

Årsmøde i TIF 60+motion

22. februar 2026

2025-beretning



Så sidder vi atter her til et årsmøde i *TIF 60+motion* – efter en 2025-sæson, der vel på næsten alle områder må vurderes rigtig succesfuld. Fremgang i medlemstallet; glade, engagerede motionister; udvidede aktivitetsmuligheder og hyggeligt, socialt samvær.

2025-sæsonens aktiviteter udendørs har ikke været meget ulig de forrige års: Langt de fleste af os spiller krolf eller petanque, og i årets løb har der kun været få ønsker om nye former for spil. Den nyeste krolfbane - nord for hallen - er blevet taget i brug; så nu har vi tre krolfbaner - eller nærmere fire baner, da banen øst for petanquebanerne jævnligt fungerer som to baner, hvilket alt i alt har givet plads til alle krolfspilsinteresserede.

Ordningen med, at der hver mødedag trækkes lod om krolf-spillestedet, fungerer rigtig godt og har blandt andet medført, at mange af os har fået bedre kendskab til afdelingens mange medlemmer. Måske er det en idé, at lodtrækningsordningen bliver udvidet til også at gælde for spillene petanque, kurling og bowls? Det kan den nye bestyrelse jo eventuelt overveje!

Vedligeholdelsen af krolfbanerne sørger kommunen heldigvis for nu, da en robot jævnligt klipper græsset, så banerne som regel er gode og spilbare uden for højt græs til hindring for et fornuftigt krolfkugleforløb. Vi håber, at denne robot-græsklipning også vil fungere tilfredsstillende i den kommende udesæson.

Den anden store udendørsaktivitet er petanque, og dette spil har også haft stor interesse blandt motionisterne i 2025. Banerne er blevet flittigt brugt, men trods et stort arbejde med at udskifte belægningen og øge baneantallet fra tre til fire baner, har der til stadighed været en del utilfredshed med belægningens kvalitet. Derfor er banernes belægning atter blevet udskiftet i efteråret, og her i foråret færdiggøres arbejdet, så vi forhåbentlig til starten af udesæsonen kan byde på petanquebaner, der opfylder alle medlemmers forventninger til gode baner.

Indesæsonens aktiviteter i hallen har alt overvejende været domineret af tre aktiviteter: gulvcurling - eller kurling med K, bowls og bob-spil. Kurlingen er af og til udfordret af sløve kugler på "stenene" - men dette løser Leif flot gennem nærmest ugentlige kugleleje-rensninger, så nu er muligheden for et godt, glidende spil kurling øget for alle interesserede.

I årets løb er flere og flere blevet interesseret i bowls-spillet, hvilket måske bl.a. skyldes, at flere af 60+motionisterne har udviklet rimelige evner i disciplinen "Oprulning af bowls-tæppe"! Vi har nu tre bowlsspil, så der er gode muligheder for at deltage i spillet, hvis man har interesse for det, da op til i alt 24 kan deltage, hvis alle tre spil tages i brug.

Tidligere år har en del medlemmer spillet badminton og bordtennis, men tilsyneladende har disse spil ikke længere interesse. Årsagen kendes ikke, men måske vil nogle atter afprøve spillene i denne sæson? Og så har vi jo også pickleball, bordfodbold og andre muligheder for spil, der giver lidt højere puls end de sædvanlige spil. Det kan knibe med pladsen til fx badminton i indesæsonen, men en løsning kan være, at når de fleste af os går udenfor senere på året til aktiviteter i frisk luft, kan interesserede i førnævnte spil blive i hallen og boltre sig med de mere pladskrævende indendørs-spil.

Vi har det seneste år haft en grænse på 70 for antallet af medlemmer i vores afdeling, da vi vanskeligt kan være flere i hallen - og da slet ikke i klublokalerne til den afsluttende kaffe og til den sociale samtaleudveksling af alt mellem himmel og jord. Grænsen på de 70 medlemmer er nået her i februar 2026, så nu har vi altså lukket for yderligere tilgang til 60+motion, hvilket jo fortæller om en stor interesse for afdelingen, men også om en ærgerlig situation, hvor vi i den kommende tid skal til at afvise potentielle nye medlemmer i 60+motion. Vi håber, at den kommende bestyrelse finder en løsning på dette problem: Kan vi udvide det maksimale medlemsantal? Skal vi lave venteliste? Skal og kan vi finde en ekstra mødedag, hvor de nye medlemmer kan deltage? Eller er der en helt fjerde mulighed?

