

**Ny medlemskontakt**

Velkommen til den første udgave af Puls3060's nyhedsbrev.

Vi har valgt at begynde udgivelsen af et nyhedsbrev, fordi det er vigtigt, at vi holder kontakten til medlemmerne, sikrer at alle har mulighed for at holde sig orienteret og for at have et samlingspunkt i klubben ud over vores mange fælles aktiviteter.

Første gang har vi valgt at få nyhedsbrevet bragt ud til alle medlemmer. Fremover kan du hente nyhedsbrevene direkte via Puls 3060's hjemmeside. De medlemmer, der har oplyst deres mailadresse til foreningen, vil desuden få nyhedsbrevet tilsendt direkte som e-mail. Udsendelse som post er i dag blevet alt for omkostningstungt - hvilket i øvrigt netop var årsagen til at EIF-bladet måtte stoppe.

Det er tanken, at Puls 3060 Nyhedsbrev skal udkomme ca. 4 gange om året.

Nyhedsbrevet vil først og fremmest komme til at indeholde meddelelser fra klubben, små indlæg om løb og motion, nyheder og en aktivitetsoversigt. Vi håber naturligvis også, at medlemmerne vil benytte nyhedsbrevet som en mulighed man kan kontakte sine klubkammerater på. Indlæg fra medlemmerne er derfor meget velkomne og vil blive bragt i det omfang pladsen tillader.

Den udgave du står med i hånden er ikke det endelige produkt, men en foreløbig udformning. Vi vil i de kommende udgivelser videreudvikle layout, opsætning og indhold.

Jeg håber at alle medlemmerne vil tage godt imod denne nye kontaktmulighed og jeg vil gerne takke alle de, der har gjort en stor arbejdsindsats for at realisere dette projekt.

Med venlig hilsen  
Erik Olsen  
Formand for PULS3060

**Generalforsamling/klubmøde**

Så er det atter tid til vores årlige generalforsamling i Puls 3060. Efter den formelle generalforsamling holder vi et almindeligt klubmøde.

**Indkaldelse til generalforsamling**

Tid: Lørdag den 25. marts 2006 kl. 13:00  
Sted: Espergårde Bibliotek

**Dagsorden:**

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning (på hjemmesiden fra den 13/3 2006)
3. Regnskaber
4. Indkomne forslag
5. Valg
  - a. Formand  
Erik Olsen (modtager genvalg)
  - b. Bestyrelsesmedlem  
Eva Risum (modtager ikke genvalg)  
Bestyrelsen foreslår Janne Hansen
  - c. Bestyrelsesmedlem  
Carsten Veisig (modtager genvalg)
  - d. Suppleant  
Claus Knudsen (modtager ikke genvalg)  
Bestyrelsen foreslår Katrin Christiansen
  - e. Suppleant  
Bestyrelsen foreslår Jan-Erik Larsen
6. Eventuelt

*Eventuelle forslag til pkt. 4 skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før generalforsamling.*

I Puls 3060 kan vi glædes os over, at generalforsamlingen – i modsætning til, hvad der gælder i mange andre foreninger – som regel er ganske godt besøgt. Det vidner om, at vi har en levende klub med aktive og positive medlemmer.

Alligevel synes vi ikke i bestyrelsen, at vi kan nøjes med, at byde vores medlemmer og gode træningskammerater på en almindelig formel generalforsamling. Det er derfor, vi har kombineret det med et klubmøde, hvor vi på sædvanlig afslappet vis, kan få en hyggelig snak over en kop kaffe med kage og samvær med vennerne fra træningen – og træffe dem fra de andre hold, som vi måske ikke ser så tit.

***Vi håber, at rigtig mange af jer vil komme***

***Vintersæson i Puls 3060.***

For dem, der ikke har været med i det hele, vil vi gerne give en lille oversigt over, hvad der er sket i klubben de seneste måneder.

Vi er nu ved at være gennem vinterperioden, hvor træningen sædvanligvis er lidt på vågeblus. Forinden har vi haft et klubmøde på Flynderupgård med hyggeligt samvær og en let anretning. Desuden har vi

gennemført den anstrengende træningsøvelse ”Tour de Gløgg”, som Klaus Burchard igen i år velvilligt stod for. Der har også været mulighed for lidt alternativ træning ved Bowlingaftenen i januar.

Vi har desuden gjort en indsats for at opdatere tekst-siderne på vor hjemmeside - dette arbejde er næsten færdigt. Evt. kommentarer modtages.

Vi har modtaget et tilskud fra HSU og har derfor kunnet indkøbe et parti refleksveste og armbind til trænerne og dermed forhåbentligt øget sikkerheden i den mørke tid.

### ***Bestyrelsen ændres***

Bestyrelsen har haft travlt med at tilrettelægge bl.a. vores nyhedsbrev, traditionsrige arrangementer og begyndertræningen. Især Claus har lagt et stort arbejde i at tilrettelægge træningen. Vi andre var derfor ikke særligt begejstrede, da Claus meddelte, at han efterhånden havde lidt for meget at se til rundt omkring, til at kunne afse tid til bestyrelsesarbejdet og at han derfor ikke ville genopstille til bestyrelsen. Det lettede dog lidt, at han lovede at forsætte med at tilrettelægge træningen.

Også Eva syntes efterhånden at privatlivet blev forsømt og at vi derfor måtte finde et nyt bestyrelsesmedlem og således også en ny næstformand.

Det er derfor med stor beklagelse vi siger farvel til de to i bestyrelsen, hvor de begge har bidraget til at skabe den gode stemning, vi har kunnet glæde os over.

### ***Anerkendelse af stor indsats***

Der er fra tid til anden et medlem, der skiller sig ud ved at gøre en ekstraordinær stor indsat for klubben. Det

har vi en god tradition for at påskønne i form af en gave. Bestyrelsen har derfor valgt at give Jan-Erik Larsen et par løbesko som anerkendelse for hans store indsats ved afviklingen af Espergærdeløbet, arbejdet med at holde styr på klubbens materiel og i øvrigt sammen med Kurt, at være klubbens handy-mand.

### ***Start på forårssæsonen***

Efter lidt vedligeholdelsestræning i vintermånederne er vi nu så småt startet på forårets træningsprogrammer.

Vi promoverer os selv ved en opstilling i Espergærde Centeret den 4. marts, hvor vi har brochurer om Puls 3060 og prøver at tiltrække begyndere.

Begyndertræningen er på beddingen, hvor der startes følgende hold:

- Løb: Mandag den 6. marts
- Power-Walk: Mandag den 13. marts
- Stavgang: Mandag den 3. april

Puls 3060' forårsfest holdes den 11. marts og søndag den 9. april starter første del af Espergærdeløbet på i alt 6 løb i år. Vi opfordrer så mange som muligt til at støtte op om vore arrangementer.

Skovturen har vi fastlagt til den 18. juni, hvor vi håber på godt vejr. Målet for udflugten er endnu ikke bestemt.

Hold øje med vores aktivitetskalender, opslagstavle og hjemmeside for tid og sted m.v.

/Erik Olsen

