



## **PHYSICAL ACTIVITY AFTER CANCER TREATMENT**

Referat fra Bestyrelsesmøde torsdag d. 28. oktober kl. 17.00 – 19.30, Rymsgade 27, 2200 København N.

### **Deltagere:**

Ella Pedersen  
Signe Amdise  
Birgitte Bjørn Pedersen  
Povl Povlsen  
Anja Østergaard

### **Dagsorden**

#### **1. Godkendelse af dagsorden**

Dagsorden blev godt godkendt

#### **2. Drøftelse og beslutning om plan for den kommende tid med kassereropgaver**

##### **a. Bank, Holdsport, regnskab, medlemsregistrering mm**

Formanden har adgang til vores bank konti. Vi konstituerer én til kassere indtil næste general forsamling. Vi efterlyser en i starten af januar, så folk har mulighed for at overveje opgaven.

Signe melder sig som den anden underskrift berettiget.

Signe og Anja sætter sig sammen for at finde ud af hvordan Holdsport fungerer, så vi kan opkræve kontingent og medlemsregistrering.

Medlemsregistreringen står Signe for og det fortsætter hun med.

Faktureringen fra instruktører skal fremadrettet sende til PACT mailen og ikke længere til Gerts mail. Signe sender besked til instruktørerne om, at de skal sende til PACT mailen.

Bestyrelsen fortsætter fælles med at varetage kasserer opgaverne indtil videre.

Ad hoc opgaver må vi løse hen ad vejen.

Ella sørger for at betale Morten for udlæg på Mallorca.

##### **b. Hvad gør vi her og nu? Hvad gør vi på længere sigt?**

Skal vi efterlyse ny kasserer blandt medlemmer?

Kan vi bede om hjælp til årsregnskab fra revisor?

Skal generalforsamlingen vælge ny kasserer?

Vi sætter dato til Generalforsamlingen ved bestyrelsesmødet i januar.

### 3. Status på aktiviteter

#### a. Styrketræning/Cirkeltræning

Genoprettet Styrketræning. Der er nogle stykker som er tilmeldt. Tirsdagsholdet til cirkeltræning er godt besøgt. Signe skriver til instruktøren og hører om vi skal oprette et hold mere fra 17.45-18.45.

#### b. Yoga

Det går lidt trægt – der kommer 3-4 stykker, men det skal nok løbes lidt i gang efter Corona.

#### c. Spinning

Vi mangler en instruktør – Signe sender besked til cirkeltræningsinstruktørerne om de kan lave et oplæg til at få en instruktør både til Spinning og Dans. Morten Qvist vil også høre de studerende, om der kunne være interesse for at undervise.

#### d. Cykling

Det har været stille efter Mallorca. Ella vil gerne have gang i vintercyklingen.

#### e. Floorball

Der kommer mellem 6-12 deltagere om lørdagen. Klaus siger, at det fungerer godt.

#### f. Dans

Monica har taget kontakt til Ella. De har videoer fra Rikke, som de vil bruge. De vil gerne starte op den 8. november og har spurgt om vi kan lave lidt reklame for det. Signe opretter det på Holdsport, så andre kan se, at der er mulighed for at komme. Ella skriver det også på Facebook.

### 4. Julefrokost 3/12

Vi har lokalet i Edvard Griegsgade 2, 2100 København Ø. Anja arrangerer julefrokosten – Signe sender en mail til alle. Plads til 30 stk. og man skal medbringe drikkevarer. Der skal bestilles mad, arrangeres pakkeleg og måske andre ting.

### 5. Aktiviteter 2022

#### a. Foredrag? Emner?

"Hvordan holder jeg motivationen gennem vinteren" og sammenholdt med en tøjprøvning. Anja hører i Hvidovre Tri om der er en træner, som kan hjælpe en tirsdag, kl. 19. Birgitte hører sin søn, om han kan lave et oplæg i februar og Ella kigger på DGI for at finde et oplæg til marts. Vi skal prøve at have ét foredrag jan, feb, marts og derefter kan vi begynde at lave udendørsarrangementer – mountain bike i skoven, SUP eller lign.

#### b. Aktivitetsdage? Hvilke aktiviteter vil vi prøve af?

Mountain biking event i Hareskoven i april. Hvis man ikke vil cykle, kan man gå eller løbe i skoven. Vi kan lave en aftale med Birger omkring kaffe og kage efterfølgende. Kajak event i slut maj. SUP event i juni inden Sct. Hans

#### c. Nedsættelse af udvalg – skal vi efterlyse medlemmer til at være med i planlægningen?

Vi efterlyser folk i januar i et nyhedsbrev

**6. Næste møde**

10.01.22, kl. 17-19.30.

**7. Evt.**

Cykeltøjet er bestilt 17.10.21.

Morten er kommet for at fortælle hvad der skal ske efter Gerts dødsfald.

La Flamme Rouge – de giver ca. 10.000 per sponsored person. Spies sender faktura til PACT, Morten giver besked til La Flamme Rouge og så sætter de pengene ind på PACTS konto og så betaler PACT faktura.

Cyklerne er betalt via Mortens Mastercard og så bliver de refunderet af PACT.

De to som afbestilte har tilbageført forsikringspenge til PACT og de skal afregnes til La Flamme Rouge. IM sætter penge ind (7.000) og vi modtager også penge fra startnummer salg.