



# Formandens beretning for 2019

af formand Henrik Vincentsen

Årets formandsberetning bliver den første fra min hånd. Efter 33 år med Niels Jørgen som formand satte jeg mig i formandsstolen efter sidste års generalforsamling. I respekt og anerkendelse for den enorme indsats Niels Jørgen har ydet for Sparta gennem mange år, vil jeg gerne starte denne årsberetning med endnu en gang at rette et kæmpe tak til Niels Jørgen for indsatsen. Jeg har overtaget formandskabet for en klub som har udviklet sig enormt igennem mange år og grundlæggende har en god sundhedstilstand, hvilket i særdeleshed er et resultat af Niels Jørgens utrættelige arbejde. TAK!

## Klubbens ledelse

Et formandsskifte vil naturligvis betyde justeringer i både bestyrelsen og den daglige ledelses arbejde og i dette tilfælde har det også været en god anledning til, at bestyrelsen har brugt noget tid på at gennemgå klubbens organisation og struktur.

Dette arbejde startede allerede i slutningen af 2018 og resulterede i første omgang i, at organiseringen af klubbens daglige drift (kontoret) blev justeret. Dorte Vibjerg blev udnævnt som administrerende direktør og en mere klar organisationsstruktur blev tegnet. Her var de væsentligste ændringer at ungdoms- og senioratletik blev lagt sammen til en samlet atletikafdeling og Christian Friis blev ansat som motionschef, med henblik på at motionsafdelingen havde en mere entydig indgang til kontoret og den daglige drift.

En sådan organisationsændring tager tid at få fuldt implementeret, og det bliver ikke lettere når kontoret samtidigt har haft det måske travleste år nogensinde i forhold til afvikling af klubbens løbsevents. Men jeg er generelt tilfreds med hvor langt vi er kommet og med den effekt organisationsændringen har haft, om end der fortsat ligger et stykke arbejde i at få ændringerne til at slå helt igennem.

## Økonomi

Sideløbende med ændringerne i organisationen har bestyrelsen i sit arbejde haft stor fokus på, at der blev foretaget en gennemgang af klubbens økonomi og regnskabsførelse. Lad mig i første omgang slå fast, at klubben har en sund økonomi og året 2019 har vist et godt resultat, hvilket primært skyldes klubbens store events, Telenor Copenhagen Marathon, DHL-stafetten og CPH Half, samt vores medvirken i Royal Run.

Men for at sikre, at vi kan bevare den sunde økonomi også i fremtiden, har bestyrelsen og ledelsen haft et ønske om, at foretage en omlægning af regnskabsførelsen. Det skyldes dels ønsket om at skabe et bedre overblik over den løbende økonomistyring og budgetopfølgning og dels behovet for at tilpasse vores regnskabsaflæggelse til de krav og standarder der forventes af klubben fra bl.a. Københavns Kommune for at modtage tilskud. Det har været krævende proces og vi har undervejs måtte erkende, at den rigtige løsning har været, at starte helt fra bunden og opbygge en helt ny kontoplan. Dette arbejde er i gang, men vil først slå helt igennem i regnskabsåret 2020.

## Løbsarrangementer

Jeg tør godt udråbe året i år som det bedste nogensinde for Spartas løbsarrangementer. For mig var kronen på værket verdensrekorden i Københavns gader i forbindelse med et total udsolgt CPH Half. Men også 40-års jubilæumsløbet for Copenhagen Marathon var en stor succes med god deltagerfremgang.

Og så kan vi fortsat være stolte af, at være arrangør af verdens største stafetløb i DHL stafetten, som i det kommende år kan fejre 40 års jubilæum, hvilket selvfølgelig skal fejres ved arrangementet.

I 2018 blev Royal Run skabt, som en fejring af Kronprinsens 50 års fødselsdag, så vi var nok en smule tvivlende i forhold til om 2019-udgaven kunne tiltrække sig lige så stor interesse. Men tvivlen blev bragt til skamme, da løbet igen blev totalt udsolgt, og det er derfor med optimisme, at vi igen i 2020 er engageret i løbet. Vi er i Sparta rigtig glade for, at være en del af Royal Run, bl.a. fordi Royal Run sætter startnummer på maven af en masse løbere som normalt ikke betragter sig selv som løber. Det kan forhåbentligt være motiverende for de nye løbere til at blive en del af det organiserede løbefællesskab, hvilket selvfølgelig meget gerne må være som medlem i Sparta eller som deltager i en af vores andre løbevents.

Samtidig skaber vores engagement i Royal Run også nogle vigtige samarbejdsrelationer, som kan være med til at åbne nogle døre i forhold til klubbens øvrige aktiviteter.

Samlet set stod Sparta i 2019 bag 18 løbsarrangementer, med i størrelsesordenen 220.000 deltagere og hertil skal lægges de atletikstævner vi har været arrangør af i løbet af året både på stadion og i vores atletikhal.

Og alt det kan kun lade sig gøre fordi vi har en stor skare af hjælpere og et myreflittigt kontor.

Jeg vil derfor i denne beretning også gerne rette en stor tak til alle de medlemmer, forældre til medlemmer og andre frivillige, som stiller op for klubben, når der er brug for hjælpere til klubbens løbsarrangementer, atletikstævner og andre arrangementer. Det at kunne trække på frivillige til sådanne arrangementer er helt afgørende for at det overhovedet er muligt at gennemføre dem og med den kvalitet som vi ønsker at de skal have. Og i øvrigt er den frivillige indsats et grundlæggende element i foreningslivet, som er med til at skabe fællesskab og sammenhold i klubben. Så med håbet om, at I også har lyst til at give en hånd med i fremtiden vil jeg gerne sige tak for indsatsen.

Til at binde det hele sammen har vi vores faste stab af medarbejdere på kontoret under ledelse af Dorte. De leverer i hverdagen en uvurderlig indsats, som er ryggraden i klubben og vores arrangementer. Så der skal også lyde en kæmpe tak til Jer for indsatsen i 2019.

Og inden jeg i denne beretning runder arrangementerne helt af, må der også falde et enkelt ord omkring en lille løbeevent med en nu tidligere statsminister. Begivenheden resulterede i en del kommentarer fra medlemmer og jeg vil i denne beretning ikke genoptage tråden herom, men blot konstatere, at jeg i hvert fald har høstet en del erfaringer af begivenheden, ligesom det også har givet anledning til, at vi i bestyrelsen har drøftet klubbens uafhængighed af politiske interesser.

### Bæredygtighed og klima

På general-forsamlingen i 2019, blev bæredygtighed og klima sat på dagsordenen og generalforsamlingen besluttede, at Sparta aktivt skulle arbejde for at gøre klubbens arrangementer mere bæredygtige og grønne.

Vi har allerede i et par år arbejdet på flere tiltag i forhold til den grønne omstilling, men har måske ikke haft nok fokus på at synliggøre hvilke initiativer vi har implementeret på området og hvilke yderligere initiativer der arbejdes på.

Vi har i 2019 fortsat arbejdet med at udvikle vores arrangementer og organisation i forhold til klima og bæredygtighed, og har samtidig arbejdet med at synliggøre dette arbejde. Ved bæredygtighed forstår vi en organisation, der naturligt og selvfølgelig tager et miljømæssigt og et socialt bæredygtighedsansvar, hvad enten det er gennem eliminering af engangsplastik, livscyklus-forlængelse af materiel eller donationer til velgørenhedsformål.

