Årsberetning for AIF Motion 2020

Mennesker er sociale væsner og motion dyrkes hyggeligst sammen med andre. I vores by Frederiks

er afstanden til hinanden kort, og igennem kendskab til hinanden er der grobund for et større

sammenhold i byen til glæde for lokalmiljøet.

AIF Motion ønsker igennem gåture, spinning, MTB og løb at støtte udviklingen og sammenholdet på

tværs af byen.

Det skal være hyggeligt at dyrke motion på et niveau hvor alle kan være med. Derfor er der ikke

krav om at kunne løbe 3 km på 12 minutter eller kunne køre MTB på de sorte spor for at kunne

træne med os.

Og hvem er os!

AIF Motion består af 7 udvalgsmedlemmer og 2 trænere. Udvalgsmedlemmer og trænere har

samlet fokus på Spinning, gåture, 2 MTB hold og et løbehold. Især gåholdet og MTB Hygge Holdet er

blevet en succes. Og ingen succes opstår uden glade og motiverede medlemmer der møder op i al

slags vejr.

I fællesskab arrangere vi cykelfesten Tour de alheden, hjælper DGI med at sende 400 glade

Cykelister afsted på hærvejsløbet og er en aktivt medarrangør af 12 timers TRI.

Vi afholder egne arrangementer for medlemmerne i form af hyggeaftner, sommerfest, julefrokost,

fælles træning og for os &quot;ukendt&quot; kropslig udfoldelse såsom Yoga.

I 2020 har sammenholdet i udvalget og mellem medlemmerne været bibeholdt også selv om vi har

set mindre til hinanden hen over året, i form at små faste grupper. Det stadige sammenhold giver

en stærk tro på, at AIF motion i fremtiden også kan udvikle sig i sin nuværende form og tiltrække

nye medlemmer i 2021.

Tak for et oplevelsesrigt 2020.

Mvh AIF Motion.