætning for en roer på et af DFfR's landshold defineres og formuleres, er det vigtigt, at dette sker i samarbejde og samråd med Team Danmark, hvor en eller flere af følgende fagpersoner er relevante: Ernæringsfysiolog, sportsfysiolog, sportspsykologisk konsulent og/eller læge.
- DFfR anerkender, at vejning er en integreret del af international letvægtsroning, og at der i forbindelse med konkurrencer foregår indvejninger. DFfR arbejder for, at disse vejninger foregår under ordnede forhold, der tager hensyn til den enkelte roer.
- Det er DFfR's holdning, at indsatser med henblik på optimering eller monitorering af roeres kropsvægt og/eller kropskomposition altid skal udføres af fagpersoner. Vejninger og målinger skal foregå i egnede lokaliteter og respektere roerens ret til diskretion, hvilket blandt andet vil sige, at roeren er alene eller sammen med én fagperson, når målingerne foretages. Data fra målinger opfattes og håndteres som personlige og fortrolige, som efterfølgende udelukkende deles med den eller de relevante træner(e).
- DFfR finder det væsentligt, at der altid involveres en relevant fagperson i forbindelse med formulering af målsætninger vedrørende en roers kropsvægt og kropskomposition, og det gælder også i forbindelse med evalueringer. Det vil typisk være en ernæringsfysiolog.
- Det er DFfR's holdning, at daglige målinger af kropsvægt og kropskomposition ikke er hensigtsmæssige. Undtagen i tilfælde hvor formålet med daglige målinger i en afgrænset periode er at afdække potentielle væsketab i forbindelse med træning under varme forhold eller tilsvarende.
- Det er DFfR's holdning, at målrettet, systematisk optimering af kropsvægt og kropskomposition tidligst bør påbegyndes i U19-klassen. Det vil f.eks. sige, at vi ikke arbejder med ugentlige målinger.
- Omvendt accepterer vi enkeltstående målinger af kropsvægt og kropskomposition for U19-roere, hvis hensigten er positiv. F.eks. i tilfælde, hvor formålet er at sikre tilstrækkelig energiindtagelse eller en passende tilvækst i muskelmasse.
- Hvis bestemmelse af kropsvægt og måling af kropskomposition vurderes relevant, er det vigtigt altid at overveje og kommunikere følgende til udøveren:
 - **Hvorfor** er bestemmelse af kropsvægt og/eller kropskomposition relevant, og hvordan bliver data behandlet?
 - **Hvor** udføres målingerne? (Det er vigtigt, at målingerne foretages diskret).
 - **Hvor ofte** skal målingerne foretages?
 - **Hvem** udfører målingerne?



KOST- OG VÆSKEINDTAGELSE

I DFfR ønsker vi at sikre, at udøverne samt deres trænere, ledere og forældre er i besiddelse af viden om, hvad hensigtsmæssig kost- og væskeindtagelse vil sige. Vi har et naturligt ønske om at sikre den højst mulige trænings- og konkurrenceevne, og et lige så stærkt ønske om at sikre roernes psykiske og fysiske helbred både på kort og på længere sigt.

Dedikeret kaproning, uanset disciplin eller aldersgruppe, kræver stor træningsmængde. Og det betyder, at det er afgørende, at mængden af og indholdet i kosten er tilpasset omfanget af træningen, ligesom det er vigtigt at have fokus på betydningen af passende restitutionstider.

Derudover er det vigtigt, at roerne og deres omgivelser forstår betydningen og vigtigheden af, at energiindtagelsen tilpasses energibehovet, særligt i perioder hvor træningen enten øges eller reduceres.

Derfor arbejder DFfR for at udbrede information og viden om sund og fornuftig kost og væskeindtagelse i forbindelse med træning og konkurrence. Dette gøres via træneruddannelserne, via direkte dialog med roerne på landsholdene i træning og ved konkurrencer, ved at bringe Team Danmarks ressourcer i spil, samt ved at gøre roerne og deres forældre opmærksomme på relevant information og kurser.

Med udgangspunkt i ovenstående intentioner er DFfR opmærksom på vigtigheden af, at roerne på landsholdene sikres gode muligheder for at indtage sund og næringsrig kost i forbindelse med landsholdsaktiviteter. Ligesom vi altid er opmærksomme på at optimere roernes restitution ved hjælp af fokus på og vejledning om gode restitutionstider og væskeindtagelse i forbindelse med konkurrence og træning.