I år har vi derfor arbejdet med flere konkrete tiltag. Blandt andet arbejder vi målrettet på at skifte plastikopper ud med en biobrydelig, 100% plastfri drikkekop til alle vores løb og fællestæninger. Koppen blev første gang brugt ved DHL Stafetten.

Et andet tiltag for øget bæredygtighed er en målrettet indsats for at forbedre affaldssortering ved vores arrangementer, hvilket skal videreudvikles næste år. Derudover arbejder vi sammen med sponsorer og leverandører på andre grønne tiltag, som fx at gøre DHL-madkassen mere klimavenlig, at gøre deltager-T-shirts til de store løb valgfri, ligesom vi kommer til at arrangere en række "plogging-events" (løb og saml affald på din vej).

Bæredygtighed er således allerede blevet et parameter, der indgår i vores løbskoncepter, indkøb og samarbejder. Det er imidlertid afgørende, at omstillingen sker gradvist og i takt med, at markedet og produktløsninger udvikler sig, således at vi forbliver økonomisk bæredygtige.

### Atletik

Sparta er fortsat Danmarks suverænt bedste atletikklub målt på resultater. En sikker sejr for både dame- og herreholdet i danmarksturneringen og den klart mest vindende klub ved både de danske mesterskaber for senior og ungdom, ligesom masters-atletikken også blander sig i toppen.

Lige så dominerende var Sparta dog ikke da holdet til VM i Doha rejste afsted. To deltagere havde vi med, da Ida Karstoft og Emma Beiter-Bomme begge var udtaget som en del af det danske 4x100m stafethold.

Og når vi er ved topresultaterne bør også nævnes de 4 danske rekorder der er sat af Sparta atleter i 2019. Ovennævnt 4x100m stafethold satte tidligt på året dansk rekord, ligesom vi fik dansk rekorder fra Kathrine Bebe i diskoskast (56,21m). Denne rekord fik dog kun lov at stå lidt over en måned inden Lisa Brix forbedrede rekorden til 57,11m. Også Nikolai Hartling havde et flot år, som kulminerede med en dansk rekord på 400m hæk, hvor han skar en enkelt hundrededel af sin egen rekord, så den nu lyder på 50,01. Jeg sidder derfor også med gode forhåbninger om, at vi i den kommende sæson for første gang får en dansk 400m hækkeløber under den magiske grænse på 50 sekunder. Uden for atletikbanen har vi også forsøgt at styrke atletikken ved at relancere vores elitekoncept. Formålet med konceptet er at skabe de bedst mulige rammer for de enkelte atlets satsning på at nå den internationale elite.

Elitekonceptet og den tidligere nævnte sammenlægning af ungdoms- og senioratletik kan forhåbentlig give grobund for, at få skabt et atletikmiljø og en "blå tråd" i træningen som motiverer og udvikler atleterne og derigennem skaber endnu flere topresultater.

### Motion

Vi oplever fortsat en stor konkurrence på motionstræningstilbud fra trænings-fællesskaber som organiseres via sociale medier. Men på trods af konkurrencen formår vi at fastholde et stabilt medlemstal i motionsafdelingen. Jeg er overbevist om, at det skyldes det store arbejde der lægges i vores motionsafdeling med hele tiden at udvikle vores træningsmiljø og skabe forbedrede tilbud til gavn for medlemmerne. Der er en øget interesse for mere fleksible træningstidspunkter hvorfor der er oprettet hold for dem der ønsker at træne tidligt om morgenen eller senere på aftenen.

Vi har også fået skabt en god sub-elite gruppe under ledelse af Christian Friis, som på bare et års tid har fordoblet sit deltagerantal på normale træningsaftener og som forhåbentlig kan blive en rugekasse for nye talenter.

Interessen udefra for vore motionstræningen er derfor også stor og der er fulde huse når vi inviterer til velkomstmøder for nye medlemmer og vi formår løbende at tiltrække nye medlemmer til klubben.

Og den gode udvikling i motionsafdelingen kaster også gode resultater af sig. Og ved de danske seniormesterskaber i marathont i Odense blev kvindernes titel vundet af Nanna Løvborg Hansen i tiden 3:00,59.

### Faciliteter

Vi har i Sparta nogle faciliteter, som vi grundlæggende kan være tilfredse, men vi er samtidig en stor klub med mange medlemmer, hvilket lægger pres på vores faciliteter. Det er derfor vigtigt, at vi alle udviser hensyn til hinanden når vi benytter faciliteterne og i øvrigt passer godt på dem, så vi også har dem i fremtiden. Det var derfor også en stor sejr, da det lykkedes at fastholde vore kastegård i Fælledparken. Med stor hjælp fra stærke forældrekræfter fik vi afsluttet en langvarig sag med Københavns Kommune som betyder, at kastegården forbliver kastegård.

Og når vi er ved faciliteterne har vi fortsat en drøm om på et tidspunkt at få en rigtig atletikhal i hovedstadsområdet og selvfølgelig helst på Østerbro. For knap 10 år siden stod FCK i spidsen for et initiativ til en større multiarena mellem Østerbro Stadion og Parken, som bl.a. også kunne indeholde en atletikhal. Projektet nåede så langt at den gamle skøjtehal der stod på grunden var blevet revet ned, men derefter blev projektet lagt på is. Men drømmen om at der en dag kan opføres idrætsfaciliteter med en atletikhal på grunden er der fortsat, og vi kommer derfor til aktivt at søge indflydelse på beslutninger om grundens fremtid.

### Fremtiden

2020 er for atletikken både et OL- og EM-år, så forhåbentligt bliver der mulighed for at se Sparta-atleter på de største scener.

2020 bliver også starten på Superhalvs, hvor Sparta er gået sammen med arrangørerne af halvmarathon i byerne Prag, Cardiff, Valencia og Lissabon om at skabe en unik løbsserie med de bedste halvmaraton i Europa. Målsætningen med samarbejdet er at promovere løb, turisme og bæredygtighed i alle byerne. Og måske har Superhalvs allerede haft en effekt, vi kan i hvert fald allerede nu se en øget efterspørgsel i form af udenlandske tilmeldinger til både CPH Half og Copenhagen Marathon.

I bestyrelsen vil vi i 2020 fortsætte arbejde med at udvikle klubbens organisation og struktur og i samarbejde med klubbens daglige ledelse skal vi se på muligheder for at udnytte de unikke kompetencer vi har for at arrangere events, til at skabe en supplerende indtægt for klubben.

På den korte bane omfatter det assistance til fodboldens Euro 2020, hvor der skal afvikles 4 kampe i Parken, hvilket vi kan bidrage til på flere områder. Også i 2021 kommer en stor sportsbegivenhed til København, nemlig Tour de France. Og her kan der måske også komme efterspørgsel på vores kompetencer i forhold til at arrangere store events.

Som man forhåbentlig kan fornemme af denne beretning synes jeg, at Sparta er inde i en god udvikling både inden for motions- og atletikafdeling og i vores løbsarrangementer. Det skyldes i høj grad en god indsats fra vores ansatte, vores udvalg og de mange frivillige som hjælper på den ene eller anden måde. Og vi har brug for alle gode kræfter for at fortsætte den udviklingen af klubben og vores tilbud til medlemmerne. Jeg håber derfor, at rigtig mange af jer medlemmer både vil benytte jer af vores mange medlemstilbud, men også vil huske på at vi som forening bliver stærkest når vi løfter i flok.

