

SPF Seniorerna Falun

Friskvårdskommittén

Anteckningar vid sammanträde i Friskvårdskommittén 2018-10-03 på SPF:s kontor, Åsgatan.

Närvarande: Hans Thors, Per Börjesson, Monica Hillner, Bertil Eek och Mats Hiertner.

1. Hans hälsar ledamöterna välkomna och förklarar sammanträdet öppnat.
2. Mats utses till sekreterare för mötet.
3. Motionslotteriet för varen 2018 lottades. Prislistan godkändes, med justeringen att biobiljetterna blir på SF Falan. Hans tar fram vinsterna. Pe och Monica skickar ut vinstlistan. Vinterperioden som startar nu, fick ingen papperskopia i SPF-Nytt, utan får hämtas från hemsidan.
4. Rapporter.
Rapporterna från kommittéa lämnas som en bifogad sammanfattning.
5. Rapport från möte med verksamhetsansvariga
Gymnastiken på Britsarvsgården har upplevts som trång, med många deltagare. Hans kontaktar Lena för uppföljning.
Verksamhetsplanen för nästa år skall lämnas in den 26 november.
6. Det beslutades att bjuda de ideella funktionärerna på lunch före jul. Hans bjuder in ledarna från Skogsvandrarna, Boulen, Bowlingen, Stavgången och Mats för Långvandringen. Hela kommittén skall också inbjudas.
7. Inspirationsdagen för friskvårdare i Rättvik den 16 oktober har ingen från kommittén möjlighet att delta i.

Introduktion för nya medlemmar blir den 23 oktober i Nybrokyrkan. Monica, Bertil och Mats kommer att representera Friskvårdskommittén.
8. Budgeten för 2019 kommer att diskutera på nästa möte.
9. Nästa möte blir den 14 november på Lugnetkyrkan med lunch efter mötet.
Hans undersöker om det går att låna lokal där och bestämmer lämpligt klockslag.
10. Inga övriga frågor och därmed avslutade ordföranden mötet.

Anteckningar
Mats Hiertner

SPF Seniorerna Falun Friskvårdskommittén

Rapport till styrelsen från Friskvården 27 september 2018

Motionslotteriet

Det nya med motionslotteriet är att det pågår hela året. Period 1 avslutades 31 augusti. Vinsterna kommer att lottas vid nästa sammanträde onsdagen den 3 oktober. Deltagarantalet är lite oklart troligtvis ca 100 som det brukar vara.

Golf

Varje onsdag från 16 maj-26 sept, dvs 20 ggr har ivriga golfspelare samlats för Scramblespel på Samuelsdals golfbana. Deltagarantalet har oftast varit 45-55 st. Som mest 57 startande. Sammanlagt har det varit 850 starter. Mellan 10-20 artiklar i dalatidningarna och 19 reportage på Facebook.

Engagerad ledare är Daniels Sven Olsson, som också skriver referaten.

Föreningsmästerkapet som spelades i juni samlade ca 60 deltagare. Det är också en populär tävling.

Boule

Varje vecka mellan 40-50 deltagare. Vid sommarens avslutande tävling deltog 47 st. En klar ökning har skett av deltagarantalet detta år.

Bowling

Spelas i två hallar, dels Falu Bowling & Krog och dels på Scandic Deltagarantalet är sammanlagt ca 40-45 st.

Riksmästerskapet spelas 9-11 okt på Falu Bowling & Krog. I dag är det 171 anmälda därav 29 st från

vår förening. Titta gärna in och se på tävlingarna!

Skogsvandringar

Under hösten har det varit 17 deltagare i snitt på vandringarna. Höstens sista vandring går i dag 27 sept i Sörskog. Vårens vandringar samlar flera deltagare än höstens.

Tyvärr saknas ledare!

Gymnastiken

Mjukgympa och den funktionella träningen (2 olika grupper) har startat för ett par veckor sedan.

Antalet deltagare har ännu inte rapporterats definitivt men det är 28-30 deltagare i varje grupp.

Vattengymnastik

Höstens start för en vecka sedan i sex grupper med 15 deltagare i varje grupp. Tre ledare som har vardera två grupper.

Alla som fanns på kölistan har nu fått plats. Ett avhopp i sista stund har reducerat sammanlagda antalet deltagare från 90 till 89 st dvs en vakant plats finns.

Stavgång

Startade förra veckan. Det brukar vara ca 10 deltagare som går runt kålgården.

Övriga aktiviteter

Volleyboll startar to 4 oktober i Lugnets idrottshall.

Långvandringar för skidåkare och andra startar tisdag 6 november

Den nya aktiviteten tennis har inte lockat några nya deltagare utöver de sex som redan spelar.