KOSTTILSKUD

- DFfR's generelle holdning er, at kosttilskud er unødvendigt og u hensigtsmæssigt, da en sund og varieret kost i de fleste tilfælde dækker behovet for vitaminer, mineraler og andre stoffer til at kunne opretholde trænings- og konkurrenceevnen. Dette gælder helt specifikt i samtlige ungdomsklasser.
- I forlængelse af ovenstående, er det DFfR's klare politik, at roere til og med U19-klassen ikke indtager ergogene stoffer (herunder specifikt indtag af koffein) med henblik på optimering af præstationer.
- Hvad angår roere tilhørende verdenseliten, er det DFfR's holdning, at dokumenterede præstationsfremmende kosttilskud kan have relevans. Når det er relevant, anbefales indtagelse af kosttilskud kun i forbindelse med individuel vejledning og kontrol af Team Danmarks fagpersonale. Naturligvis forudsat at kosttilskuddet kan indtages sundhedsmæssigt forsvarligt.
- Det er særdeles vigtigt for DFfR at pointere, at flere kosttilskud tidligere har vist sig at være kontamineret med stoffer, som er på dopinglisten. Indtagelsen af sådanne kosttilskud kan resultere i en positiv dopingprøve. I den forbindelse understreges det, at det til hver en tid er den enkelte roers eget ansvar at undersøge, hvilke kosttilskud der er lovlige at indtage.

DFfR opfordrer til, at roerne udelukkende anvender kosttilskud, som er testet for kontaminering hos Informed Sport og er i tråd med Anti-Doping Danmark og Team Danmarks anbefalinger. De fremgår af følgende lister:

<https://www.informed-sport.com/certified-product-brands>

<http://www.nsf.org/services/by-industry/nutritional-products/certified-for-sport>

FOREBYGGELSE OG HÅNDTERING AF SPISEFORSTYRRELSER

En spiseforstyrrelse kan defineres som en tvangspræget fiksering på kost, krop og kropsvægt. En fiksering, som på kortere eller længere sigt i langt de fleste tilfælde har alvorlige negative konsekvenser for såvel det fysiske som det psykiske helbred samt for den sociale trivsel generelt.

DFfR er opmærksom på, at især letvægtsroningen kan være forbundet med en særlig risiko for udvikling af spiseforstyrrelser.

Det ligger DFfR kraftigt på sinde at arbejde for at sikre, at roerne på landsholdene ikke udvikler spiseforstyrrelser, hvilket kræver en forebyggende indsats. Den er baseret på løbende information og italesættelse fra landstrænerne og øvrige ansvarlige træneres side samt gennem relevante eksterne fagpersoners besøg på landsholdssamlinger. Derudover udgør landstrænerens almindelige monitorering af roerne på landsholdene en del af indsatsen. Det er således DFfR's holdning, at spiseforstyrrelser aldrig må være en nødvendighed i forhold til at konkurrere på højeste niveau.

For DFfR er det vigtigt, at trænere, ledere og forældre er bekendt med risikofaktorerne i forbindelse med overdrevent fokus på vægt og kropskomposition, og at disse persongrupper er opmærksomme på de tidlige tegn på spiseforstyrrelser. Ligeledes er DFfR bevidst om, at generel fokus på optimal kropsvægt og kropskomposition stiller store krav til en forsvarlig og hensigtsmæssig håndtering af målesituationer og vejledning. Dette indskærper DFfR i træningsmiljøerne for landshold, kraftcentre og kaproningsklubber.

Hvis en roer på trods af DFfR's indsatser alligevel udvikler en spiseforstyrrelse, er det DFfR's holdning, at nedsat træningsbelastning og konkurrencedeltagelse skal overvejes i samråd med relevante fagpersoner.

Dette kan foregå i Team Danmark regi, eller via en praktiserende læge som eventuelt henviser til et specialiseret tilbud i psykiatrien. I sådanne tilfælde skal nødvendige tiltag og foranstaltninger besluttes på et individuelt grundlag.

I de tilfælde hvor en roer på eller under indslusning til seniorlandsholdet måtte have brug for behandling, er det DFfR's anbefaling at gøre brug af en klinisk sportspsykologisk konsulent i Team Danmarks system. Et forløb i det regi planlægges i samarbejde med DFfR's sportschef og Team Danmarks sportsmanager.

ANSVAR OG SAMARBEJDSPARTNERE

Det overordnede ansvar for implementering af DFfR's ernæringspolitik i forhold til landsholdsaktiviteter og aktiviteterne i kraftcentrene er placeret hos DFfR's sportschef. I forhold til at udbrede kendskabet til ernæringspolitikken til kaproningsklubber og træneruddannelsen ligger ansvaret hos den uddannelsesansvarlige i DFfR's sekretariat.

DFfR samarbejder med Team Danmark og Danmarks Idrætsforbund i forhold til både talentudviklings- og elitearbejdet. Dette gælder således også for de temaer, som nærværende politik omhandler.