*Henrik Vincentsen  
Formand i Sparta Atletik & Motion*



# 2019 Årsberetning for Sparta Motion v/Breddeudvalget

## Efter generalforsamlingen i 2018 konstituerede udvalget sig således;

Jan Bryding (formand), Ina Rasmussen (næstformand), Lonnie Møller Jensen, Vanessa Diaz Suhr, Bjarne Højegaard, Mette Sommer, Simon Sørensen, Erik Nørsgaard, Christian Friis

I slutningen af 2018, afholdte klubbens bestyrelse et seminar, hvor der blev arbejdet på en ny organisationsplan for klubben. I den forbindelse blev det besluttet, at ændre Breddeudvalgets navn til Motionsudvalget, så motionsafdelingen i højere grad bliver genkendt i klubbens navn « Sparta Atletik og Motion ». Det blev også besluttet, at Motionsafdelingen på linje med atletikafdelingen skulle have en fast repræsentant på kontoret i form af en Motionschef. Christian Friis som i forvejen udførte opgaver for kontoret, blev derfor i 2019 ansat som Motionschef i klubben.

Udvalget har haft et ønske om at udarbejde et spørgeskema til medlemmer, der bruger motionsafdelingens træningstilbud, men kom i 2019 ikke i mål med udarbejdelsen af dette. Udvalget fortsætter med dette arbejde i 2020 og forventer en snarlig udsendelse.

I 2019 sløjfede udvalget "Åben løbemand", da det har været vanskeligt at vurdere effekten. Vi tilbyder jo under alle omstændigheder gratis med-træning i 4 uger, når nye medlemmer overvejer indmeldelse. I stedet har vi haft nogle åbne løbsarrangementer, som beskrives nærmere nedenfor.

Vi oplever en relativ høj udskiftning af trænere, hvilket efterlader udvalget i en kontinuerlig søgen efter nye kvalificerede træneremner. I 2019 lavede vi en større trænerrokade, for at skabe noget dynamik og udvikling blandt de involverede trænere og hold, da flere trænere følte at de var "groet" fast. Udvalget vil i 2020 gerne imødekomme lignende rokader, hvis det ikke går ud over kvaliteten på de berørte hold.

For første gang i klubbens historie, blev motionsafdelingen og dermed motionsudvalget ansvarlig for eget budget. Udvalget skal for eksempel fremover afholde udgifterne til træner- tøj og sko samt Club La Santa turen m.m. I 2019 fik vi et forsøgsbudget, da det har været uklart, hvilke reelle udgifter der tilhørte henholdsvis Motionsafdelingen, Events og Atletikafdelingen. I den forbindelse besluttede udvalget, at indføre et beløb til hvert træningshold, så trænere kunne afholde udgifter for klubbens regning til en is eller andet.

Udvalget kommer også i 2020 til at arbejde mere med at gøre honoreringen af trænere og hjælpetrænere mere transparent. Der er i 2019 dukket yderligere "ukendte aftaler" op, hvor nogle personer er blevet honoreret ekstraordinært. Klubbens bestyrelse ønsker, at klubben skal udvise åbenhed og transparens og ønsker at få ryddet op i dette.

Motionsafdelingen fik for første gang en Danske Mester på Marathondistancen, da Nanna Løvborg vandt HCA Marathon for kvinder.

## Nye medlemmer

Vi oplever en enorm interesse fra ikke-medlemmer, for at høre om vores træningstilbud. Således har vi til vores velkomstmøder haft over 50 interesserede, så det nærmest var umuligt at have alle de fremmødte i klublokalet. Der er ingen tvivl om, at det er den eksterne markedsføring der udslaget. Vi kan mærke når kontoret hjælper os med markedsføringen på eksempelvis de sociale medier, så giver det for alvor pote. Vi arbejder løbende på at kunne konvertere "interessen" til et egentligt "medlemskab". Det der kan være udfordringen, er at vi løber meget langt på vores hverdagstræninger, hvilket kan gøre det vanskeligt for nye at komme ind på holdene uanset niveau. Nogle af vores hold er således begyndt at lave en opdelt træning, således at ruten ca. halvvejs går tæt på klubhuset, således at løbere der ikke ønsker de lange distancer, kan "stå af". Dette koncept kan godt udvikles yderligere, hvilket vi vil se på i 2020. I udvalget har vi også talt om at etablere nogle kort-distance træninger.

## Begynderholdet

Ligeledes har vi haft en meget flot søgning til vores Begynderhold og vi set en relativ fin fastholdelse, hvilket i år har været bedre end sidste år. Trænere på Begynderholdet har deltaget i træningerne på de etablerede hold, hvilket har gjort det nemmere for nye medlemmer at finde sig til rette på de andre hold.

## Træningssystem

Vi har en lang række træningshold, som ligger i umiddelbar forlængelse af hinanden, så løberne kan skifte til hurtigere og langsommere hold afhængig af hvordan man udvikler sig som løber. Vi har på den vis gjort det så let som muligt for at kunne 'vandre' mellem holdene. Desuden følger alle holdene de samme træningsfaser i løbet af året, så et holdskifte ikke medfører et ændret træningsfokus. For yderligere at lette 'vandringen' mellem holdene, har flere af holdene i 2019 arrangeret fællestæninger for den vej igennem at øge kendskabet til de nærliggende holds løbere og trænere. Dette initiativ lader til at virke rigtig godt, hvilket udvalget vil opfordre trænere til at fortsætte med.

## Royal Run

I 2019 planlagde og udførte Sparta Motion gratis fællestæning for alle interesserede op til afholdelsen af Royal Run. Træningen var tilrettelagt således at ikke øvede og lettere øvede løbere kunne blive klar til at løbe 10km til Royal Run. Med op til ca.90 fremmødte de første par gange, var der stor tilslutningen til træningen og enkelte blev efterfølgende medlemmer i klubben, hvilket var udvalgets incitament til tilbudet.

### **Påskeløbet**

Løbet er i 2019 blevet revideret og flyttet til Fælledparken for dels at bruge de gode faciliteter vi har som klub og dels for at åbne løbet for ikke-medlemmer. Vi havde planlagt konkurrencer og aktiviteter for de mindste og ruterne var opdelt i forskellige distancer, så mange som muligt kunne deltage. Solen skinnede fra en skyfri himmel, så rigtig mange københavnere var mødt op til en hyggelig der begyndte med fælles opvarmning på stadion.

### **Valentines træning**

I 2019 lavede vi et åbent træningsarrangement på Sparta Early Runners, hvor vi indbød alle til at komme forbi til en morgentur med holdet. Efter træningen var der kyskager, hjertechokolade og et hav af balloner. Ruten var formet som et hjerte og de ca. 45 fremmødte fordelte sig i forskellige fartgrupper. Et tiltag vi i udvalget har tænkt os at gentage i 2020.

### **Naked Run**

I 2019 valgte vi at videreføre Naked Run, men denne gang igen i Fælledparken. Vejret var igen med os, hvilket sikrede en fin deltagelse. Efter løbet samlede alle til lidt forfriskninger i klublokalet, hvor der også var præmieoverrækkelse.

