

Motion 1

Luftkonditionering

Bakgrund

IW-salen på Öster har sedan ombyggnationen ett väldigt bra luftkonditioneringssystem.

Förslag

Förslaget är att se över och uppdatera samtliga Spin- och IW-salars luftkonditionering.

Yrkande

Medlem yrkar på ett uppgraderat kylsystem för samtliga spin-, IW- och gympasalar på samtliga anläggningar under de kommande åren (stegvis inventering och uppgradering).

Styrelsens yttrande

Friskis&Svettis Örebro arbetar i motionens riktning. Friskis Örebro har en underhållsplan som syftar till att skapa en översikt över större underhåll och investeringar som behöver göras över tid. Uppdatering av ventilation och kyla är inkluderad i underhållsplanen. På City pågår för närvarande en dialog med fastighetsägarna gällande kylan. På Söder pågår för närvarande en dialog med fastighetsägarna gällande ventilation och kyla i spinsalen.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslår motionen med motivering att vi inte kan garantera att uppgradering av samtliga kylsystem sker inom de kommande åren av ekonomiska skäl.



friskis

Motion 2

Cirkelgymmets väggar på Söder

Bakgrund

De väggar som på Öster sattes upp för att avskärma Cirkelgyms-passen blev jättefina efter ombyggnaden.

Förslag

Förslaget är att samma uppgradering, med avskilda väggar, kan med stor fördel genomföras på Söder, en anläggning där Cirkel-gymmens aktivitet både dränker musiken och överösta övrig verksamhet på gymmet.

Yrkande

Medlem yrkar att den stora öppna ytan på Söder, där Cirkelgymmet genomför sina pass, får samma inkapslade väggar som på Söder. Väggar skulle vara av godo för alla.

Styrelsens yttrande

Cirkelgymsytan på Söder används primärt som gymyta och fungerar då som en del av gymmet.

Vi har endast 4 cirkelgymspass/vecka och det finns ingen tanke i dagsläget att utöka antalet pass. Det innebär att det endast är 4 timmar/vecka som annan musik spelas ut i övriga gymmet.

Resterande gymdel skulle upplevas trång om en vägg byggs. En vägg stjäl dessutom alltid vissa kvadratmeter som utnyttjas idag men som inte kommer kunna utnyttjas om väggen kommer upp.

Med anledning av att det är få pass och liten tid per vecka som Cirkelgymmet används till grupp-träning, kostnaden för byggnation av väggar och känslan av rymd i rummet vill vi i dagsläget inte bygga in cirkelgymsytan.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 3

Dusch-bås, samtliga anläggningar

Bakgrund

Dusch-båsen på Aspholmen är väldigt uppskattade. Allt fler vill duscha avskilt.

Förslag

Samma dusch-bås (med ogenomskinliga glasväggar) bör därför installeras på samtliga anläggningar.

Yrkande

Medlem yrkar att samtliga herr- och damduschar på City, Öster och Söder så snart som möjligt får installerade dusch-bås, med ogenomskinliga glasväggar.

Styrelsens yttrande

I dagsläget finns duschväggar i Aspholmens båda duschrum. På övriga anläggningar finns minst en dusch per omklädningsrum med skiljevägg eller duschdraperi för den som önskar duscha mer avskilt. Vi har även soloduschar på Aspholmen och Söder och en pågående utredning om det är möjligt att installera soloduschar även på City och Öster.

Friskis&Svettis strävar efter att vara en frizon från påtvingade prestationskrav och kroppsideal. Vi vill skapa en miljö där människor kan stärka sin kropp men också sin självkänsla. Genom att odla en träningskultur och även ett sammanhang fri från krav och kroppsideal skapar vi tillsammans en tillåtande plats. Vi vill även skapa en miljö där kroppens form och utseende inte måste gömmas och tror att skiljeväggar bidrar till motsatt effekt från den önskade riktningen. Vi vill bidra till att skapa en förståelse och acceptans av att alla kroppar ser olika ut.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 4

Extra terminal för passbokningen

Bakgrund

I dagsläget finns endast 2 st terminaler för passbokningen, detta leder ofta till vissa dispyter då många väntar på extrabiljetterna som släpps 10 min före angiven starttid. Samtidigt som terminaler upptas av gäster som väntar på extrabiljetter passerar hela tiden en strid ström av förbokade personer som vill hämta ut sin biljett, dessa riskerar då att missa angiven sluttid för uthämtning.