DFfR er derudover tilsluttet den kontaktpersonordning, som Danmarks Idrætsforbund har etableret i relation til spiseforstyrrelser.

MÅLGRUPPER FOR INDSATSER

Der er identificeret følgende målgrupper for ernæringspolitikens indsatser og aktiviteter:

1. Landsholdsroere i Danmarks Rocenter
2. Ungdomslandsholdsroere
3. Kraftcentre
4. Trænere
5. Kaproningsklubber

1. Landsholdsroere i Danmarks Rocenter

Roerne tilknyttet Danmarks Rocenter

- modtager regelmæssigt skriftlig information om ernæringsforhold og med henvisning til Team Danmarks hjemmeside vedrørende ernæring og væske samt andre relevante offentligt tilgængelige informationskilder
- har adgang til Danmarks Rocenters fælles- og gruppemøder om ernæringsforhold
- har efter aftale med DFfR's sportschef adgang til individuel vejledning og forløb med Team Danmarks ekspert stillet til rådighed for roning
- har efter individuel aftale med DFfR's sportschef og Team Danmark adgang til udredning ved tegn på spiseforstyrrelse og efterfølgende behandlingsforløb, hvor udgifterne almindeligvis deles mellem Team Danmark, forbund og udøver
- får foretaget kropssammensætningsmålinger af Team Danmarks personale.

Landsholdstrænerne er forpligtet til at være opmærksom på ernæringsmæssige forhold i deres samarbejde med de enkelte roere. I det omfang, det er aftalt med den enkelte roer og det er relevant for landsholdsarbejdet, informeres landsholdstræneren om ernæringsforløb roeren måtte være i gang med.

2. Ungdomslandsholdsroere

Roere på ungdomslandsholdene for U19 og U23

- modtager skriftlig information om ernæringsforhold og med henvisning til Team Danmarks hjemmeside vedrørende ernæring og væske samt andre relevante offentligt tilgængelige informationskilder
- deltager på en træningslejr for ungdomslandsholdet i en af Team Danmark gennemført undervisning om ernæring

Det er ungdomslandstrænerens opgave, i samarbejde med de øvrige tilknyttede trænere, at sikre de ernæringsmæssige forhold er tilgodeset i ungdomslandsholdets aktiviteter. Ligeledes skal ungdomslandstræneren være opmærksom på eventuel u hensigtsmæssig adfærd omkring ernæringsforhold under ungdomslandsholdenes aktiviteter.

3. Kraftcentre

DFfR har aftale med en række klubber om drift af regionale kraftcentre, som udgør en central del af forbundets indsats for talentudviklingen i roning. Det er således også en opgave for kraftcentrene at understøtte formidlingen af forbundets politikker, herunder ernæringspolitikken.

- Kraftcentrene modtager skriftlig information om ernæringsforhold og med henvisning til Team Danmarks hjemmeside vedrørende ernæring og væske samt andre relevante offentligt tilgængelige informationskilder.

- Kraftcentrenes trænere og ledere har roningens beskrivelse af aldersrelateret træningskoncept, ATRO, og dens beskrivelse af ernæringsforhold danner grundlag for kraftcenterets indsats omkring ernæringsforhold.
- I få udvalgte uger om året indsender kraftcenterets træner(e) resultater fra standardtest til Danmarks Rocenter (ungdomslandstræneren). Heri indgår vægt til brug for beregninger, som bruges til den feedback den enkelte roer og træner modtager. Der er ikke krav om officielle vægter, og der benyttes tal oplyst af roeren selv.
- Kraftcentrenes trænere sørger for at de tilknyttede roere modtager information om Team Danmark og kommunernes kursus "basal sportsernæring", og at de, så vidt det er muligt, deltager i det.
- Kraftcentrene informeres om forbundets ernæringspolitik, og området evalueres årligt på møde med forbundets talentteam.

Kraftcentrenes ledelse er ansvarlig for, at kraftcenterets trænere inkluderer information om ernæringsforhold i deres arbejde med roergruppen og derudover forældregruppen, hvor det er relevant. Ligeledes skal kraftcenterets træner(e) og ledere være opmærksom på eventuel uhensigtsmæssig adfærd omkring ernæringsforhold under deres aktiviteter.

4. Trænere

Landsholdstrænere i Danmarks Rocenter:

- modtager skriftlig information om ernæringsforhold og med henvisning til Team Danmarks hjemmeside vedrørende ernæring og væske samt andre relevante offentligt tilgængelige informationskilder
- informeres af DFfR's sportschef om forbundets ernæringspolitik og området evalueres årligt i forbindelse med udarbejdelsen af Masterplanen
- udvikler deres viden om ernæringsforhold gennem samarbejdet med Team Danmarks eksperter og særlige tiltag til kompetenceudvikling
- er forpligtiget til at holde sig orienteret om Team Danmarks anbefalinger vedrørende ernæring, kosttilskud og væske samt håndtering af spiseforstyrrelser.