### **Træningslørdag**

I 2019 forsøgte udvalget sig med en trænings- og temalørdag, hvor fokus var på trail- og ultraløb. Fremmødet var begrænset og vi vil i 2020 vurdere om der er basis for at lave flere af disse.

### **CoreTræning**

I 2019 udbyggede vi tilbuddet om coretræning, så klubben nu tilbyder coretræning mandag, tirsdag, onsdag og torsdag kl. 19:10 i Idrætshuset.

### **Lysløb**

For at øge fokus på at blive set i mørket og øge markedsføringen af vores træningstilbud Sparta Late Runners, arrangerede udvalget for første gang et lysløb. Vi gik sammen med Børneulykkes-Fonden og satte fokus på "Lyser Danmark op". Udvalget havde indkøbt knæklys i forskellige farver, som man skulle iklæde sig, så løberne dannede en lang lysende 'slang'. Meget flot. Arrangementet var åbent for alle, så interesserede kunne komme ind og hilse på trænere og andre medlemmer af klubben. Ruten var opdelt i en 5km og 10km distance og var lagt omkring Søerne og Fælledparken. Efter løbet var der forfriskninger i klublokalet.

### **Club La Santa ugen – International Running Challenge**

I år havde vi Brian Dåsbjerg fra Danish Sports Academy med som underviser, hvilket fungerede rigtig fint. 80 spartanere deltog på turen som blev indledt med en velkomstmiddag og på sidste dagen sluttede med en afskedsmiddag med diverse kåringer blandt deltagerne. Igen havde vi fint vejr, hvilket betød at konkurrencerne blev afviklet under varme vejrforhold. En rigtig god tur med god stemning. Klaus Qvortrup som har været teknisk arrangør af turen har valgt at stoppe, hvorfor udvalget, som arrangerer programmet og aktiviteterne for ugen, leder efter en til at tage over.

### **Nissehueløb**

Ikke færre end 120 løbere var mødt op for at deltage i det traditionsrige Nissehueløb med efterfølgende gløgg og æbleskiver. Det var noget nær rekord. Gløgg og æbleskiver var efterfølgende igen flyttet til hallen i Idrætshuset, hvilket virker godt.

### **Klubtøj til trænerne**

I 2019 tog Motionsudvalget en beslutning om at trænere fra 2021, skal være i klubtøj under træningerne. Grunden til at dette først indføres i '21, skyldes at vi vil vente til det nye klubtøj kommer i nyt design.

### **Årets Spartanere/Motionister**

Til Årsfesten fik vi kåret to spartanere som har udmærket sig i løbet af 2019. De var begge indstillet af andre medlemmer af klubben sammen med en masse andre. Udvalget takker for den store opbakning og engagement med at nominere løbevenner.

\*Året sociale motionist blev Vanessa Diaz Suhr som belønnes for hendes store engagement i stort alle områder af klubben. Hun er altid venlig og smilende når man møder hende i telefonen eller på kontoret og så er hun en af de drivende kræfter bag succesen med Sparta Early Runners.

\*Året motinist præstation blev vundet af Nanna Løvborg som gennem fokuseret træning i 2019 opnåede at blive dansk mester i marathon som i 2019 i tiden 3:00:59 som blev afholdt ved HC A Marathon i Odense.

Tillykke til dem begge.

### **Fællestræningen om søndagen**

I 2019 besluttede Jesper Simonsen at trække sig som tovholder og arrangør af Spartas fælles- og åbne træninger om søndagen. Motionsudvalget overtager dette træningstilbud og påtænker ikke de store ændringer, da vi synes det er perfekt som et markedsføringsredskab og ligger perfekt i trænings henseende, da de fleste løber deres lange ture i weekenden.

### **Berlin Marathon**

Jesper Simonsen stod ligeledes for klubbens årlige tur til Berlin i bus i forbindelse med Berlin Marathon. Det er en meget traditionrig tur og udvalget vil være ærgerlige over at nedlægge turen, men situationen lige nu er, at vi ikke har en afløser, til at løfte opgaven.

### **Kvalitetstræning**

Der er fortsat en del alternative tilbud for løbetræning i vores område. Nogle er selvfølgelig andre foreninger, men andre er kommercielle udbydere af løbetræning. De kommercielle udbydere er vokset pænt, hvilket er forventeligt, da træningen udbydes gratis. De har ligeledes været gode til at udnytte mulighederne med markedsføring på de sociale medier. I Sparta har vi været i stand til at fastholde vores medlemstal, hvilket er tilfredsstillende. Vi har næsten 20 træningstilbud til motionister og sub-elite løbere og ca. 50 trænere. Det er trænerne store fortjeneste, at vi kan fastholde medlemstallet. De yder dagligt løbetræning på højt niveau. Fire gange om året har de mulighed for at få opfrisket deres kompetencer, teknik og viden omkring løb via vores fire uddannelsesdage. I Sparta leverer vi kvalitets-træning til medlemmerne, som derved kan udvikle sig uanset niveau. Men løb er også en meget social sport og her gør trænerne en stor indsats, for at skabe et socialt fundament for træningen gennem fællesspisninger og andre aktiviteter ude på holdene. Dette er vigtigt og vi er i udvalget meget glade for det engagement trænerne udviser.

### **Alternative træningstidspunkter**

Vi har i løbet af året set undersøgelser, der viser at der er en stigende interesse for at træne på alternative tidspunkter end de mest gængse, som er mellem 16:00 og 18:00. Et stigende antal løbeinteresserede søger træninger i tidsrummet 06:00 - 09:00 og 19:00 - 21:00.

Det bekræfter os i, at vores to tilbud Sparta Early Runners og Sparta Late Runners har deres berettigelse. Sparta Early Runners træner kl. 6:30 onsdag og fredag og Sparta Late Runners træner kl. 19:30 tirsdag og torsdag. Begge hold ligger på 20-30 deltagere.

### **Sub-elite**

Atletikafdelingen besluttede i 2019 at nedlægge Sparta Projekt 18. I stedet valgte klubben at starte et nyt sub-elite projekt, som hedder Team R&D. Det ledes af Christian Friis, som i forvejen er træner på Team Richard, hvorfor der ledes efter en co-træner til holdet.

*København, januar 2020 Motionsudvalget*





# 2019 årsberetning fra Stævneudvalget

## Udvalget har bestået af:

Anja Lindholm (formand), Lars Ejstrup, Charlotte Illum, Martin Vitoft, Johnni Ernst Havemann, Michael Tulstrup

Helt overordnet har det været en rigtig fin stævnesæson. Vi har haft nogle ændringer i stævneudvalget i år som har gjort at nogle af arbejdsopgaverne er faldet meget tungt ned på kontoret – især på Charlotte. Generelt en stor tak til kontoret for indsatsen før og under stævnerne. Derudover kommer vi jo ikke udenom at stævnerne ikke klarer sig uden hjælpere. Det er stadig udfordrende at finde nok hjælpere, men der skal lyde et stort tak herfra til alle dem, der rent faktisk kommer!

Vi har afholdt 6 stævner i 2019. Vi lagde ud med vores to små hyggelige indendørsstævner. Manglekampen, som efterhånden er blevet en lille tradition, trækker mange kæmpere fra hele landet. Stævnet er et rigtig hyggeligt stævne med god stemning. Det andet indestævne er et lille hverdagsstævne for ungdommen i Sparta. Det er også et rigtig fint stævne, som vi planlægger at bibeholde. Det er dejligt at vi er i stand til at arrangere et hverdagsstævne for vores egne og det er ret overskueligt i forhold til hjælpere m.m.