Förslag

Införskaffning och utplacering av en extra terminal för passbokning så att det således finns minst 3 st på varje anläggning. Detta kommer att minska trycket och leda till en förbättrad service för samtliga gäster.

Yrkande

Medlem yrkar på att det införskaffas en extra terminal med tillhörande biljettskrivare till envar av Friskis&Svettis anläggningar i Örebro.

Styrelsens yttrande

Styrelsen anser att denna motion inte är en årsmötesfråga utan hänskjuter beslutet till kansliets Ledningsteam.

Ledningsteamets svar

Frågan gäller de tillfällen då det är kö till reservplatser. De tillfällen det gäller är begränsat till några få veckodagar och det är också begränsat till kortare perioder om året då beläggningen är högre än våra uppsatta beläggningsmål per gruppaktivitet. Sett till denna helhet anser vi inte att det är försvarbart att lägga större resurser på en till inpasseringskiosk med tillhörande scanner och biljettskrivare när det gäller ekonomi och underhåll. Priset för en komplett utrustad kiosk är 18 549 kr. För fyra anläggningar blir det en investering på 74 196 kr. Det står inte i relation till de tillfällen och de antal motionärer som en sådan investering skulle underlätta för.



friskis

Motion 5

Möblera om

Bakgrund

Aspholmen, flytta bänkpressestationerna någon meter åt sidan. Just nu mitt emot knäböj.

Förslag

Flytta nån meter åt sidan så man slipper sitta/stå mitt emot varandra.

Yrkande

Att möblera om.

Styrelsens yttrande

Då denna motion inte berör verksamhetsfrågor och det inte går att nå medlemmen då denne endast lämnat ett förnamn kommer denna motion inte att behandlas.



friskis

Motion 6

Ta bort papperslapparna till grupp passen

Bakgrund

Tycker att det framför allt är en miljöfråga att hitta ett annat system än papperslappar till grupppassen.

Förslag

Man ska bara behöva logga in sig så som man gör nu utan att få en lapp. Tex vid spinpass så får man vid inpasseringen välja nummer på cykeln. Vid CG får man välja stationsnummer med mera för att folk inte ska komma in på passet utan att ha reggat sig.

Yrkande

Medlem önskar att man hittar ett annat system för papperslappen som vi nu har vid grupppassen.

Styrelsens yttrande

Vi jobbar mot målet och har samma ambition som motionen. En lösning med digitala biljetter diskuteras löpande. Tekniken i vårt nuvarande system stödjer inte digitala biljetter och systembyte är inte aktuellt då det 2019 beslutades att alla Friskisföreningar i landet ska ha samma bokningssystem. Några Friskisföreningar har provat digitala lösningar som är kopplade till mobiltelefoner och inte till systemet men de har alla återgått till pappersbiljetter då det krånglade för mycket.

Vi fortsätter att vara med i utvecklingen av vårt nuvarande bokningssystem med strävan att en lösning på avskaffande av pappersbiljetter ska komma.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 7

Yinyoga

Bakgrund

Önskar få yinyoga inlagd på schemat och inte som det är idag, någon gång ibland.

Förslag

Då det finns fler av era friskisledare som är utbildade yinyoga instruktörer så vore det fantastiskt för oss medlemmar att regelbundet kunna ta del av det. En önskan med ett eller två pass i veckan.

Yrkande

Medlem yrkar att yinyoga införs som ett regelbundet pass en eller fler gånger i veckan.

Styrelsens yttrande

Styrelsen anser att denna motion inte är en årsmötesfråga utan hänskjuter beslutet till kansliets Ledningsteam.

Ledningsteamets svar:

Det är Friskis&Svettis Riksorganisation som bestämmer vilket passutbud varje Friskisförening kan och får ha. Yinyoga ingår inte i passutbudet och vi kan därför inte schemalägga Yinyoga som ett pass i passutbudet utan endast erbjuda temapass då och då. Önskar man specifik yoga hänvisar vi till yogastudios.

Motion 8

Möjlighet att boka sig på fler pass än tre

Bakgrund

Ett problem att man bara kan vara bokad på tre pass samtidigt. Som medlem vill man kunna ha rätt att träna fler än ett pass samma dag och fler än tre pass under tre dagar. Anser att ni behöver se över bokningsbestämmelserna.

Förslag

Ändra bokningsbestämmelserna och ge medlemmar rätt att boka fler än tre pass under tredagarsperioden som råder nu.