I årets løb har vi forsøgt os med en ekstra mødegang, hvor medlemmer med lyst til lidt ekstra motion har kunnet møde frem. I en periode har det været torsdag formiddag den ekstra haltid har været tildelt os, men Rosenkildeskolen - den tidligere Tårnborgh Skole - har nu behov for haltimerne torsdag formiddag, så her fra uge 8 i 2026 har vi fået tid om eftermiddagen fredag fra klokken 15-16. Om denne tid har interesse blandt os, vil kun fremtiden vise, men dejligt er det, at vi de fleste gange har kunnet finde frivillige blandt os til at åbne og stå for ekstratiderne om torsdagene - som altså nu er ændret til fredage - og er gældende indtil sommerferien.

Rosenkildeskolens stigende behov for haltid ligger som en truende sky over vores tirsdagshaltid fra klokken 10-11, som vi har gjort brug af i alle årene siden stiftelsen af vores afdeling i 2014. Vi er p.t. i kontakt med skolen, som har lovet, at (citat fra mail fra skolens leder, Linda Fabricius, som skriver): "... vi vil gøre, hvad vi kan, når vi planlægger skoleåret i maj og juni, for at gøre plads til jeres ønske. Vi lover at melde tilbage, når vi har fundet ud af, hvad der er muligt at frigive til fritid." (Citat slut). - Og ja, det lyder jo positivt, men for en sikkerheds skyld må vi nok lægge billet ind på en eftermiddagshaltid efter sommerferien, hvilket der jo nok alligevel bliver behov for som følge af det stigende medlemstal.

En af 60+motions vigtigste aktiviteter, der er mindst lige så væsentlig som de tidligere nævnte sportslige udfoldelser med fysiske "anstrengelser", er motionsdagens afslutning - hvor det gennem hele 2025-sæsonen er blevet budt på veltillavet kaffe og te - samt jævnlige også lækker hjemmebakket eller tilkøbt brød - og en masse snak om verdenssituationen tilføjet en god mængde hyggeligt, socialt samvær. Jævnligt viser det sig også, at nogen på holdet har rund fødselsdag eller anden mærkedag, og derfor vælger at byde på ekstra gode sager til mave og gane, hvilket hele holdet tilsyneladende sætter stor pris på.

I 2025 lykkedes det endelig for os at få besøg af en repræsentant fra AffaldPlus til en orientering om god affaldssortering, hvilket vi har forsøgt gennemført siden 2023. Nu lykkedes det altså, og det var absolut et godt arrangement, som bragte os mange brugbare oplysninger om god affaldssortering. I 2025 havde vi også et interessant politiforedrag, der handlede om, hvad vi kan gøre for at forbygge it-svindel. Desuden hørte vi om fysioterapi ved Ana Berthelsen. Hun fortalte blandt andet om, hvordan vi forbygger skader og holder vores krop i form, samt hvad der kan gøres, hvis vi alligevel får nogle skavanker. P.t. er ingen nye foredrag planlagt for 2026, men de enkelte 60+medlemmer er altid velkomne til at komme med forslag til foredrag eller aktiviteter for de øvrige 60+medlemmer - samt til at tage initiativ til realisering af eventuelle forslag!

I 2025 meldte vi os ind i DAI - Dansk Arbejder Idrætsforbund - da det er et idrætsforbund, som har specialiseret sig i 60+idræt med fokus på blandt andet petanque, krolf og kurling. Vi tror, vi får god gavn af dette medlemskab, og vi har siden indmeldelsen haft besøg af René fra DAI, som sørgede for, at interesserede blandt os med stor succes fik foretaget en seniorfitness-test. Efter planen gentages testen om et halvt til helt år - og så vil den sandsynligvis udvise stor fremgang i medlemmernes fysiske og psykiske velvære, hvilket vi kun kan glæde os over!

Her i vintermånederne har vi også gjort brug af et andet DAI-tilbud - nemlig muligheden for at deltage i Winterwalking - vintervandring - om søndagene i januar, februar og marts. Her er det dejligt, at Jan Laustsen har meldt sig som tovholder for vandringerne, hvor målet er at gå en maraton i løbet af de tre måneder. Indtil nu har der været god tilslutning til vandringerne - trods kulde, sne og blæst.

Vi skal naturligvis heller ikke glemme sommerfrokosten - og dette års gratis julefrokost i anledning af vores lettere forsinkede 10-års-jubilæum. Begge frokoster var meget velbesøgte, hyggelige og med masser af velmagende mad og gode drikke. Frokosterne var flot arrangeret af nogle festudvalg, der sørgede for hygge, sange og konkurrencer. Tak til alle jer, som stod for arrangementerne. Det er meget glædeligt, at der altid er medlemmer, som vil stå for vores arrangementer og sørge for alt til glæde for os alle i vores afdeling. I 2025 blev frokosterne afholdt i forsamlingshuset - da vi jo ikke længere kan være i mødelokalerne, når afdelingens medlemmer støtter flot op og møder frem til sammenkomsterne.