De 4 udendørsstævner; UP stævne, CAG, Sparta Copenhagen Games og DM Manglekamp.

Vores helt store internationale stævne CAG var i år igen koblet sammen med motionsløb, som lå midt i stævnet. Det var med lidt bekymring omkring tidsskemaet, at det var lagt ind, men det fungerede super fint. Og det, at der er mange motionister på stadion skaber en helt fantastisk stemning omkring stævnet. De danske mesterskaber i manglekamp blev i år skilt fra Sparta Copenhagen Games og blev afholdt alene. Det var et virkelig godt stævne med god stemning og fine resultater. Vi vendte løbepænen så der var medvind i de korte løb, hvilket fik stor ros fra alle. Dommergrupperne fulgte denne gang de enkelte årgange og det fungerede også rigtig fint.

De sidste to stævner, UP stævne og Sparta Copenhagen Games, var udfordret på manglende hjælpere. På trods af det var det nogle fine stævner. Især ved SCG oplevede vi en bedre øvelsesfordeling over dagene og dermed var der ingen døde punkter. Næste år skal vi overveje flere tiltag bl.a. at aflyse de løbeøvelser, hvor tilmeldingen er for lav. Højdespring for de helt små grupper skal også genovervejes, da der næsten ingen deltagere er. Vi skal også overveje flere lange hækkeløb. Derudover skal vi væk fra gruppe 8, 9, 10 og 11 år og tilbage til 8-9 år og 10-11 år. Generelt skal vi være mere modige i forhold til at aflyse øvelser med for få deltagere.

Overordnet så kan vi godt være stolte af de stævner vi holder. Vi holder som regel tidsskemaerne, der er dygtige hjælpere og vi har et super stævneudvalg. Udvalget bestod i 2019 af Maj, Lars, Charlotte Illum, Michael Thulstrup, Martin Vitoft og Anja Lindholm. Tusind tak til jer alle for jeres utrættelige passion for atletik og jeres vilje til at hjælpe!

*Anja Lindholm*  
*Formand, Spartas stævneudvalg.*

# Ungdomsudvalgets Beretning 2019

## Udvalget har bestået af:

Bo Lindholm, Kim Birk, Mikkel Roald-Arbøl, Martin Stensvig, René Ipsen og Charlotte Beiter Bomme

Endnu et godt år er gået og derfor er det tid for ungdomsudvalget at se tilbage på endnu et godt år for Sparta.

De sidste mange år har vi skrevet om fremgang og status quo og det bliver ikke meget anderledes i år – vi er nemlig stadig klart den bedste og største ungdomsafdeling i Danmark. Og dog oplevede vi for første gang i mange år ikke at genvinde Vinterturneringen i Region Øst og ej heller kunne vi rejse hjem med den store pokal fra Världsongdomsspelen i Göteborg. Det er der selvfølgelig en forklaring på, og det var ikke uventet, at vi ikke genvandt de 2 turneringer, men vi fik understreget, at vi ikke er uovervindelige.

Vi genvandt dog Kronborg Games og alle vores 4 hold genvandt det danske mesterskab for hold. Ligesom vi igen var klart bedste klub til DM for ungdom.

På den internationale bane, så vandt Tazana Kamanga-Dyrbak en sølvmedalje ved European Youth Olympic (i daglig tale kaldes ungdoms OL) på 200 m og Klara Loessl vandt bronze i stangspring ved samme mesterskab. Ved dette mesterskab deltog også Nikolaj Grønbech i 10-kamp og Liv Nedergaard i hammerkast. Til U20 EM i svenske Borås havde vi 6 kvalificerede atleter, dog stillede kun 3 til start: Tobias G Larsen 100 m, William Devantier 800 m og Sophie Søfeldt 3000 m. Skader og sygdom holdt desværre Anna Mark Helwigh, Mads Lund og Laura Nørrung Poulsen væk fra mesterskaberne. Bedst gik det for Tobias, da han løb sig i semifinalen på 100 m.

U23 EM blev også afholdt i Sverige og her fik vi 6 atleter udtaget: Andreas Lindgreen 1500 m, Sebastian Pedersen længdespring, Casper Jørgensen diskoskast, Emma Beiter Bomme 200 m, Rikke Andersen højdespring og Anna Juul 1500 m. Bedst gik det for Sebastian, Casper og Anna der alle kom i finalen. I 2019 fik vi 3 nordiske mestre. Tazana vandt i år 100 m og sammen med bl.a. Emil Frønde blev det til sølv på 4x100 m. William Devantier vandt guld på 1500 m og sølv på 800 m, mens Tobias G Larsen vandt sølv på 200 m.

I manglekampen vandt Christian Gundersen guld i U23, mens Anna Lange vandt bronze hos pigerne.

Af de sidste bemærkelsesværdige resultater kan nævnes vores hurtige 15-årige drenge, der gang på gang slog danske rekorder på 4x100 m og 1000 m stafet.

## Nye tiltag i 2019

Vi fik startet yoga op som et fælles træningstilbud for alle spartanere (+14 år) i Sparta Hallen i foråret og det fortsatte her i efteråret. Et tiltag der vil fortsætte i 2020.

I 2019 fik vi også sat gang i et nyt projekt – ”Den Blå Tråd”. Faktisk har vi tidligere haft den blå tråd, men det trængte virkelig til en opdatering. Det har vi fået gjort i 2019 via en konsulent og vi er nu ved at implementere det i ungdomsafdelingen, hvor alle børneholdene får deres egen blå tråd og interne uddannelse. Projektet vil fortsætte i 2020.

## Forældreforening

Igen har forældreforeningen været en stor hjælp for ungdomsafdelingen og kontoret. De stiller op til vores stævner og årsfesten og er en uvurderlig hjælp for os alle. Men vi kan sagtens bruge flere og der er mange forskellige opgaver, så alle kan nape en hånd med.

## Fælles ture

Træningslejren gik for første gang i mange år syd på, da vi fløj afsted til Split i Kroatien. Vi var heldige med vejret og havde en super god tur, hvor der også var sociale arrangementer som at lave Sparta armbånd og river rafting i iskoldt vand. På turen deltog 46 unge fra 14-19 år og 4 trænere. Vi prøver samme tur i 2020 – men er helt klar over, at turen er dyr i forhold til at tage til Sverige.

I sommerferien var vi ca. 80 aktive, der deltog i Världsongdomsspelen i Göteborg. Som nævnt tidligere vandt vi ikke klubkonkurrencen som vi ellers har gjort 6 år i træk. Vi var færre afsted end normalt ligesom det faldt sammen med studenterweekenden og derfor deltog vores nyligt udsprængende studenter ikke. Det kostede i pointregnskabet. Dog sluttede vi på en flot 3. plads og vender stærkt tilbage i 2020, hvor weekenden ikke falder sammen med studenterugen.

Årets sommertur til Öresundsspelen blev gennemført, men igen kunne der sagtens være flere på den tur. Det er en god tur, der ligger vægt på det sociale og derfor er der plads til alle uanset niveau. Igen var det familien Ejstrup, der skabte en rigtig god tur for ca. 25 ungdommere. I 2020 falder stævnet desværre sammen med Øst DM hjemme i Danmark, hvorfor Sparta selvfølgelig ikke kan deltage. Super ærgerligt med dette sammenfald, men vi håber, at der ikke er sammenfald i 2021.