Trænere i kraftcentre:

- modtager skriftlig information om ernæringsforhold og med henvisning til Team Danmarks hjemmeside vedrørende ernæring og væske samt andre relevante offentligt tilgængelige informationskilder
- informeres af DFfR's sportschef om forbundets ernæringspolitik og området evalueres i forbindelse med evalueringsmøderne mellem det enkelte kraftcenter og DRC
- er bekendt med beskrivelsen af ernæringsforhold i ATRO og anvender det i arbejdet med roerne.

Træneruddannelse:

- Emner vedrørende ernæring indgår med jævne mellemrum som emne i DRC's årlige trænerseminar.
- Ernæringsforhold, herunder forhold omkring spiseforstyrrelser indgår i DFfR's træneruddannelse.

5. Kaproningsklubber

Kaproningsklubber holdes informeret således:

- roning.dk med side om ernæringsforhold
- I særlige tilfælde gennem nyhedsopslag eller nyhedsbrev
- Information om ernæringspolitik i forbindelse med møder og/ eller hovedgeneralforsamling.



NYTTIGE PUBLIKATIONER

"ATK 2.0 – Træning af børn og unge" (Team Danmark)
https://umbraco.teamdanmark.dk/media/1667/atk-20_low.pdf?

"Aldersrelateret træning i roning, ATRO - træningsmanual" (Dansk Forening for Rosport)

"Ernæring" (Danmarks Idrætsforbund)
<https://www.dif.dk/da/forening/uddannelse/udgivelser/oevrige/ernaering>

"Spiseforstyrrelser blandt sportsudøvere" (Danmarks Idrætsforbund/Team Danmark)
[https://www.dif.dk/da/forening/uddannelse/udgivelser/traening/spiseforstyrrelser-s-blandt-s-sportsudoevere](https://www.dif.dk/da/forening/uddannelse/udgivelser/traening/spiseforstyrrelser-s-blandt-sportsudoevere)

"Træn som en atlet" (Team Danmark)
<https://teamdanmark.dk/traen-som-en-atlet/sportsernaering/kost/>

Bilag 1

Årets ide: Et langturspas

Med det formål at stimulere interessen for at få herlige naturoplevelser med at ro langture i fremmed farvand samt for benyttelsen af DFfR's udstationerede både til dette formål, vil langtursudvalget gerne give alle danske motionsroere mulighed for at anskaffe sig et **LANGTURSPAS** – i form af en lille "bog", der følger den enkelte roer på langture og – som et rigtigt pas – løbende blive forsynet med stempler fra de forskellige steder med de udstationerede både, der besøges.

Bogens indhold (40 sider):

- + Velkomst, præsentation af ideen
- + Et Danmarkskort med placeringerne af de udstationerede både indtegnet
- + 4 sider pr. lokation (et flot foto af klubben, sted/adresse, oplysninger om farvand, kortudsnit, praktiske oplysninger) samt en "plads" til stemplet
- + Andre relevante informationer (campingpladser, hytter, havne m.m.)
- + Links og apps, der kan være nyttige (shelters langs kysten, seværdigheder, m.v.)
- + Annoncer, der medfinansierer passet

Langtursudvalget kan bidrage med

- Udarbejdelse af indholdet til passet
- Koordinering med de tilsynsførende på lokaliteterne
- Trykning af passet
- Distribution af passet
- Information til nyhedsbrev og DFfR's hjemmeside om passet

Langtursudvalget ønsker samarbejde med sekretariatet om

- Grafisk opsætning
- Aftaler om de små kortudsnit
- Markedsføring af passet



Rammer for DFfRs udvalg

Kommissorier, mål og opgaver

Udvalg arbejder inden for udvalgets kommissorium og balanceret i forhold til DFfRs tilvalgte fokusområder inden for DFfR's kerneområde, som er roning i inriggere, outriggere, coastal både o.lign..

Bestyrelsen godkender årligt konkrete mål og fokusområder for udvalgets arbejde de kommende 2 år efter indstilling fra udvalget.

Ansvarsområder og opgaver

Udvalget har ansvaret for – i samråd med bestyrelsen og andre udvalg under DFfR – at forestå arbejdet inden for udvalgets kommissorium, som er godkendt af bestyrelsen.