Yrkande

Medlem yrkar att ni ändrar bokningsbestämmelserna och ger möjlighet att kunna boka fler pass än tre under tredagarsperioden som idag råder.

Styrelsens yttrande

Vi har genom åren utvecklat och förändrat våra bokningsregler och vi anser att de regler som råder just nu är de mest lämpliga utifrån den verksamhet vi har idag.

Vi ser att redan med tre bokningar så missbrukar många systemet och bokar "utifall att". Skulle vi öka på antalet bokningar så skulle systemet låsas upp än mer och risken är att det skulle bli fler "utifall att"-bokningar och längre reservlistor. Om en medlem önskar få tillgång till fler pass per dag och under tredagarsperioden finns drop in-pass att tillgå.

Bokningsreglerna ses över kontinuerligt och anpassas efter verksamhetens behov och utveckling.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 9

Hemsidans bokningskapacitet

Bakgrund

Hemsidan kraschade i samband med anmälan till Vasalopps-Spinningen. Stor frustration bland medlemmar som var inloggade på hemsidan i god tid, som först fick besked att "sidan behövde uppdateras", för att sedan "kastas ut" från systemet och när vi tillslut kunde logga in igen var samtliga Vasapass fullteknade och kölistan upp till 50 platser lång.

Förslag

Föreslår därför att IT-ansvariga uppdaterar boknings-systemen för att klara av stort antal användare av hemsidan och boknings-system på samma gång. Vill för tydlighetens skull betona att förslaget INTE gäller att alla ska få plats på önskat pass. Föreslår ENDAST att en plats på populära gruppPASS och events enbart ska avgöras genom "först till kvarn" och inte genom ett lotteri till följd av ett kraschat IT-system.

Yrkande

Medlem yrkar att hemsidans boknings-system ska uppdateras till att klara ett stort antal inloggade medlemmar till populära gruppPASS och andra event där trycket på hemsidan är stort. Först-till-kvarn-principen är det enda som ska avgöra om medlemmar får en plats på önskat gruppPASS. Hoppas innerligt att ansvarig IT-personal, som för övrigt gör ett FANTASTISKT JOBB, på alla sätt och vis, tar till sig budskapet att systemkraschen i samband med VasaSpinning 2020 aldrig mer ska behöva upprepas.

Styrelsens yttrande

I och med den uppdatering som skedde 10 mars så ligger numera vår databas och lagring hos Google. Vi anser att med denna flytt ska dessa problem vara lösta.

Styrelsen förslår årsmötet:

-att bifalla motionen då den redan är hanterad.



friskis

Motion 10

Ny form av träningspass för kvinnor

Bakgrund

Lånade en bok "Knip för bättre hälsa av Karin Björkegren Jones" där författarinnan presenterar olika övningar man kan göra för att stärka upp sin bäckenbotten och på så vis motverka urinläckage och andra symptom som kan drabba kvinnor i alla åldrar. Det finns ett sådant stort och bra utbud på Friskis för hur man tränar sin kropp men jag skulle önska att det tillkom pass där träningsövningarna är fokuserade just för att stärka upp bäckenbotten, just den delen av kroppen är också viktig att få i form. Man pratar inte så mycket om dessa kvinnliga problem som kan tillkomma i alla åldrar till följd av en otränad bäckenbotten och att en tränad bäckenbotten kan motverka eller minska dessa problem. Att träna upp sin bäckenbottenmuskel är något kvinnor i alla åldrar tjänar på men kanske känns mest relevant när man fött barn eller har/börjar få problem med urinläckage.

Förslag

Förslaget är att införa pass inriktade på jympaövningar som hjälper till direkt eller indirekt att stärka bäckenbottenmuskeln. Man kan ta hjälp av böcker eller personer som är utbildade och vet vilka övningar som fungerar och ska användas.

Yrkande

Medlem yrkar för att sådana pass införs hos Friskis & Svettis.

Styrelsens yttrande

Styrelsen anser att denna motion inte är en årsmötesfråga utan hänskjuter beslutet till kansliets Ledningsteam.

Ledningsteamets svar:

Det är Friskis&Svettis Riksorganisation som bestämmer vilket passutbud vi kan och får ha och just nu finns inget specifikt bäckenbottenpass. Däremot ingår det på våra corepass att stärka coredelen inklusive bäckenbotten. Vissa terminer när vi har ledare erbjuder vi Core mamma som har lite mer fokus på träning för bäckenbotten.

Det finns en bra app som heter mamma mage där man får hjälp att träna upp bäckenbotten efter förlossningen.