## Årsfesten (præmiefesten)

Traditionen tro så blev årsfesten afholdt i Sparta Hallen med hjælp fra forældreforeningen, aktive, trænere og en masse forældre. Festen var festlig og med ca. 300 deltagere, og vi fik kåret 80 klubmestre, 24 pokalvindere, uddelt 17 erindringsplaketter, 3 talentpriser og 72 fik Dansk Atletiks Atletikmærke. Klubmestrene fik en flot hættetrøje fra Nike. De 3 talentpriser gik til: Josephine Koch Jacobsen (Christian Birks talentlegat), Tazana Kamanga-Dyrbak (Christian Birks talentlegat) og Tobias Jappe Bjerre (Spartas Talentpris).

## Mesterskaber og rekorder

Endnu et år, hvor Sparta var dominerende på de danske stadions og haller.

Mesterskaberne starter som altid med Øst DM inde i Ballerup Super Arena, hvor vi vandt 44 guld og totalt 101 medaljer. Hvilket er utrolig flot, da vi denne gang for første gang ikke havde de 10-11 årige med.



DM inde i mangelkamp blev igen afholdt i Randers i deres meget lækre hal. Og sikke et DM mangelkamp. Lørdag vandt vi alle 3 mesterskaber, som søndag blev fulgt op af endnu 3 mesterskaber og 3 danske årgangsrekorder – 3 i mangelkamp og 1 i 60 m hæk. Oliver Chabert satte 20-års rekord på 60 m hæk og så U23 rekord i 7-kamp. Christian Gundersen satte 20-års rekord i 7-kamp og Ida Beiter Bomme sluttede med ny juniorrekord i 5-kamp.

DMU inde blev igen afholdt i Skive. Totalt vandt vi 32 guldmedaljer. Hos drengene vandt vi guld i alle hækkeløb. Mesterskaberne sluttede med en ny dansk U18 rekord på 4x200 m stafet med Marie Høgh Larsen, Sofie Spiegelhauer, Klara Loessl og Josephine Koch Jacobsen på holdet.

Udendørs startede mesterskaberne med Øst DM i Helsingør i tor-den og lyn. Uvejret var så kraftigt at mesterskaber blev udsat og det gjorde, at flere atleter valgte at tage hjem i tørvej – Helsingør har nemlig ingen tribune vi kunne krybe i læ under. Vi vandt igen et hav af medaljer og blev igen klart bedste klub.

DM i mangelkamp var på vores hjemmebane Østerbro Stadion og blev både arrangørmæssigt og medaljemæssigt en stor succes for Sparta. Hos pigerne blev vi mestre for de 14-15 årige, 18-19 årige og 20-22 årige. Drengene vandt hos de 14-15 årige, 16-17 årige og 20-22 årige. Her var det Oliver Chabert der shinede og satte ny dansk U23 rekord i 10-kampen efter stort set PR i alle 10 øvelser. Josephine Koch Jacobsen satte undervejs i 7-kampen ny dansk rekord på 200 m.

DMU foregik i Greve og det var et flot arrangeret mesterskab i dejligt vejr og gav fremgang på 6 guld i forhold til 2018 – så samlet vandt vi 50 guld. Under mesterskaberne blev der sat 4 danske ungdomsrekorder – 3 i stafet (D15 4x100 m og 1000 m stafet og D22 4x400 m) samt Vilhelm Krüger på 300 m hæk.

DTU-finalen (DM for hold) blev igen en kæmpe succes. Det er altid svært at leve op til at genvinde alle 4 rækker, men ikke desto mindre gjorde vi det igen. Vores 12-15 årige drenge blev dog noget uventet presset godt af et klubmix hold af 3 nordsjællandske klubber (Helsingør, Hillerød og Holte). Men heller ikke 3 klubber sammen mod et Sparta kunne vippe os af pinden og vi genvandt altså endnu engang 4 guld.

Til E-cup junior for klubhold (EM for klubhold) havde vi både pige- og drengeholdet med i A-gruppen i Leiria. Desværre ser det ud til, at vi var afsted for sidste gang i denne omgang, da mesterskaber foreløbig er nedlagt af European Athletics. I år var vi svækket af at vores dygtige 1999'ere var blevet for gamle og at vores 2000 piger var taget til USA. Men vi gjorde det utrolig flot alligevel og klarede top 6 placeringer på begge hold og dermed bliver vi i A-gruppen, hvis mesterskabet genopstår. Individuelle sejre var der til de taktisk flot løbende William Devantier på 800 m og Marie Falkebo Jensen på 1500 m, mens Klara Loessl havde fordel i stangspring ved at springe i tis øs regn og det er holdene fra syd vist ikke vant til. Josephine Koch Jacobsen forbedrede sin danske rekord på 200 m med tiden 24,93 sek.

Tobias G Larsen fik vist at 400 m måske er morgendagens distance, da han løb flotte 48,04 sek. Mesterskabet blev afholdt i silende regn og alligevel var der mange flotte PR til spartanerne trods dårligt vejr og sidst på sæsonen.

Til E-cup i cross løb Anna Mark Helwigh sig for 3. år i træk på podiet, da hun blev nr. 3, mens holdet også endte på en flot 3. plads.

Der blev ikke afviklet Øst DM for hold for de yngre årgange, da der ingen arrangør var til mesterskabet.

### Stævner

Det har været et travlt år med stævner, hvor vi trækker på rigtig mange forældres hjælp. Vi afholdte vores lille 4-kamp indendørs og vores børnestævne i Sparta Hallen i løbet af vinteren, og så afholdte vi UP stævne for de unge i maj. I sensommeren var det så Sparta Copenhagen Games og DM i mangelkamp, vi stod for. Så endnu et travlt år også på arrangørsiden.

I 2020 har vi følgende arrangementer, vi skal bruge hjælp til:

4/1	Indendørs 4-kamp
3/3	Børnestævne i Sparta Hallen
16/5	Mini Marathon
25/6	Copenhagen Athletic Games
15-16/8	Sparta Copenhagen Games
22-23/8	DM i mangelkamp

Nu er det ikke bare vores egne stævner, vi skal stille hjælpere til, men stort set alle de stævner vi deltager i på Sjælland. Alle disse stævner kan slet ikke gennemføres på det niveau, hvis ikke alle vores forældre og atleter giver en hånd med. Så stor tak til alle jer hjælpere.

### Trænerne og ungdomsudvalget

Alle de ovenfor skrevne resultater var jo aldrig blevet til noget uden vores meget dygtige og engagerede stab af trænere – tak til jer for året der gik – helt fantastisk arbejde I laver med vores unge mennesker. Vi var i 2019 udfordret på at skulle finde mange nye trænere – det lykkedes og dem er vi nu ved at lære op. Det sjove er at vi faktisk nu har hentet trænere til vores børn i motionsafdelingen og det viser bare, at Sparta er meget mere på vej mod at blive "ét Sparta".

I ungdomsudvalget skal der lyde en stor tak til Bo Lindholm, der efter rigtig mange år træder ud af udvalget, da han er flyttet tilbage til Jylland. Vi ønsker Bo rigtig meget held og lykke i det jyske og håber at en jysk atletikklub får glæde af hans kompetencer fremover.