Politik

Udvalget arbejder selvstændigt under ansvar for DFfRs bestyrelse og er forpligtet til at sikre, at arbejdet og aktiviteter mv. er i overensstemmelse med DFfRs politikker og retningslinjer.

Udvalget har ansvaret for at følge den af bestyrelsen fastsatte politik for området, at arbejde inden for de fastsatte rammer og at opfylde de fastsatte mål.

Principbeslutninger om forpligtende samarbejder og kontrakter kan alene tages af DFfRs bestyrelse.

Økonomi

Udvalget arbejder inden for et rammebudget, som årligt fastsættes af DFfRs bestyrelse efter indstilling fra udvalget.

Udvalgsformanden skal i samarbejde med DFfRs sekretariat lave opfølgning på budgettet 2-3 gang om året.

Udvalgets medlemmer er ulønnede, men får godtgjort udgifter i henhold til gældende retningslinjer for udvalg under DFfR.

Udvalgets organisering

Udvalget består af en formand samt 2-6 medlemmer.

Medlemmer af hovedbestyrelsen og ansatte i DFfR kan ikke fungere som formand for et udvalg.

Ansatte i DFfR kan ikke være udvalgsmedlemmer og må som udgangspunkt ikke deltage fast i udvalgsarbejde.

Udvalgets formand udpeges af bestyrelsen efter indstilling fra klubber/interessenter eller på eget initiativ.

Udvalgets formand sammensætter udvalget efter ansøgning fra interesserede og/eller efter indstilling fra bestyrelsen. I sammensætningen af udvalget tages hensyn til, at udvalget bredt dækker udvalgets ansvarsområder og arbejdsopgaver.



Bestyrelsen godkender nye samt udskiftning af udvalgsmedlemmer, og kan i særlige tilfælde indsætte og udskifte udvalgsmedlemmer, hvis det vurderes nødvendigt eller hensigtsmæssigt for udvalgets virke.

Udvalgets medlemmer skal have en bred erfaring inden for ét af udvalgets ansvarsområder.

Udvalgets formand og medlemmer er som udgangspunkt udpeget tidsubestemt. Som udgangspunkt sidder medlemmerne af udvalget som minimum for ét år ad gangen.

I tilfælde af tvist eller tvivlsspørgsmål om konkrete mål, økonomi og snitflader mellem udvalg afgøres spørgsmålet af det ansvarlige bestyrelsesmedlem og eventuelt af bestyrelsen.

Udvalget kan nedsætte underudvalg ved behov inden for udvalgets kommissorium og budgetramme. Underudvalg refererer til udvalgsformanden.

Udvalget og dets formand refererer til et navngivet bestyrelsesmedlem.

Kommunikation

Udvalget skal løbende sørge for at holde bestyrelsen samt relevante udvalg i DFfR underrettet om udvalgets ansvarsområder og tiltag.

Udvalget udarbejder referater af deres udvalgsmøder, som sendes til bestyrelsen og DFfRs sekretariat til orientering snarest muligt efter mødets afholdelse.

Udvalget skal ligeledes løbende have dialog med relevante udvalg, bestyrelsen, Danmarks Rocenter og sekretariat/udviklingskonsulenterne om aktivitetsudbud og ønsker hertil.

Bestyrelsen skal løbende orientere udvalget om overordnede mål og fokusområder samt ønskede tiltag.

Fortrolighed i udvalgsarbejde

Alle oplysninger – mundtlige som skriftlige – som et udvalgsmedlem modtager er fortrolige, medmindre der er tale om forhold, der efter bestyrelsesbeslutning eller gældende lovregler er bestemt til umiddelbar offentliggørelse.

Når et udvalgsmedlem fratræder, er han/hun ikke berettiget til at anvende modtaget materiale.

Det er udvalgsmedlemmets ansvar at opbevare fortroligt materiale forsvarligt.

Vedtaget af DFfRs bestyrelse, den 8. april 2011

**Fremskrivningen er udregnet ved:**

- 1) Befolkningsandelen udregnes for år 2006 til 2017, altså: medlemstal delt med befolkningstal (dette gøre i øvrigt for samtlige aldersgrupper i klubben).
- 2) På baggrund af datapunkterne 2006 til 2017 laves en lineær progression (best fit, EXCEL), således at vi for de næste 33 år (indtil 2050) har en idé om hvor stor en andel af kommunens befolkning klubbens medlemmer (og samtlige aldersgrupper) vil udgøre af kommunens samlede befolkning i fremtiden.
- 3) Befolkningsandelen for et givent år ganges på Danmarks Statistiks (DM) forudsigtelse af kommunens befolkning i det pågældende år.

