

Regler

§1 Foreningens navn er Fredensborg Fitnessforening. Stiftet den 15. april 2002. Hjemsted er Fredensborg-Humlebæk Kommune.

§2 Foreningens formål er ved tilbud om udøvelse af grundlæggende konditionstræning og styrketræning og andet kulturelt virke at fremme primært de 15-25 årige og øvrige aldersgruppers sundhed og trivsel som en folkeoplysende indsats.

§3 1. Som aktive medlemmer kan optages unge i aldersgruppen 15+ og voksne, når de vedkender sig nærværende vedtægter. Som støttemedlemmer kan optages enhver.

2. Bestyrelsen kan udelukke et medlem, når den finder grund dertil. Det udelukkede medlem kan anke kendelsen på førstkommende generalforsamling.

§4 1. Foreningen ledes af en bestyrelse, der består af:

- a. Formand
- b. Næstformand
- c. Kasserer
- d. To bestyrelsesmedlemmer

2. Bestyrelsen vælges af generalforsamlingen.

3. Formanden og øvrige bestyrelsesmedlemmer vælges for et år ad gangen.

4. Valgbar er ethvert aktivt medlem, der er fyldt 18 år.

§5 Kontingent fastsættes hvert år på den ordinære generalforsamling, dog første gang på den stiftende generalforsamling.

§6 1. Foreningens medlemmer og bestyrelsesmedlemmer hæfter ikke personligt for de for foreningen indgåede forpligtelser, for hvilke alene foreningen hæfter med dens respektive formue.

2. Foreningens medlemmer har ikke nogen økonomisk forpligtelse over for foreningen udover kontingentforpligtelsen.

3. Foreningens medlemmer har ikke krav på nogen del af foreningens formue eller udbytte af nogen art.

§7 1. Foreningen vil primært i etableringsfasen forsøge at finde og indgå sponsoraftaler med de liberale erhverv i Fredensborg-Humlebæk Kommune med henblik på at fremskaffe de nødvendige midler til det til foreningens formål nødvendige træningsudstyr.

2. Til andet kulturelt virke vil foreningen søge sponsorater og gøre brug af de tilskudsmuligheder Kommunen tilbyder.

§8 1. Foreningens højeste myndighed er generalforsamlingen. Generalforsamling holdes senest 1. maj og indkaldes skriftligt til medlemmerne (almindelig post, e-mail, anden elektronisk kommunikation) med angivelse af dagsorden med 14 dages varsel. Endvidere med opslag i Foreningens lokaler.

2. Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest 8 dage før.

3. Kun fremmødte aktive medlemmer, der er fyldt 15 år, har stemmeret med Æn stemme. Det er ikke tilladt at indhente fuldmagter fra andre medlemmer til brug ved afstemning.

4. På generalforsamlingen afgøres alle sager ved almindeligt stemmeflertal (over halvdelen). Dette stemmeflertal gælder ligeledes for en eventuel udelukkelse af et medlem eller ændring af nærværende vedtægter. Skriftlig afstemning foretages, såfremt dirigenten eller generalforsamlingen bestemmer det. Ved personvalg, hvor der er opstillet mere end Æn kandidat, skal der altid foretages skriftlig afstemning.

5. Der føres protokol over vedtagne beslutninger.

§9 På den ordinære generalforsamling behandles følgende:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning
3. Forelæggelse af reviderede regnskab
4. Behandling af forslag
5. Fastsættelse af kontingent
 6. A. Valg af bestyrelse i henhold til §4
 - B. Valg af 2 suppleanter
 - C. Valg af revisor
7. Eventuelt

§10 Ekstraordinær generalforsamling skal afholdes, når flertallet af bestyrelsen finder det nødvendigt, eller når mindst ° af foreningens aktive medlemmer stiller skriftligt krav herom med

angivelse af dagsorden. Ekstraordinær generalforsamling skal afholdes senest 4 uger efter, at kravet herom er modtaget og den skal indvarsles i lighed med den ordinære generalforsamling.

§11 Foreningen tegnes ved underskrift af formanden.

§12 Bestyrelsen fastsætter selv sin forretningsorden.

§13 Vedtagelse i bestyrelsen kræver, at over halvdelen af bestyrelsen stemmer herfor. Bestyrelsen er beslutningsdygtig, når mindst 3 medlemmer er mødt.

§14 Der føres protokol over vedtagne beslutninger. Protokollen underskrives af bestyrelsen senest ved næste møde.

§15 Foreningens regnskabsår er kalenderåret. Senest ultimo februar afgiver bestyrelsen driftsregnskab og status til revisoren. Regnskabet afleveres dog altid til revisor senest 4 uger inden generalforsamlingen.

§16 1. Foreningen kan opløses når et generalforsamlingsflertal stemmer herfor.

2. Ophører foreningen at eksistere, tager den opløsende generalforsamling stilling til aktivernes anvendelse. Foreningens formue skal tilfalde almennyttige formål ved dens opløsning og ikke enkeltpersoner.

Vedtaget på generalforsamlingen i April 2019.

Fredensborghallen:

1. Nøglekort til hallen udleveres mod depositum ved indmeldelse i FFF og er obligatorisk at tage imod
2. Nøglekortet er personligt
3. Nøglekortet giver kun adgang til hallen for indehaver af kortet
4. Gæster må ikke medtages uden aftale med bestyrelsen
5. Sidste medlem som forlader hallen slukker hallyset efter sig

Træningslokalerne:

1. Kun medlemmer af FFF har adgang til træningslokalerne
2. Gæster har kun adgang til træningslokalerne efter aftale med bestyrelsen

Træning:

1. Al træning foregår på eget ansvar – medlemmer under 18 år træner på forældrenes ansvar
2. Træning foregår enten i åbningstiden eller efter særlig aftale med bestyrelsen
3. Efter træning skal du altid rydde op efter dig, dvs.
 1. Alle vægte tages af vægtstængerne og hænges på plads
 2. Vandflasker og krus vaskes op eller smides ud
 3. Alle vinduer lukkes og låses

4. Alle bænke stilles på plads
 5. Alle håndvægte og vægtskiver stilles på plads
 6. Alt papir og øvrigt affald smides ud
 7. Og som sidste medlem slukker du lys og radio og lukker døren
4. Der må kun benyttes indendørs fodtøj
 5. Omklædning og bad kan ske i hallens omklædningslokaler
 6. Brug af steroider eller andre styrkefremkaldende mediciner/lægemidler er ikke tilladt

Kontingent mv:

1. Indmeldelse i FFF sker skriftligt
2. Udmeldelse af FFF sker skriftligt. Indbetalt kontingent tilbagebetales ikke
3. Kontingent betales over betalingservice månedligt forud
4. Dokumentation for betalt kontingent vises på forlangende fra bestyrelsen

Overtrædelse af reglement:

1. Kontingentrestance medfører at man ikke længere kan træne i FFF
2. Ved kontingentrestance lukkes nøglekortet til hallen. åbnes igen mod nyt depositum
3. Ikke-medlemmer som befinder sig i træningslokalerne uden aftale pålægges en afgift på en måneds træning samt indmeldelsesgebyr
4. Ved benyttelse af steroider eller andre styrkefremkaldende mediciner/lægemidler bliver man ekskluderet af FFF