Motion 11

Träning anpassad för neuropsykiatriska diagnoser

Bakgrund

Personer med autism får Fysisk aktivitet på recept men det finns få ställen som har aktiviteter anpassade för dessa behov. Speciellt när det gäller ungdomar vet jag genom mitt arbetet på habilitering. Personer med intellektuell funktionsnedsättning finns aktiviteter för. Om man har ex autism behövs bara små anpassningar i lokal och aktivitet för att det ska bli tillgängligt.

Förslag

Vill att ett arbete för att undersöka möjligheten att erbjuda olika träningsätt för personer med npf initieras. Vilka träningsformer skulle vara lämpliga, ledare, tider och att en provperiod startar för att sedan utvärdera. Även kontakta andra föreningar som har påbörjat arbete med liknande avgränsning.

Personer med NPF (autism och adhd) är en stor målgrupp, som behöver träning och kroppskännedom men som pga miljö och struktur har svårt att hitta träningsställen där man kan vara självständig (inte behöva gå med förälder/syskon). Genom att erbjuda en fast tid, anmäla sig till träningen för en längre period (inte boka 3 dagar innan), ha en ledare med npf-kunskap, en fast vikarie, låg musik i gym, tydlig visning till var träningen är, inte behöva vänta och trängas vid insläpp, tydliga instruktioner (visuellt material), få träna 1 och 1 (inte samarbeta/peppa), ha mer utrymme, tyst i träningslokal, ev ha egna hörlurar med eget valt ljud, ljussystem eller liknande för att signalera byten, samma program längre tid så skulle träningen bli mycket mer tillgänglig.

Yrkande

Medlem yrkar att en arbetsgrupp sätts samman för att undersöka möjligheter till npf-anpassad träning kan erbjudas.

Medlem yrkar att det sker erfarenhetsutbyte mellan föreningar kring hur träning kan npf-anpassas.

Medlem yrkar att en provperiod planeras för att genomföras och utvärderas.

Styrelsens yttrande

Friskis&Svettis Riksorganisation beslutar om vilka typer av pass som får och kan ingå i Friskisföreningars utbud och utefter de riktlinjerna kan anpassningar göras. Med anledning av att Riksorganisationen beslutar om pass har vi svårt att lokalt starta upp nya specifika träningsformer enbart riktade mot den här gruppen.

Friskis Örebro besökte Vuxenhabiliteringen i Örebro under vecka 10 för att berätta om FaR-arbetet och öppnade upp för att personal på enheten kan kontakta ansvarig på Friskis för att diskutera enskilda problem och lösningar på dessa. Friskis Örebro har efterforskat möjligheten att söka projektmedel för att starta ett projekt riktat mot psykisk ohälsa och individer med intellektuella funktionsvariationer men hittat att de medel som finns att söka är via Regionen och ska fortsatt undersöka hur vi kan söka dessa medel. I dagsläget anser vi att det inte finns resurser nog för att starta upp ett eget projekt mot individer med NPF då vi i Friskis inte har de resurser som krävs.



friskis

Fortsättning Motion 11

Träning anpassad för neuropsykiatriska diagnoser

Friskis Örebro har sedan januari 2020 ett rabatterat kort för den som fått fysisk aktivitet på recept och är i startgrupparna med flera olika projekt med avsikt att sänka de ekonomiska trösklarna för personer som ordinerats träning. Vi föreslår att Friskis tillsammans med personal inom Regionen med kompetens inom området tittar på hur våra befintliga träningsformer med vissa justeringar kan sänka trösklarna ytterligare för personer med NPF problematik.

Friskis Örebro jobbar i motionens riktning genom att öppna upp och leta efter parter att starta och genomföra projekt tillsammans med.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 7

Möjlighet att pausa gymkort vid utlandsstudier

Bakgrund

Just nu är det endast möjligt att pausa ett gymkort 30 dagar. Det ställer till med problem för studenter som väljer att studera en termin utomlands. Gymkortet kan inte användas utomlands vilket gör att studenten betalar för ett gymkort (om denna köpt för en längre period) utan att kunna använda det.

Förslag

Lösningen är att för de som har studentkortet ge möjligheten att pausa kortet under en termin mot uppvisande av antagning i utlandet eller annat som kan bevisa att personen kommer att studera utomlands.

Yrkande

Medlem yrkar att införa möjligheten att pausa ett gymkort under en termin mot uppvisande av antagning på universitet på annan ort eller land.

