

## **Tak til forældre!**

Tak for indsatsen i klubben, til stævner, kørsel. Uden det er det ikke muligt!

## **Medlemmer**

Vi oplever til stadighed en lille tilgang af nye medlemmer, der modsvares af nogen der mister interessen. Så vi har et stabilt niveau af ungdommer. I år har der været 20, der har været der mere end 10 gange.

## **Trænere**

Vi har fået to børnetrænere, og deres indsats kan ikke overvurderes og roses nok. Liv på stadion, nye talenter. Søgt om midler til redskaber. Der er afholdt trænermøder, trænermanual.

## **Træningsindsats**

Lavsæson: Juli 30 krydser

Højsæson: April + maj ca. 140 krydser

Gennemsnit: 100 over året

Flittigste under 14 år: **Bjarne** med 58 krydser

Flittigste 14 -18 år: **Malthe** med 147 krydser

## **Stævner**

Totalt har medlemmer fra AKH deltaget i 45 stævner i 2011. Deraf har ungdommer deltaget i 32 af dem.

Flest øvelser under 14 år: Sarah har resultater i 12 øvelser, Bjarne i 11.

(Der er 14 naturlige øvelser i deres aldersgruppe)

Flest øvelser fraogmed 14 år: Malthe med 17 øvelser, Magnus med 16.

(Der er 19 naturlige øvelser i den aldersgruppe)

Mest anvendte øvelse

Løb: 200 m (15)

Spring: Længde (31) (6 har fået resultat i stangspring)

Kast: Spyd (25)

## **Resultater**

Klubrekordlisten, piger, Top 3

P9: Emilie Hansen (2) og Annika Mejls

P11: Line (6) og klubrekord i spyd og Ida Marie (2) + stafet

P13: Sarah (8) og klubrekord i 6 øvelser

P15: Ida, Laura og Katrine (2)

P17: Ida (3) heraf klubrekord stang

P19: Stine (4)

Klubrekordlisten, drenge, Top 3

D13: Anton+Bjarne, hæk

D15: Magnus, 9 kamp + 300 m

D17: Malthe, 9-kamp

Klubrekord listen senior

Kvinder, Top 10

Ida, 200 m + stangspring, 50, 60 + 200 m inde

Katrine, 800m

Stine, 3.000 m + spydkast

Sarah, 200, 400 og 800m inde

Mænd, resultat, inde

Malthe, 200 m

Mænd, resultater, ude

Ingen

Dansk atletikforbund, Udendørsranglisten, Top 20

D13: Bjarne, stangspring (8)

D15: Magnus, 800 m (16) + 9-kamp(18)

P15: Katrine, 7-kamp (18)

D17: Mads, 400 m (20) + 800 (13); Søren 110 hæk (18); Malthe, stang (15) + trespring (15) + hammer (12) + vægt + 9-kamp (9); Rune, spyd (15) + hammer (17) + vægt

P17: Ida, 200 m (20) + stang (3) + længde (18) + diskos (15)

### **Atletikmærket**

Der er i år 17 der skal have et atletikmærke.

Der uddeles 12 bronze, 5 sølv

### **Pokaler**

Uddeles af trænere, motivering:

- God i fællesskabet (skaber god stemning og giver opbakning)
- Aktiv til træning (går foran og giver sig)
- Fokuseret ved konkurrencer (udvikler sig, støtter holdet)
- Sportslige resultater

### **Pige pokalen**

Går til Ida der i år opnåede at få guld til Vestdanske mesterskaber inde og ude, samt sølv til DM og samtidigt har trænet utroligt flittigt både her og i Skive.

Ida er god til at komme med inputs, giver sig for det meste 100 % og udvikler sig enormt fysisk lige nu.

*Humør, snakkesalig, talentfuld*

**Drenge pokalen** går til **Mads** der for andet år i træk har udviklet sig og var igen tæt på medalje i et stærkt felt på 800 m. Mads vil gerne lære fra sig og træner gerne hårdt. Mads er altid positiv og støtter sine kammerater. Har vist stor sikkerhed på DT holdet hvor han er den yngste i feltet. Vi er ikke i tvivl om at Mads vil udvikle sig endnu mere på efterskole og være en endnu vigtigere ressource for klubben.

*Stikord: rummelig – humor – uhøjtidelig – godt selskab*

### **Teamplayer**

Dette er en nyindstiftet kåring. Dette er de unges egen kåring af en der har hjulpet, støttet, været rollemodel. Det er den fineste pris. Man skal have gjort sig fortjent til det, og her er det sportslige ikke det vigtigste.

Flest unge har stemt på **Ida Bay**. Hun får en trøje med teksten "Årets Teampayer 2011"

## **Børneatlet**

En der har været flittig i fremmøde og deltaget aktivt.

I år falder prisen til Ida Wadsbach. Hun får en trøje med teksten "Årets børneatlet 2011"

### **2012, hvad ligger der i den sæson?**

Vi vil fortsat deltage i de regionale stævner samt afholde vores egne ministævner.

Malthe og Mads på efterskole, og vil til stadighed udbygge deres styrke og kvaliteter og vil stadig være en del af holdet til stævner.

Grundlovsdag 5. juni vil der igen være vestdanske kastemangekamp her i Holstebro, og her skal flere af vores egne enten deltage, eller hjælpe til. Vi vil som sidste år tjene gode penge på det og være aktive omkring salg af forplejning.

Sommertræning starter efter den 1. april.

Talentgruppen er en god satsning for dem der vil udleve deres potentiale og bruge mere tid på atletik. Her i klubben vil det være dem, der vil give noget, for at få noget, som kan komme i betragtning. Man får flere muligheder, men også flere opgaver. Klubben satser kroner og træner tid, så derfor skal atleten også være villig til at ofre ekstra tid til egen træning samt til klubaktiviteter.

Vi garanterer bedre resultater, flere oplevelser og ømhed i kroppen.

Derudover vil vi igen satse på mangekampen for dem der kan, og vil. Den komplette atlet er stadig et mål for træningen et eller andet sted, selvom det ikke altid er muligt og optimalt.