### Ungdomsudvalget

# Beretning for Eliteudvalget 2019

## Udvalget har bestået af:

Henrik Paulsen (formand), Carsten Bomme, Heidi Whitehead, Michael Jørgensen og Thomas Bøgh

Det har igen i år været et spændende år for Sparta og Eliteudvalget. Det er udvalgets opgave at sætte krav og retningslinjer til aktive og trænere og dermed yde et højt serviceniveau, som skal gøre det lettere og mere motiverende at dyrke atletik på højt plan i Sparta.

Udvalget har i år haft fokus på at udarbejde et støttekoncept for de aktive med udgangspunkt i resultatniveau. Konceptet indeholder bl.a. personlig støtte, støtte til træningslejre samt mål og forventninger til de aktive. Formålet med konceptet er at synliggøre hvad og hvor Sparta bruger deres penge på eliteområdet. Alt dette skal gerne i sidste ende skabe de bedst mulige rammer for den enkelte atlets satsning for at nå den internationale elite. Det fulde støttekoncept blev implementeret 1. oktober 2019. Støttekonceptet kan ses på Spartas hjemmeside: Sparta Atletik/Elite/Sparta Elitekrav.

## Målsætninger

Inden starten på udendørs sæsonen nedsatte Eliteudvalget målsætninger for sæsonen, som kan ses i nedenstående skema. De opnåede resultater i 2019, må siges at være godkendte i forhold til de opsatte målsætninger for året.

Målsætninger 2019	Opnået resultater 2019
Klubrekorder: 6	Klubrekorder: 6
Danske rekorder: 3	Danske rekorder: 4
Deltagelse ved VM: 1 deltager, 1 finale deltagelse	Deltagelse ved VM: 1 deltager på 4*100 m, udtaget reserve 1
E-cup, Klubhold: Top 5 mænd og kvinder	E-cup, Klubhold: Mænd nr. 8, kvinder nr. 6
DM-medajler. Antal mesterskaber: 17.	DM-medajler. Antal mesterskaber: 15

## Mesterskaber

Indendørs EM som blev afviklet den første weekend i marts, havde Skotland, Glasgow som arrangør. Her havde Festus Asante og Nick Jensen klaret kvalifikations på henholdsvis 60 m og 1.500 m. Nick Jensen gjorde en god figur og var tæt på en finaleplads mens Festus desværre trak en mindre skade og ikke gik videre fra indledende heats.

Danmark havde hjemmebane, da VM Cross blev afholdt af Dansk Atletik Forbund i Århus i marts måned. Sparta havde deltagelse af Ole Hesselbjerg, Simone Glad og Maria Ahm på den individuelle distance og på det danske Mixed-Relay hold havde vi Dagmar Olsen, An-dreas Lindgreen og Nick Jensen med. Det var en kæmpe fornøjelse for alle at være vidne til dette fantastiske arrangement.

VM var år henlagt Qatar, Doha. At ligge sådan et mesterskab i starten af oktober gav visse udfordringer for mange i forhold til en sæsonplanlægning, da det lå uvant meget sent på året. Inden sæsonen var der store forhåbninger til Ole Hesselbjerg på 3.000 forhindring ved VM, men desværre løb Ole ind i en skade, som satte en stopper for hele sæson 2019. Ole er kommet rigtig godt i gang med træningen, og stiler nu målrettet mod OL og EM i 2020.

Som en del af det danske 4\*100 m stafetlandshold, havde Sparta deltagelse af Ida Karstoff mens Emma Bomme var udtaget som reserve på holdet. Det danske landshold sluttede som nr. 6 i indledende heat kun 2/100 fra deres danske rekord. Holdet er allerede kvalificeret til EM i Paris 2020 med både Ida og Emma i den danske bruttogruppe.

## Danmarksturneringen

Igen i år vandt Sparta det danske mesterskab for hold, for både mænd og kvinder og fastholdt dermed sin position, som den bedste danske klub i Danmark. Det var 34 år i træk at det mandlige hold kunne kalde sig danske mestre for hold samt 22 år i træk for kvinder. Sparta har altid set frem til at deltage i Europa Cup for klubhold, hvor vi de seneste år har været at finde i den bedste række for både mænd og kvinder (A-gruppen). Desværre har det europæiske atletikforbund valgt ikke at gennemføre denne holdkonkurrence i 2020, da det har været svært at finde arrangør til stævnet. Økonomien har også været en medspiller i denne beslutning. Dog har det europæiske atletikforbund planer om at genoptage stævnet i 2021 i et andet turneringsformat.

## Årets Sparta atleter

Lisa Brix blev årets kvindelige atlet i Sparta efter en 2019 sæson, hvor hun satte ny dansk rekord i diskoskast.

2019 har været en spændende sæson for Lisa. Allerede forud for sæsonen har der været et fokus på den danske rekord i diskoskast for kvinder, idet både Lisa Brix og Kathrine Bebe gennem et stykke tid har vist format til at kunne slå rekorden.

Bebe lagde stærkt ud i sæsonen med ny klubrekord og ny dansk rekord. Men så kom Brix på banen, og i sidste ende var det altså Lisa, der tog trofæet hjem ved i slutningen af sæsonen at slå både Bebes klubrekord og den danske rekord, ligesom hun også har klaret krav til EM i Paris 2020.

Nicolai Hartling blev årets mandlige atlet i Sparta efter en 2019 sæson, hvor han satte ny dansk rekord på 400 meter hæk.

Da 2018 blev til 2019 lå det ikke i kortene, at Nicolai Hartling i løbet af 2019 ville sætte ny dansk rekord og løbe under kravet til EM til næste år i Paris. Han var stadig plaget af ska-der, som havde drillet i flere år, og det var efterhånden længe siden, at han tilbage i 2015 havde sat sin daværende danske rekord.

Efter 1/2 år i USA kom Hartling hjem skadefri og leveret en meget stabil sæson som resulteret i en ny dansk rekord på 400 m hæk, som selv-følgelig også er ny klubrekord.

Udover årets atleter var der mange andre som bidrog til en flot sæson:

Som før omtalt gjorde Kathrine Bebe det spændende at følge kvindernes diskoskast, da hun tidligere på sæsonen satte dansk rekord, som senere hen blev slået af Lisa Brix. Der er der-for store forventninger at se disse to kvinder til EM næste år i Paris.

Ida Karstoft fortsatte sin udvikling inde for sprint og satte ny klubrekord på 200 m. Oliver Chabert har vist sig som en all-round atlet, da han ved de danske mesterskaber i mangekamp satte ny klubrekord. Det blev også til ny dansk rekord samt klubrekord på 4\*100 m for kvinder, som bestod af: Ida Karstoft, Josephine Jacobsen, Emma Bomme, Thea Haahr.

Sparta viste igen i år at vi er den mest dominerende klub i Danmark, da vi både ved inde-/udendørs DM suverænt blev den mest vindende klub. Dette slog også igennem på det danske landshold, da Sparta havde hele 18 atleter udtaget.

Fremtiden for eliteafdelingen ser utrolig positiv ud, da det er meget glædeligt at se så mange gode ungdomsresultater både individuelt og for hold. Dermed tegner det godt for fremtidens fødekæde til det kommende elitearbejde i klubben.