Styrelsens yttrande

I dagsläget finns det möjlighet att frysa sitt gymkort i upp till 60 dagar. Det finns även möjlighet att överlåta sitt träningskort till annan om man som medlem ska flytta eller bo på annan ort under en viss tid.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 13

Lokal, Utrustning, Söder

Bakgrund

Gymmet på Söder är alldeles för litet och trycket runt vissa tider på dygnet är för stort. När detta sker så blir träningen påverkad negativt och det blir ingen rolig vistelse i lokalen. Exempel är att det endast finns EN axelmaskin och EN bröstmaskin (förutom maskinen med bröstfläsk där det går att träna baksida axlar). Endast två stationer där det går att träna bänkpress. Det är tydligt att gymmet inte håller en nivå som jag förmodar Friskis strävar efter.

För att flika in, så hjälper det inte upplevelsen i gymmet att cirkelgympspasset sätter upp en intervallstation utanför området längs sträckan mellan cirkelgymmet och maskinerna då man ska behöva tränga sig igenom gymmet för att komma fram. Samtidigt åkte min telefon i backen på grund av just detta då någon sprang på min väska...

Förslag

Gymmet borde inte gjorts så litet redan vid byggnationen för att få plats med ett så stort cirkelgym och en gigantisk sal som endast används 1-2 timmar om dagen...

Men mitt förslag på den rådande situationen för att ta hand om era gymmande medlemmar är att antingen bygga ut gymmet på något sätt för att göra vistelsen bättre. Alternativt bygga ett loft, likt det som finns på city, över hantelsektionen fram till där porten börjar över till väggen som skiljer gymmet mot cirkelgymmet.

Detta skapar ett större utrymme för fler bänkpressar, möjligtvis utrymme för att flytta upp smithmaskinen. gymmet blir då större, ger mer utrymme för ett större utbud av maskiner.

Samtidigt är valet av maskiner inte de populäraste då många inte tillåter en naturlig rörelse och blir obekväma vid rörelsemomentet med belastning. Detta gäller dels den enda axelmaskinen som finns, även squatmaskinen som står intill den gröna sträckan på gymmet.

Yrkande

Medlem yrkar att de nämnda maskinerna byts ut på Söder.

Medlem yrkar att gymmet byggs ut på Söder.

Medlem yrkar att det byggs ett loft på Söder.

Styrelsens yttrande

Angående yrkandet att de nämnda maskinerna byts ut på Söder

Precis som du skriver så finns två bröstmaskiner och två axelmaskiner på Söder. Utöver det finns axelmaskiner och bröstmaskiner i cirkelgymmet. Tanken är att ha ett antal grundmaskiner samt några maskiner där man laddar på med fria vikter. Vi ser över vår maskinpark och uppdaterar löpande utifrån den yta som finns tillgänglig. Individens rörelsebanor är individuella och tyvärr passar inte alla maskiner alla motionärer.

Vad gäller placering av intervallstation utanför cirkelgympets område informeras ledare om att detta inte är tillåtet.



friskis

Fortsättning Motion 13

Lokal, Utrustning, Söder

Angående yrkandet att gymmet byggs ut och att det byggs ett loft på Söder

Friskis Söder byggdes 2015 och utformades utifrån vår breda verksamhet som både innebär gym- och gruppträning. Sedan 2015 har fler människor flyttat in i området runt Söder och anläggningen har fått ett ökat tryck. Redan 2017 funderade vi på utbyggnation eller ombyggnation (loft och bygga större) av Söder vilket visade sig skulle bli väldigt kostsamt i förhållande till den ökade ytan. Istället valde vi att lägga pengarna på att bygga Aspholmen. Aspholmen har sedan dess avlastat både Söder och Öster.

Friskis Söders gym är kvadratmetermässigt mindre än de andra Friskisanläggningarnas gym i Örebro. Gymmet på Söder har däremot ungefär samma beläggning i förhållande till storlek jämfört med de andra anläggningarna. Med andra ord är det inte trängre där jämfört med gymmen på de andra anläggningarna. Vi utesluter inte att det kan bli ändringar i framtiden vad gäller förändring av träningsytor eller större ytor men i dagsläget är inget planerat.

Styrelsen förslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 14

Dubbelpass

Bakgrund

Finns inte några dubbelpass (90min) men tex spinning och cirkelgym. Dessa erbjöds tidigare.

Förslag

Återinför dubbelpassen igen. Det blir kul.

