

## Referat fra samarbejds møde d.2.10.2020

Afholdt: Kampsportscenter, Langmarksvej 53. 8700 Horsens

Deltagere: Michael Herrmann (formand for HSK), Eva Buxbom (næstformand for HSK) Søren Jochumsen (eliteidrætskonsulent) og Kirsten Detlef (cheftræner i Horsens Svømmeklub).

Referent: Eva Buxbom

### 1. Hold, trænere og træningstider

På nuværende tidspunkt træner følgende hold i styrketræningslokalerne i Kampsportscenteret.

Mandag 7.45- 9.15 håndboldspillere, to hold med ca. 15 personer.

Mandag 16.00- 18.00 svømmere, et med ca. 15 personer.

Onsdag 7.45-9.15 håndboldspillere, to hold med ca. 15 personer.

Onsdag 18.00-19.00 svømmere et hold, med ca. 15 personer.

Lørdag 8.00-9.00 svømmere et hold, med ca. 15 personer.

Der vil komme sedler op på opslagstavlen i lokalerne over hold, tider og trænere samt mobilnumre til trænere. Da der er planer om at bygget et langbanebassin mellem Forum og Kampsportscenteret, forventes det, at der inden for nærmeste fremtid vil komme flere svømmehold, der vil gøre brug af styrketræningslokalerne. Dette er alle parter indforstået med, og vi vil sammen indrette tid og lokaler, så de er tilpasset fremtidens brugere.

Når der kommer flere hold, eller hold bliver afviklet vil dette blive opslået på opslagstavlen i lokalerne.

HSK vil afholde stævner ca. 2-3 gange om året, derudover vil landsholdet ca. fire gange om året bruge lokalerne. Dette bliver allerede annonceret i god tid via opslagstavlen. Dette vil HSK forsætte med.

### 2. Spidsbelastninger

Styrkeløfterne har hovedsageligt deres fællestræning:

Mandag og onsdag: 17.00-20.00 og fredag 16.00-19.00.

Dog trænes der også på andre tidspunkter. Der var en god dialog om, hvordan vi træner sammen med svømmerne, når vi træner i samme tidsrum. Styrkeløfterne har været gode til at vise svømmerne, hvordan de mere avancerede rack i styrkeløftafdelingen bruges samt tekniske råd om squat, bænkpres og dødløft. Dette gode samarbejde vil forsætte. På nuværende tidspunkt er der ingen problemer med spidsbelastninger, men det kan der komme i fremtiden. Dette er noget vi er forberedte på, og vil imødekomme fremtiden ved at skabe en ideel indretning af lokalerne samt udarbejde gode aftale med nye hold om ideelle træningstider.

### **3. Indretning**

HSK vil i nærmeste fremtid i samarbejde med mødedeltagerne og andre relevante personer planlægge, hvordan styrketræningsområdet (det store lokale) kan indrette så fremtidige spidsbelastninger og brugeres behov af lokalerne imødekommes.

Der står to rack ejet af Elite Sport Horsens, som endnu ikke er sat op. Disse to rack har HSK har fået lov til at stille op, så de kan komme i brug. Derudover står der en prowler (slæde), som vi skal gøre plads til. Efter mødedeltagerne gennemgik lokalerne og udvekslede ideer, blev det besluttet at Micael og Eva i samarbejde med medlemmerne skal komme med et forslag om hvordan lokalet kan indrettes. Senere i processen blev der forslået at inddrage Jukka Rusgaard, der er fysisk træner og kan komme med nogle gode input angående indretning.

### **4. Praktiske ting**

I forhold til afspritning, fik vi fyldt depotrummet om med flere flasker. Efter mødet er der derudover blevet indkøbt ekstra sprit. HSK vil søge for at der altid er sprit tilgængelig for brugerne.

Jochumsen vil undersøge, hvilke aftaler der er indgået angående rengøring i forhold til Kampsportscenteret og de enkelte foreninger.

Der blev spurgt ind til husmøder, hvilket Jochumsen ikke er involveret i.

Kompensation for slitage af udstyr blev kort vendt. Dette er et punkt der vil blive taget op senere.

### **5. Evt.**

Opfølgingsmøde d. 30.10.2020 kl. 8.30-9.30 i Kampsportscenteret, Langmarksvej 53, 8700 Horsens.