#### Masters atletikhold

Spartas Masters atletikhold har igen i år markeret sig, som et af Danmarks bedste. Holdet bestod af en blanding af tidligere elite udøvere og talentfulde motionister i alderen fra 35 til 89 år.

Der deltog 24 hold i turneringen, hvoraf 12 gik videre i finalen på Greve stadion og der var tæt kamp mellem Odense, Sparta og Hvidovre, som vandt henholdsvis guld, sølv og bronze.

#### Team Copenhagen Eliteakademi

Succesen fortsætter på vores eliteakademi, som har eksisteret siden 2008, og interessen er heldigvis stadig stor. Akademiet kører med et gennemsnit på ca. 30 elever fordelt på de 4 årgange. Det har samtidig vist sig at være med til at fastholde de unge mennesker i atletik-ken, som lider under de samme fastholdelsesproblemer som andre sportsgrene.

Vores målsætning er stadig at tilbyde alle atletiktalenter de ressourcer som kræves for at kom-binere gymnasiestudier og eliteatletik. Vi ville skabe de forudsætninger, der skal til for at opnå et dansk juniorniveau og på sigt tilhøre den danske seniorelite, som måske også vil føre til internationale mesterskaber.

Akademiet blev i år støttet af Team Copenhagen med 100.000 kr.

#### Copenhagen Athletics Games

Det var 13. gang at der blev afholdt Copenhagen Athletics Games på Østerbro Stadion og 3. gang med Classic Permit Meeting status under European Athletics. På en fin sommeraf-ten havde vi som noget nyt indlagt Mikkeller Aftenløb med et starttidspunkt midt inde i atletikstævnet. Dette gav efterfølgende en utrolig god stemning på Østerbro Stadion, som gjorde at mange atleter kvitterede med at leveret mange flotte resultater på et meget højt niveau. Målt ud fra en resultattabel, var det igennem tiderne et af de bedste afholdte "CAG-stævner".

En kæmpe tak til alle de frivillige som hjælper til med dette stævne. Med et meget professionelt set-up for CAG, er det et stævne som ude i den internationale verden blive rost meget og derfor er der meget stor interesse fra de internationale atleter om at besøge København/Østerbro. CAG vil næste år blive afholdt 25. juni

Alt det som er sket i 2019 og kommer til at ske i fremtiden kan selvfølgelig ikke gøres uden hele den stab, som arbejder for Sparta og det skal der lyde en stor tak for.

#### Eliteudvalget



# Arrangementsudvalgets årsberetning for 2019

## Udvalget har bestået af:

Maja Christoffersen Holm (formand), Julie Thunbo Rivold, Nanna Løvborg Hansen, Bente Ege, Helle Løvborg Jørgensen og Lars Høiriis Østergaard.

For første gang i flere år har vi i arrangementsudvalget afholdt færre arrangementer end de tidligere år. Vi valgte i år at skære nogle arrangementer drastisk, og andre blev helt sløjfet. Det blev til 10 planlagte og 9 afholdte, da vi trods de meget få arrangementer stadig blev nødt til at aflyse fællesspisningen i september. Om datoen var dårlig planlagt fra vores side, eller om der bare ikke er den store lyst til at deltage i sociale arrangementer på tværs af holdene og klubben, er svært at sige.

På trods af det blev der afholdt 3 fællesspisninger i løbet af året med et deltagerantal på mellem 35-65 personer. De fik et dejligt måltid mad efter træning, og der var en god og hyggelig stemning blandt deltagerne.

Arrangementet Klubaften, som første gang så dagens lys i 2017, og som i 2018 blev afholdt hele 16 gange hen over året, blev i år skåret helt ind til benet og kun afholdt en enkelt gang i forbindelse med Tracks på Østerbro Station.

Udvalget valgte i år at sløjfe Spartas Heppespot ved de 3 af vores løb, som vi de sidste par år har dækket. Beslutningen blev taget med afsæt i opbakning til disse arrangementer de tidligere år. Vi mener, at udvalget er til for medlemmerne, og hvis medlemmerne ikke deltager/bakker op, må det være, fordi der ikke er det store behov for arrangementet, og derfor valgte udvalget at bruge sine kræfter et andet sted.

Marathon middagen blev endnu en gang afholdt på DagH. Der var som altid en god stemning, og dagens oplevelser blev delt og fortalt. Vi fik serveret god mad, der var masser af den, og vi tror, alle hyggede sig.

I anledningen af løbets 40-års jubilæum havde vi opfordret deltagerne til at tage deres gamle medaljer med, og udlovede en præmie til den, der havde den ældste med. Ikke mange havde taget opfordringen op, men vinderen havde til gengæld medaljer med fra de sidste 24 år.

Efter Naked Run havde vi i år bestilt sandwich til de af løberne, der havde tilmeldt sig spisningen. Der blev solgt øl og vand, og det var en hyggelig aften i klublokalet.

Den 3. oktober afholdt vi årets første og eneste foredrag. Det var professor i arbejdsfysiologi og sundhed Jørn Wulff Helge, der stod for oplægget. Han skulle gøre os klogere på hvilken kost, der er optimal før, under og efter træning. Han kom også med sit bud på, hvad der giver mening at spise op til konkurrence.

I november stod der igen årsfest på programmet. Den blev igen i år afholdt i Sparta Hallen og er som altid det største arrangement i løbet af året. Der er rigtig mange ting, der skal bestilles, købes, ordnes og sættes op, for at en fest i en træningshal kan afvikles. I ugen op til og hele weekenden, hvor festen afholdes, kræver det mange arbejdstimer for udvalgets medlemmer. Med hjælp fra andre spartanere lykkedes det at blive klar, og 125 fest glade mennesker kunne spise god mad, hygge og danse til langt ud på natten.

Årets sidste arrangement har flere gange været julefrokosten, men efter et par år med aflysning, valgte udvalget i år at prøve noget nyt. Vi afholder derfor en nytårskur den 17. januar, hvor medlemmerne er inviteret til en aften med bobler og god mad, og hvor man kan ønske hinanden et glædeligt nytår og måske udveksle nytårsforsætter. Der er 51 medlemmer tilmeldt, så vi håber i udvalget på en hyggelig og sjov aften.

Det har været et godt år i arrangementsudvalget. Vi tror, vi har fundet et fint niveau for antallet af arrangementer, både så udvalgets medlemmer ikke "brækker" halsen i løbet af året og eventuelt stopper undervejs, og klubbens medlemmer ikke føler sig overrendt af arrangementer, men finder dem der er interessante.

Jeg vil gerne sige tak til udvalget for arbejdsindsatsen. I har alle taget jeres del, og jeg håber derfor også alle bliver genvalgt, så vi i 2020 igen kan afholde gode og hyggelige arrangementer.

En ting, det nye udvalg måske kan kigge på, er, om man fortsat skal afholde årsfesten i hallen eller måske igen prøve at finde et sted ude i byen til afvikling af så stort et arrangement. Det kan være svært for et lille udvalg at løfte så omfattende en opgave, og på den måde vil man måske bedre kunne tiltrække medlemmer til udvalget, og vi vil også kunne deltage veloplagte i festen. Til sidst vil jeg gerne opfordre klubbens medlemmer til at rette henvendelse til udvalget, hvis de har gode ideer og ønsker til, hvad vi kunne tage op eller gøre anderledes.

*På vegne af arrangementsudvalget  
Maja Christoffersen Holm - formand*