De antagelser der ligger grundlag til fremskrivelsen:

- 1) Fremskrivningen antager at der ikke sker noget. Altså at I forsætter som plejer.
- 2) Vi antager at den andel af kommunens befolkning som klubben har som medlemmer udvikler sig med samme tendens som den har gjort fra årene 2006 til 2017.
- 3) Vi antager at Danmarks Statistiks (DM) fremskrivning af kommunens befolkningstal er pålidelig, hvormed vi kan bruge den til vores fremskrivning af klubbens medlemstal, der nu baserer sig på faktuelle tal (2006 til 2017) og DMs fremskrivning.
- 4) Medlemmerne i en enkelt alderskategori kan aldrig overstige det samlede medlemstal.

Hvad kan vi sige med sikkerhed:

De fremskrevne tendenser er retningsvisende. Det vil sige: at retningen af medlemstallet (stigende eller faldende) ikke kan anfægtes, da denne baserer sig på faktiske tal.

Hvor er der usikkerhed:

Da datagrundlaget (2006 til 2017) er begrænset, så kan vi ikke med sikkerhed forudsige medlemstallet for de enkelte år, men kun vide hvilken retning medlemsudviklingen har.

ER JERES **MEDLEMMER** TILFREDSE MED ROKLUBBEN?

PLAYERS 1ST – MEDLEMMET I CENTRUM er et online værktøj til måling af medlemstilfredsheden i klubben. Det er udviklet for at hjælpe med at fastholde og rekruttere nye roere, trænere og frivillige.



Players 1st



OVERSKUELIGT OG BRUGERVENLIGT VÆRKTØJ

Players 1st kan automatisk sende klubundersøgelser, i form af spørgeskemaer, ud til roere, trænere og frivillige.

Resultaterne bliver samlet i et overskueligt, online overbliksbillede (dashboard), så I nemt kan fokusere på at udvikle de områder som medlemmerne finder vigtigst.

Resultaterne kan nemt sorteres efter eks. alder, køn. Det er også muligt at opdele i nuværende og udmeldte medlemmer, og så har I mulighed for at sammenligne jeres målinger med landsgennemsnittet.

UBEGRÆNSET ANTAL MÅLINGER

I kan gentage jeres måling efter behov, og dermed har I mulighed for løbende at holde jer opdaterede omkring medlemmernes forventninger, ønsker og behov.

PRISEN ER KLUBVENLIG

Prisen er på kun 1.500kr om året – uanset størrelsen på jeres klub og antallet af medlemmer.

KOMBINER MED KLUBRÅDGIVNING

DFfR anbefaler at klubundersøgelsen kombineres med et forløb, sammen med en udviklingskonsulent fra DFfR. De er superbrugere af systemet og kan hjælpe med at få omsat undersøgelsens resultater til værdifuld klubudvikling.

DE VIGTIGE MÅLGRUPPER

MEDLEMMERNE

Det kan være svært at fastholde medlemmer, særligt hvis de er utilfredse med klubben. Derfor er det vigtigt at finde ud af hvordan jeres medlemmerne opfatter klubben, og hvilke forventninger de har. Så I har mulighed for at tilpasse jer, og flest mulige medlemmer fortsætter som aktive, glade medlemmer i jeres klub.

NYE MEDLEMMER

Har I en strategi for, hvordan I introducerer nye medlemmer? Det kan være svært at starte på noget helt nyt, særligt hvis omgangskredsen også er ny og har særlige normer, traditioner mv. Ved at spørge ind til nye medlemmers oplevelser i klubben, kan I bedre sikre at de får en god start.

NÅR ET MEDLEM MELDER SIG UD

Et medlem der melder sig ud af roklubben, kan hjælpe jer med at blive klogere på, hvilke årsager der har gjort at medlemmet er stoppet. Når I kender årsagerne til, at et medlem stopper i klubben, kan I begynde at arbejde med de årsager, som I kan have indflydelse på.

Spørgeskemaet til udmeldte medlemmer er tilpasset situationen, så "man" gider at udfylde det.

POTENTIELLE NYE MEDLEMMER

Hvordan får I flere aktive voksenmedlemmer i jeres klub?

Forældre til ungdomsroere kan være med til at gøre jer klogere på, hvilke forhold og tilbud i klubben, der kunne konvertere dem til medlemmer. På den måde kan I blive klogere på, hvad der skal til, for at tiltrække flere voksenmedlemmer i jeres roklub.

FRIVILLIGE

En roklub kan ikke fungere uden frivillige. De frivillige kræfter er forudsætningen for, at der kan udbydes aktiviteter for medlemmerne. Derfor er klubbens frivillige en særlig interessant målgruppe – deres oplevelser og tilfredshed med klubben er vigtig i den fortsatte rekruttering af frivillige.