- Vi synes, 60+motion har meget at byde på, og det koster stadig kun 150 kr. for en hel sæson som medlem af afdelingen.

Det skal så også huskes, at rigtig mange af medlemmerne i 60+afdelingen er med til at muliggøre det lave kontingent gennem tilvejebringelse af indtægter til afdelingskassen gennem frivilligt arbejde - ved fx at stå for omdeling af Tårnborghladet samt ved at være medhjælpere ved årets Royal Run i Korsør. Der skal lyde en stor tak for denne indsats, hvilket der også skal til alle dem, der sørger for kaffe, te, karklude, knive, oprydning i materialerum og mange andre steder, aftørring af borde og fejning af gulve samt alt det andet afdelingens medlemmer bare gør, som fx klargøring af baner og spilrekvisitter - uden at de forventer tak, men det fortjener I altså: Så TAK skal I have for jeres indsats til gavn for os alle!

Vi er også en meget stor tak skyldig til Aktivitetsudvalget i TIF, som flere gange i årets løb har ydet vores afdeling stor økonomisk støtte til blandt andet den fortløbende reovering af petanquebanerne og indkøb af diverse spilrekvisitter, fx nye krolfkøller og nyt bowlstæppe. Uden denne økonomiske indsprøjtning ville vi enten skulle undvære nogle aktivitetsrekvisitter - eller afdelingens kontingent ville være væsentlig højere.

Desuden skal der også lyde en stor tak til James for hans gode arbejde som kasserer for afdelingen samt hans ihærdige arbejde for foreningen som helhed.

Med disse ord slutter årets beretning i 60+motion. Meget er sikkert glemt, men hvis det er vigtigt, vil nogen nok tilføje det senere. Til slut skal lyde et ønske om en god sæson for 60+motions medlemmer med masser af god motion for både krop og sjæl, så både arm-, ben- og lattermusklerne fortsat kan blive motioneret grundigt i et par timer tirsdag formiddage klokken 10.00.

Jørgen F. Rasmussen
Formand i TIF 60+motion



60+motions virke i indeværende år (2026)

Afdelingen vil fortsat arbejde for masser af aktivitet for alle 60+ere, der har lyst til god motion for både krop og sjæl, for i 60+motion er formålet, at både arm-, ben- og lattersmusklerne motioneres grundigt. Der vil blive arbejdet for bevarelse og forbedring af de nuværende faciliteter og aktivitetsmuligheder.

I 2026 er det planen, at petanquebanerne med den nye belægning helt færdiggøres til forhåbentlig de flestes tilfredshed. Et besøg hos Korsør Petanqueklub er også i støbeskeen, så interesserede kan få udvidet kendskabet til regler, taktik og spilfiduser. Ligeledes er der planer om at anlægge en øvekrolfbane med nogle få huller, hvor slag til hul kan indøves af spillere med lyst til at forbedre sine evner i krolfspillet.

Mulige nye - eller næsten ikke afprøvede - udendørs aktiviteter kunne være forskellige frisbee-spil, stige-golf, kongespil/vikingspil, stavgang, socialt fitness-fodbold og kroket samt andre spil, som medlemmerne eventuelt kommer med forslag til. Vores medlemskab af DAI kan sandsynligvis give os kendskab til nye aktiviteter, som kan introduceres i fremtidens 60+motion.

Desuden vil afdelingen fortsat forsøge at udvikle de indendørs aktiviteter, så der kan tilbydes aktivitet både for 60+ere, som ønsker høj puls, og for dem som kun ønsker let hjertebanken. Muligheden for at indføre indendørs krolf i afdelingen undersøges, men vil afhænge af, om vi eventuelt bevarer en ekstra haltid i fremtiden. Nye aktiviteter - der måske nok tidligere er afprøvet, men ikke blevet en del af de sædvanlige aktiviteter - som fx kort- og brætspil vil igen blive forsøgt understøttet, og der vil fortsat blive gjort forsøg på at arrangere kulturelle og oplysende tilbud i form af foredrag, fællesture o.lign. samt eventuelle besøg hos andre aktivitetstilbud i kommunen.

Alt i alt ser det ud til, at der er gode chancer for et spændende år i 60+motion - med masser af udvikling, socialt samvær og sjove, spændende og hyggelige aktiviteter for alle interesserede 60-plussere i Tårnborgområdet.

Jørgen F. Rasmussen - formand

James Hansen - kasserer

Leif Gundersen - bestyrelsesmedlem

Pia Mikkelsen - bestyrelsesmedlem

Henning Christensen – bestyrelsesmedlem

Erling Nielsen – suppleant

Søren Jakobsen - suppleant