Yrkande

Medlem yrkar att det finns ett stort intresse i att dubbelpassen återinförs, inte minst för folkhälsan.

Styrelsens yttrande

Styrelsen anser att denna motion inte är en årsmötesfråga utan hänskjuter beslutet till kansliets Ledningsteam.

Ledningsteamet svarar

Anledningen till att kombipassen togs bort var flera. Dels måste ledaren ha dubbelkompetens dvs ha utbildning i två träningsformer vilket gör att tillgången på ledare blir begränsad. Dels är det svårt att schemalägga dessa pass då det går åt två lokaler och måste funka med schema för respektive lokal och dels är det svårt med vikarietillsättning vid sjukdom. Ledarna får däremot mycket gärna leda dessa kombipass då och då på tider som finns utöver ordinarie schema och på så sätt blir de en krydda till vårt ordinarie utbud.



friskis

Motion 15

Träningsresor

Bakgrund

Träningsresor görs nu utomlands, med flyg. Dessa planeras av riksföreningen har jag fått uppgift om.

Förslag

Inga träningsresor ska göras med flyg. Anledningen är klimatproblemen. Just nu blir det kanske inte aktuellt p.g.a. Corona-viruset på ett bra tag. Det kan vara klokt att ta tillfället att tänka om permanent för framtiden. En uppmaning, eller Motionen som den är, vidarebefordras till Riksföreningen.

Yrkande

Medlem yrkar att inga träningsresor planeras och genomförs med flyg.

Medlem yrkar att Motionen vidarebefordras till Riksföreningen.

Styrelsens yttrande

Det förekommer att enskilda Friskis&Svettis-föreningar genomför träningsresor med flyg och det utan vår påverkan. Friskis&Svettis Stockholm är ansvarig för Reseklubben som anordnar större träningsresor med upp till 200 medlemmar per gång. I dagsläget planerar och genomför alltså inte F&S Riks några träningsresor.

Inför årsstämman 2019 skickades en motion in till Riks styrelse som behandlade träningsresor med flyg. Riks styrelse svarade att handledningen för hållbarhetsfrågor skulle utvecklas under 2019 samt att det är upp till de enskilda föreningarna och resenärerna att avgöra om de vill resa med flyg. Handledningen som utvecklades under 2019 innehåller inga konkreta regler för resor utan uppmuntrar endast den enskilda föreningen att tänka klimatsmart.

F&S Örebro har i dagsläget inga planer på att planera eller genomföra några träningsresor med flyg.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 16

En maskin till gymmet

Bakgrund

Den "maskin" jag avser kallar jag "Höftapparaten". Den fanns tidigare på Kvarnen, men flyttades till Öster. Jag vet inte om det finns något riktigt namn på den.

Förslag

Medlem önskar en ny likadan till Kvarnen. Ingen liknande, eller med motsvarande funktion finns där nu.

Yrkande

Medlem yrkar att en ny "Höftapparat" skaffas till Kvarnens gym.

Styrelsens yttrande

Den maskin som omnämns (Multihip) har fyra funktioner där man kan träna insida lår, utsida lår, höften samt rumpan. Den upplevs svår av många och inte särskilt utnyttjad och därför har vi inte valt att satsa på den på fler anläggningar. Motsvarande övningar kan enkelt göras i kabeldraget då man kopplar på en fotmanschett på vristen.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis

Motion 17

Energi-utvinnning från spin-cyklar

Bakgrund

Skulle det vara möjligt att utvinna el från Spin-cyklarna, till att driva belysning med t.ex. Jag har någon gång hört talas om att det finns ett gym i London som gör det. Kanske finns det på flera ställen.

Förslag

En undersökning görs av om det skulle gå att utvinna el från spin-cyklarna. Energibesparing, ev. lägre kostnader för el.

Yrkande

Medlem yrkar att frågan undersöks.

Styrelsens yttrande

Vissa leverantörer har inte vetskap om att cyklar som kan utvinna energi finns att tillgå. En av våra leverantörer säger att man i snitt kan hålla igång ett par glödlampor under den tiden passet pågår. För att kunna utvinna energi från spincykeln måste man ha ett system för att lagra energin samt ett system för energitillförseln. Energi kommer försvinna på vägen. Att köpa in cyklar och dessa system blir kostsamt och kommer inte att generera tillräckligt med energi för att det ska vara lönsamt. Vi håller oss uppdaterade inom området.

Styrelsen föreslår årsmötet:

-att avslå motionen.



friskis