Glade frivillige er med til at udvikle klubbens aktivitetstilbud til gavn for medlemmerne.

TRÆNERE/INSTRUKTØRER

En af de vigtige faktorer, i forhold til tilfredshed blandt klubbens medlemmer, er dygtige trænere /instruktører. Derfor er det essentielt at kunne tiltrække og fastholde trænere/instruktører i klubben. Ved at spørge jeres trænere/instruktører om deres oplevelse i og af klubben, kan I bedre opfylde deres ønsker og behov – hvilket gør dem nemmere at fastholde på længere sigt.

HVAD ER PLAYERS 1ST?

Players 1st er et webbaseret dialog- og rapporteringsværktøj, der er udarbejdet med forbedring af det danske klubliv for øje.

Players 1st koncentrerer sig om **de vigtigste målgrupper** i en roklub, og giver jer nyttig viden om:

-  **Medlemmer**
-  **Nye medlemmer**
-  **Udmeldte medlemmer**
-  **Potentielle nye medlemmer**
-  **Frivillige**
-  **Trænere/instruktører**

Players 1st har til formål at hjælpe roklubber som jeres, med at komme i dialog med klubbens medlemmer, ved at spørge ind til deres oplevelser i klubben. Systemet giver jer mulighed for at arbejde analytisk, strategisk og vidensbaseret, for derved at kunne udvikle jeres klub og skabe de bedste oplevelser for jeres medlemmer.

Hensigten er at klæde klubbens ledelse godt på, i forhold til at fremtidssikre klubben, så den fortsat er konkurrencedygtig på fritidsaktivitetsmarkedet.

Players 1st består af to dele:

1

Et webbaseret spørgeskema, som alle medlemmer får tilsendt og bedes svare på.

2

Et dashboard, hvor klubben kan følge med i medlemmernes oplevelse af klubben.

HVAD MENER JERES MEDLEMMER OM JERES KLUB?

Players 1st sætter jeres medlemmer og deres behov i centrum, ved at lytte til deres oplevelser. På den måde kan I tilpasse jeres tilbud og organisering, så alle får de bedst mulige oplevelser i klubben. I kan bl.a. blive klogere på, om jeres medlemmer er tilfredse med de tilbud I har i klubben, og hvilke ønsker de har til jeres trænere/instruktører.



Alle medlemmer modtager en invitation til spørgeskemaet

Medlemmerne besvarer spørgeskemaet online



Besvarelsene analyseres, og resultatet vil være tilgængeligt for klubberne

DATA BLIVER TIL VIDEN

Når en medlemsundersøgelse er gennemført, kan de indsamlede data omsættes til konkret viden og derefter har I som klub mulighed for at handle på det.

Svarene kan være med til at bekræfte hvilke ting I gør godt i klubben, og samtidig synliggøre de også områder hvor der er plads til forbedring.

I kan let og enkelt dykke ned i resultaterne, og det er nemt at vise resultaterne for medlemsoplevelser i forhold til køn, alder, niveau, ro-disciplin eller medlemsanciennitet.

Med Players 1st har I mulighed for at undersøge tilfredsheden hos jeres vigtigste målgrupper. Værktøjet giver et bedre grundlag, for at opstille konkrete mål inden for specifikke områder, og I kan løbende korrigere hvor det er relevant i forhold til de forskellige målgruppers feedback. Udviklingen i målgruppernes tilfredshed kan følges løbende, så I kan holde øje med om udviklingen bevæger sig i den ønskede retning.

Alle hovedresultater, vil udover den elektroniske visning, også være tilgængelig i rapportform, der kan downloades direkte fra systemet.

ROKLUBBER HJÆLPER OG LÆRER AF HINANDEN

Ønsker I, ligesom Dansk Forening for Rosport at skabe de bedste og mest motiverende rammer for udøvelsen af roning? Så er det vigtigt at vi arbejder tæt sammen klubber og forbund i mellem – så vi kan lære af hinanden.

Med Players 1st kan I sammenligne jeres resultater med andre roklubber, der også benytter systemet.

Men jeres klubresultater er kun synlige for jer, ingen klubber har adgang til andre end deres egne enkelte resultater. Alle benchmarks er vist som et gennemsnit af minimum tre klubbers resultater, for at bevare anonymiteten hos den enkelte roklub.

I systemet er det muligt at generere lister med potentielle frivillige og sponsorer, som kan downloades.

SÅDAN KOMMER I, I GANG MED PLAYERS 1ST

1

Jeres klub laver en aftale med Dansk Forening for Rosport om at blive en del af Players 1st.

2

I tilmelder jeres klub via dette link: www.players1st.dk.

3

Vi aftaler hvornår det passer jer bedst, at vi sender spørgeskemaet ud.

4

I uploader en liste, med navne og mailadresser på jeres medlemmer, i systemet.

5

I giver besked til jeres medlemmer om at spørgeskemaet er på vej, og at der er en.

6

Alle klubbens medlemmer modtager en mail med et login til spørgeskemaet, som er 100% anonymt.

7

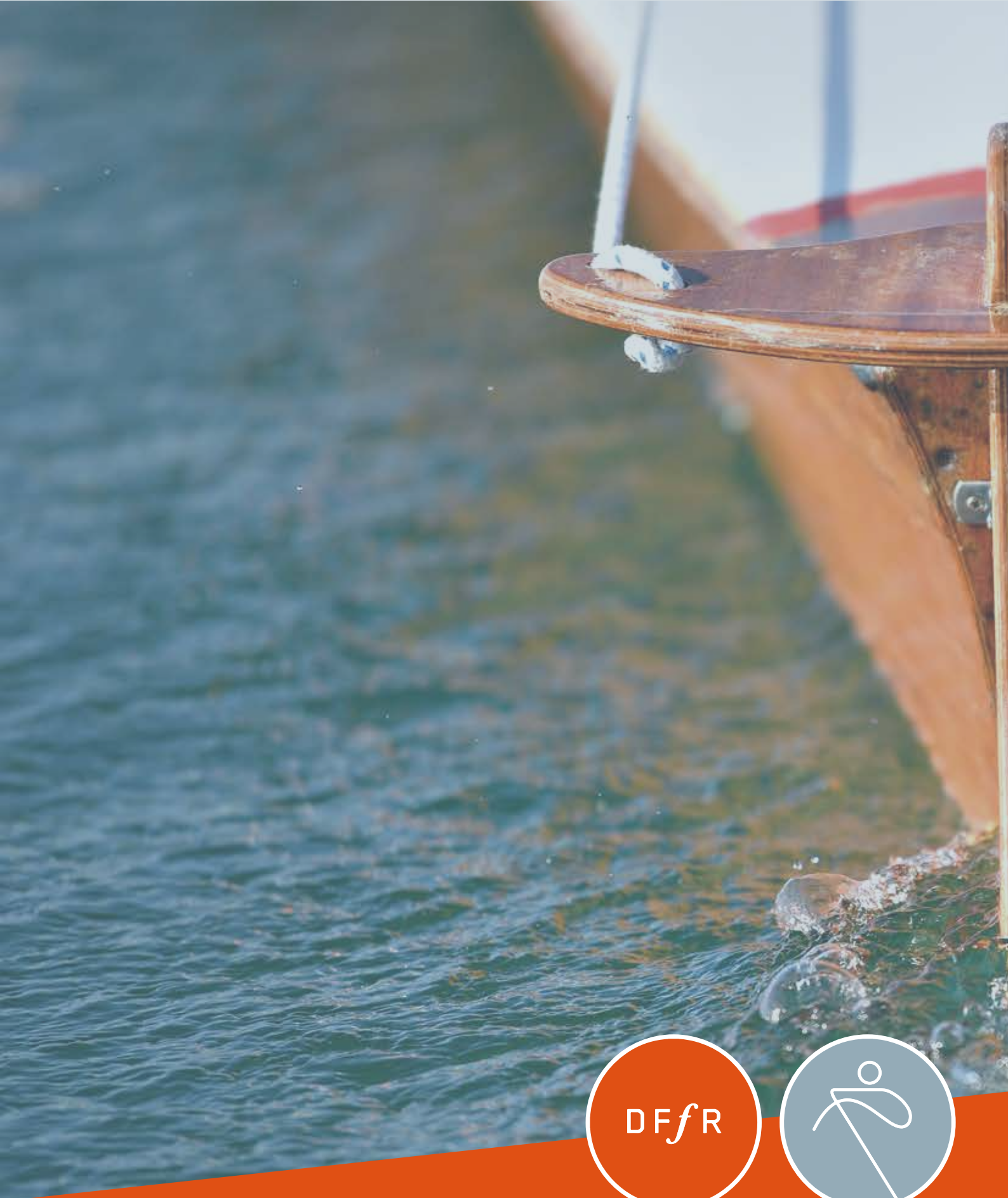
Jeres medlemmer udfylder spørgeskemaet.

8

Jeres klubbestyrelse kan nu følge med i medlemmernes tilfredshed med klubben.

9

I samarbejde med Dansk Forening for Rosport planlægges det videre forløb.



HØR MERE OG BESTIL HOS DFfR

Foto: Lars Møller for Dansk Forening for Rosport